

Oberstufenschülerinnen und -schüler der Willy-Brandt-Gesamtschule absolvieren Ausbildung zum „Übungsleiter-C Breitensport“



Die Schülerinnen und Schüler des Sportleistungskurses der Jahrgangsstufe Q1 der Willy-Brandt-Gesamtschule Bergkamen haben an einer Ausbildung zum „Übungsleiter Breitensport“ teilgenommen. Die Teilnehmer erwarben die C-Lizenz und sind somit berechtigt, eigenständig und verantwortlich Gruppen in Vereinen, Schulen und anderen Institutionen zu leiten.

Das zweiwöchige Kompaktseminar stand unter der Leitung der Sportlehrer/innen und Mitarbeiter/innen des Landessportbundes NRW, Kerstin Vulpius, Jörg Hageneier und Ilias Mitat. Zusätzlich unterstützt wurden sie von dem Kollegen Timo

Renner.

Die thematischen Schwerpunkte der Ausbildung, die theoretische und praktische Inhalte umfasst, waren die Organisation und Durchführung von Breitensportstunden, die unterschiedlichen Methoden zur Vermittlung von technischen und taktischen Fähigkeiten in Sportspielen, Aspekte der Trainingslehre und Sportmedizin. Weitere Pflichtthemen waren die Prävention von sexueller Gewalt im Sport sowie Integration und Inklusion im Breitensport.

Zudem absolvierten die Schülerin und Schüler einen Erste-Hilfe-Kurs.

Folgende Schülerinnen und Schüler haben die Ausbildung erfolgreich abgeschlossen:

Elanur Aksoy, Lana Bittrich, Nicole Brzoza, Dersem Kammo, Natalia Krysiak, Chiara Morawski, Casey Fischer, Melven Fuhrmann, Nico Besgans und Aliya Karadag.

**Hallensport beim SuS Oberaden
in der Turnhalle der
Realschule Oberaden**



Seit vielen Jahren treffen sich Sportlerinnen und Sportler des SuS Oberaden mittwochs um 18:30 Uhr in der Turnhalle der Realschule Oberaden, um sich fit zu halten. Die Übungen sind so aufgebaut, dass jeder nach seinem Können und seiner Fitness die Intensität selbst bestimmen kann.

Die Kräftigung der Muskulatur und die Steigerung der Beweglichkeit helfen dabei, einige gesundheitliche Probleme zu vermeiden.

Durch die Kraftübungen werden die Gelenke (Hüfte, Beine, Rücken) unterstützt, und durch die Dehnungen wird der Verschleiß der Gelenke reduziert.

Natürlich kommt das Herz-Kreislauf-System auch nicht zu kurz. Besonders freuen wir uns, einige neue Teilnehmer aus dem jährlichen Laufeinsteigerkurs begrüßen zu dürfen.

Das nächste Training ist am 03.07.

Erfolgreiche Fahrradtour des TuS Weddinghofen 1959 e.V.



Am vergangenen Samstag startete der TuS Weddinghofen seine traditionelle Fahrradtour. Zusammen haben die Sportlerinnen und Sportler eine wunderschöne Strecke von ungefähr 40 km zurückgelegt. Dabei sind sie bis zum Schloss Westerwinkel mit Picknick gefahren. Bei Ankunft an der Pfalzschule in Weddinghofen wurde die Tour dann noch mit einem Grillen abgerundet. „Wir freuen uns sehr darüber, dass die Tour so gut angekommen ist und viele Teilnehmer*innen in verschiedenen Altersklassen, ob mit E-Bike oder normalem Fahrrad, mitgefahren sind. Getreu unserem Motto: Gemeinsam statt Einsam“, heißt es in einer Mitteilung der TuS Weddinghofen.

Weitere Informationen über alle Veranstaltungen und unseren Verein finden Sie auf tus-weddinghofen.de oder kontaktieren

Sie uns gerne unter info@tus-weddinghofen.de.

DLRG Bergkamen hatte jede Menge Spaß beim 28. Freundschaftswettkampf in Holzwickede



Am vergangenen Samstag folgte die DLRG Ortsgruppe Bergkamen der Einladung der DLRG Ortsgruppe Holzwickede zum jährlichen Orca Wettkampf ins Freibad „Schöne Flöte“.

Die AK 10 – 12 weiblich sicherte sich überzeugend den 2. Platz. Die AK 10 – 12 männlich startete mit einer sehr jungen Mannschaft zwischen 7 und 10 Jahren, sie konnten dennoch mit der Konkurrenz mithalten und sicherten sich überraschend

ebenfalls den 2. Platz. Beide Mannschaften glänzten vor allem bei der Freistil- und der Gurtretterstaffel.

In der AK 13/14 ging die Ortsgruppe mit einer gemischten Mannschaften im Alter von 11 – 14 Jahren an den Start. Für zwei Teilnehmerinnen war es zudem der erste Wettkampf. Die Jugendlichen konnten mit jeder Menge persönlicher Bestzeiten überzeugen und sich den zweiten Platz sichern. Die Mannschaft der AK offen weiblich schwamm auf den 3. Platz.

Erfolgreich war die DLRG OG Bergkamen auch beim „Mini-Elite-Cup“! Hier schwammen jeweils 8 Kinder unter 12 Jahren in Staffelform je 50m mit Flossen und mussten innerhalb von 15 Minuten so viele Meter wie möglich zurücklegen. Mit deutlichem Vorsprung konnten sich unsere Nachwuchsschwimmer*innen den 1. Platz und somit die Goldmedaille sichern. Im Elite Cup für alle Teilnehmer ab 12 Jahren musste in Staffelform in 30 Minuten jeweils 100m mit Flossen zurückgelegt werden. Dabei sicherte sich unsere Mannschaft den 5. Platz.

„Vielen Dank der OG Holzwickede für die Organisation des schönen Wettkampfes! Wir freuen uns schon auf nächstes Jahr!“, so die DLRG Bergkamen.

**Rekordbeteiligung beim
Beachvolleyballturnier der
Jungen Union: Team Hüppe**

sichert sich den Sieg



Foto: Katharina Rost / Junge Union Kamen

Das traditionelle Beachvolleyballturnier der Jungen Union (JU) Bergkamen und des Kreises Unna erwies sich erneut als voller Erfolg. Der Bergkamener JU-Vorsitzende Erik Seepe und der JU-Kreisvorsitzende Tim Helge Stohlmann aus Werne zeigten sich hocherfreut über die Rekordbeteiligung von 16 Zweierteams. Am Samstag kämpften die jungen Sportler über fünf Stunden auf zwei Spielfeldern am Nordbergstadion in Bergkamen um die begehrten ersten drei Plätze.

Zahlreiche Zuschauer, darunter der CDU-Kreisvorsitzende Marco Morten Pufke und sein Stellvertreter Tilman Rademacher, der auch selbst mitspielte, feuerten die Teilnehmer an.

Trotz seines „Nicht-JU-Alters“ nahm auch der Bundestagsabgeordnete Hubert Hüppe traditionell mit seiner Tochter Anna und seinem Sohn Nikolas am Turnier teil. Überraschend schaffte es das „Team Hüppe“ sogar bis ins Finale und setzte sich dort in einem dramatischen Spiel mit 2:1

Sätzen gegen das „Team Rums“ von Marvin Heitplatz und Julius Lorscheider durch.

Für echtes Strandfeeling sorgten eine Musikanlage, ein Grillstand und ein Getränkewagen.

„Es war ein sportliches und unterhaltsames Event mit über 50 Mitgliedern und Freunden der Jungen Union sowie Parteifreunden der CDU Bergkamen. Ich freue mich schon auf die Titelverteidigung im nächsten Jahr“, erklärte der CDU-Bundestagsabgeordnete aus Werne augenzwinkernd. Abschließend bedankte er sich bei Erik Seepe und Tim Stohlmann von der Jungen Union für die gelungene Organisation.

**Max Simon und Mira Juds
erkämpfen sich Mehrkampfpokal
beim Salinenschwimmfest in
Werne**



Am 22. und 23. Juni 2024 fand im Solebad Werne das Internationale Salinenschwimmfest 2.0 statt, bei dem die Wasserfreunde TuRa Bergkamen erneut ihr Können unter Beweis stellten. Bei idealem Wetter wurden die Wettkämpfe im Freibad ausgetragen, was sowohl den Aktiven als auch Zuschauern beste Bedingungen bot.

Die Schwimmer der Wasserfreunde waren äußerst erfolgreich: bei über 50% ihrer Starts erzielten sie neue Bestzeiten und erkämpften sich insgesamt 29 Gold-, 24 Silber- und 8 Bronzemedailles. Herausragend waren die Leistungen von Max Simon (Jg. 2012) und Mira Juds (Jg. 2007), die sich den begehrten Mehrkampfpokal sicherten. Auch Nevio Altmeier (Jg. 2011), Jan Luca Goly (Jg. 2010), Smilla Panberg (Jg. 2010) und Emma Gramse (Jg. 2013) überzeugten mit zahlreichen Bestzeiten und verfehlten den Pokal nur knapp, indem sie jeweils den zweiten Platz belegten.

In der Gesamt-Mannschaftswertung erreichten die Wasserfreunde einen beachtlichen 4. Platz unter den zwölf teilnehmenden

Mannschaften. Dies ist ein großer Erfolg und zeigt die starke Teamleistung, die die Aktiven an den Tag legten.

Das Fazit der Trainer Torsten Juds, Alina Gröppler, Hanna Juds und Thalia Simon fällt durchweg positiv aus. Viele Schwimmer konnten neue Bestzeiten und deutliche Leistungssteigerungen auf allen Strecken verzeichnen. Einige Schwimmer meisterten zudem neue Strecken souverän und zeigten, dass sie viel Erlerntes aus dem Training erfolgreich umsetzen konnten, was zur Zufriedenheit der Trainer beitrug.

Zum Saisonabschluss steht am nächsten Wochenende das traditionelle gemeinsame Zelten beim Lippepokal im Cappenberger Freibad in Lünen auf dem Programm. Die Wasserfreunde aus Bergkamen freuen sich bereits auf dieses Highlight und auf die spannenden Wettkämpfe.

Fusion von TV Bergkamen 79 und TC Bergkamen-Weddinghofen 78: Bergkamen erhält neuen Tennisverein



Teile des neuen Vorstandes beider Vereine: Saskia Lau (TV Bergkamen 79), Christina Pattke (TV Bergkamen 79) und Dirk Urbanczyk (TC Bergkamen-Weddinghofen).

Zwei Bergkamener Tennisvereine vereinen ihre Kräfte. Bei einer gemeinsamen Mitgliederversammlung soll die Vereinszusammenlegung jetzt vorbereitet werden.

Bergkamen erhält einen neuen Tennisverein. Die beiden traditionsreichen Vereine, TV Bergkamen 79 und TC Bergkamen-Weddinghofen 78, haben beschlossen, sich zu einem neuen, starken Verein zusammenzuschließen. Die Fusion soll offiziell zwar erst zum 1.1.2025 erfolgen, der erste konkrete Schritt in Richtung Fusion wird allerdings schon jetzt bei einer gemeinsamen Mitgliederversammlung beider Vereine am kommenden Sonntag, den 30. Juni, um 11 Uhr im Vereinsheim des TV Bergkamen an der unteren Erlentiefenstraße gemacht.

Dirk Urbanczyk, zweiter Vorsitzender des TC Bergkamen-Weddinghofen 78, erklärt: „Bei der Versammlung soll mit den Mitgliedern erstmalig über eine Fusion gesprochen werden.“ Bisher haben nur die Vorstände beider Vereine über die Zusammenlegung diskutiert. „Die ersten Gespräche führten wir

Anfang des Jahres“, so Urbanczyk weiter. Das Hauptziel der Fusion sei es, den Tennissport in Bergkamen zu optimieren und die Vereinsarbeit im Jugendbereich zu verbessern.

Die bestehende Kooperation im Jugendtraining seit Anfang des Jahres zeigt bereits erste Erfolge. „Wir wollen auf diese Weise die Arbeit für alle Mitglieder beider Vereine verbessern, gerade im Bereich der Jugend“, betont Urbanczyk. Seit Beginn der Sommersaison trainieren die insgesamt 40 Jugendlichen beider Vereine gemeinsam. In der kommenden Sommersaison treten die Mannschaften beider Vereine dann gemeinsam an. Während aktuell keiner der beiden Vereine eine Jugendmannschaft stellt, kann der neue Verein durch die gemeinsame Jugendarbeit in fast allen Altersklassen Mannschaften in den Spielbetrieb schicken.

Die endgültige Mitgliederabstimmung über die Fusion ist erst für den kommenden Herbst geplant, aber bei der bevorstehenden Versammlung am Sonntag geht es zunächst um die rechtliche Vorbereitung der Zusammenlegung. Hierzu müssen beide Vereine kleine Teile ihrer Vereinssatzung ändern, was eine Abstimmung der Mitglieder erforderlich macht.

Durch die Fusion wird der neue Verein etwa 400 Mitglieder zählen. Eine Namensänderung ist ebenfalls vorgesehen: Aus dem TV Bergkamen 79 und dem TC Bergkamen-Weddinghofen 78 wird der TC Bergkamen.

Abschluss des Kurses für Laufeinsteiger – „Fit werden

und bleiben“



Nach 12 intensiven Wochen wurde der Kurs „Laufinsteiger 2024“ des SuS Oberaden erfolgreich abgeschlossen. Bei der Abschlussveranstaltung ließen die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer nochmals Revue passieren, wie alles begann und wie außergewöhnlich die Fortschritte in dieser Zeit waren. Beginnend mit einem Laufintervall von 3 Minuten-Pause-3 Minuten bis zum Abschluss mit 1:08 Stunde und 8,6 km, ohne Pause! So wurde am letzten Tag das Ziel, der Seepark in Lünen, erreicht. Ein Ziel das sich vorher viele nur als mögliche Radtour vorstellen konnten. Eine großartige Leistung!

Viele Teilnehmer berichten davon, dass es ihren Lebenswandel positiv verändert habe (Ernährung, Gewicht, tägliche Bewegung).

Zur Motivation gehörte Günther dazu. Günther, der innere Schweinehund, der oft auf dem Sofa oder im Bett gelassen wurde, während es zum Laufen ging. Mit Stolz kann behauptet werden, dass eine neue Routine etabliert wurde. Eine Routine die zu einem besseren, agilen Lebensgefühl geführt hat.

Natürlich endet das Training nicht mit diesem Kurs. Die Laufeinsteiger werden nun in den Lauftreff des SuS Oberaden integriert und einige wollen auch zusätzliche Angebote wahrnehmen. Ziel könnte der Barbaralauf (10 km) des SuS Oberaden im Dezember sein.

Lauftrainer – Andreas Worch, Johannes Abbruscato und Petra Wallkamp

**SuS Oberaden stark vertreten
beim „Borne to run“-
Spendenlauf in Unna**



Am vergangenen Wochenende fand zum zweiten Mal der „Borne to run“ im Bornekamp Park in Unna statt. Bei bestem Wetter gingen insgesamt 11 SuSler*innen an den Start der unterschiedlichen Zeitläufe. Zur Auswahl standen ein 3-, 6-, 12-, 24- und der 48-Stundenlauf.

Die Gewinne des Spendenlaufes kommen, wie im letzten Jahr, dem ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst und der Tierhilfe Unna zugute.

Auch in diesem Jahr haben die Veranstalter Jan-Philipp Struck und Mario Windelschmidt wiederholt sehr viel Herzblut in die Organisation dieser gelungenen Veranstaltung gesteckt. Besonders gut kam der neue „Borne to run“ Song an, welcher sich schnell zu einem Ohrwurm entwickelte.

In den verschiedenen Zeitläufen erzielten die Läuferinnen und Läufer des SuS Oberaden beeindruckende Leistungen. Yvonne Schneider legte beim 48-Stundenlauf 229,74 Kilometer (118

Runden) zurück und wurde damit dritte Frau (insgesamt).

Im 24-Stundenlauf erreichten Markus Marszalek, Dirk Wittkowski und Janin Böttger jeweils 101,24 Kilometer (52 Runden), während Ilka

Hendrichke 81,77 Kilometer (42 Runden) lief. Dirk Wittkowski und Yvonne Schneider nutzten den Lauf als Vorbereitung für die Deutsche Meisterschaft im 24-Stundenlauf in Bottrop Ende Juli. Markus Marszalek, Ilka Hendrichke und Janin Böttger bereiten sich aktuell auf den 100-Kilometer-Mammutmarsch Ende Juli vor.

Am Samstagmittag starteten Gabriele Fliege beim 6-Stunden-Lauf und Monika Folkerts beim 3-Stunden-Lauf. Innerhalb der 6-Stunden

absolvierte Gabriele Fliege eine Gesamtstrecke von 40,88 Kilometern, 21 Runden. Monika Folkerts lief ganze 9 Runden und legte eine Strecke von 17,52 Kilometern zurück.

Mit jeder Runde überwunden die Teilnehmer*innen ca. 20 Höhenmeter, bei 11 Runden (Halbmarathon Distanz) ca. 220 Höhenmeter.

Das Verpflegungsangebot über das ganze Wochenende ließ keine Wünsche offen. Viele Speisen wurden von den Familienangehörigen der Veranstalter liebevoll zubereitet. Für kurze Verschnaufpausen bestand die Möglichkeit sich mit einem Zelt o.ä. auf den nahegelegenen Wiesen niederzulassen.

Am Sonntagmittag erweiterte sich die Laufgruppe vom SuS Oberaden. In diesem Jahr wurde ein weiterer 6-Stunden-Lauf am Sonntag angeboten, an dem Iris Köppen, Annegret Brigatt, Tobias Senne und Jürgen Gräber teilnahmen. Für Annegret, Iris und Tobias war die gelaufene Strecke von 35,04 Kilometern ihre bisher längste Strecke. Jürgen Gräber umrundete den Bornekamp insgesamt 23-Mal und legte eine Strecke von 44,78 Kilometern zurück.

Insgesamt legten die SuS Oberaden Läufer*innen eine

beeindruckende Gesamtstrecke von 823,53 Kilometern (423 Runden) zurück. Der „Borne to run“ hat sich fest im Jahreskalender etabliert und somit haben sich bereits jetzt acht Läufer*innen vom SuS Oberaden für die Veranstaltung im nächsten Jahr über die Voranmeldung angemeldet.

GSW Wasserwelt und Schwimmvereine veranstalten „Tag des Schwimmabzeichens“



von links nach rechts: Norman Fabian (Schwimmeister GSW Wasserwelt), Sven Holtsträter (Bädermanager GSW Wasserwelt),

Manuela Knoke (Geschäftsführerin Wasserfreunde TuRa Bergkamen), Carsten Langstein (Centerleiter GSW Wasserwelt), Eva Bülow (Schwimmwartin Schwimmverein Kamen), Yannick Meier (Azubi Fachangestellter für Bäderbetriebe GSW Wasserwelt).

Am Samstag, 15. Juni 2024, veranstaltet die GSW Wasserwelt gemeinsam mit den Wasserfreunden TuraBergkamen, SV Kamen und den DLRG Ortsvereinen Bergkamen und Bönen in allen Bädern erstmalig den Schwimmabzeichentag. Hintergrund ist die bundesweite Initiative „Schwimmabzeichentage“, die in der Woche vom 09. – 16. Juni 2024 deutschlandweit stattfindet und auf mehr Sicherheit im und am Wasser abzielt

An diesem besonderen Tag haben sowohl Kinder als auch Erwachsene die Möglichkeit, ihre Schwimmfähigkeiten unter Beweis zu stellen und Schwimmabzeichen zu erwerben. Die GSW Wasserwelt stellt hierfür kostenlos entsprechende Abzeichen und Urkunden zur Verfügung. Die lokalen Schwimmvereine unterstützen uns tatkräftig, indem sie qualifizierte Übungsleiter bereitstellen, welche die Prüfungen für die Schwimmabzeichen vor Ort abnehmen.

Hier findet der Schwimmabzeichentag am 15.06.2024 statt:

Hallenbad Kamen: 12:00 – 16:00 Uhr

Unterstützung durch den **Schwimmverein Kamen**

Hallenbad Bergkamen: 09:00 – 13:00 Uhr

Unterstützung durch die **DLRG Ortsgruppe Bergkamen** und die **Wasserfreunde TuRa**

Saunabad Bönen: 14:00 – 18:00 Uhr

Unterstützung durch die **DLRG Ortsgruppe Bönen**

Silber- und Goldabzeichen können an diesem Tag ausschließlich in Bergkamen abgenommen werden, da in diesem Hallenbad sowohl 1-m-Sprungbrett als auch 3-m-Turm vorhanden sind.

Die Bedeutung des Schwimmenlernens ist nach der Corona-Pandemie noch dringlicher geworden. Viele Kinder hatten während der Lockdowns und der pandemiebedingten Schließungen von Schwimmbädern nicht die Gelegenheit, regelmäßig Schwimmkurse zu besuchen. Dies hat dazu geführt, dass viele Kinder Nachholbedarf beim Schwimmen haben. Schwimmen ist jedoch nicht nur eine wichtige Freizeitbeschäftigung, sondern auch eine lebenswichtige Fähigkeit, die Sicherheit und Selbstvertrauen im Wasser gewährleistet.

„Wir freuen uns sehr, diese Initiative gemeinsam mit den lokalen Schwimmvereinen umsetzen zu können. Unsere Mission ist es, Schwimmen für alle zugänglich zu machen und gleichzeitig die Sicherheitsstandards im Wasser zu erhöhen. Besonders nach den Herausforderungen der letzten Jahre ist es uns ein Anliegen, Kindern und Erwachsenen die Möglichkeit zu geben, ihre Schwimmfähigkeiten zu verbessern und wertvolle Abzeichen zu erwerben.“ bekräftigt Carsten Langstein, Centerleiter der GSW Wasserwelt.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, den Tag des Schwimmbadzeichens am 15. Juni in unseren Bädern in Kamen, Bönen und Bergkamen zu besuchen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Es gilt der reguläre Eintrittspreis. Abzeichen und Ausweis sind kostenlos. Für das „Seepferdchen“ werden Schwimmkenntnisse vorausgesetzt. Die Abnahme ersetzt keinen Schwimmkurs.

**Fußball-Feriencamp für Kids
von 6 bis 14 Jahren beim SuS**

Oberaden

Auch in diesem Jahr bietet der SuS Oberaden zusammen mit der Fußballschule Grenzland ein Feriencamp für Kids von 6 bis 14 Jahren in der sechsten Ferienwoche vom 12. bis 15. August jeweils von 10 bis 15.30 Uhr an. Der Teilnehmerbeitrag: 139 Euro. Anmeldungen sind unter <https://www.fussballschule-grenzland.com/>.



FUSSBALLSCHULE Sommer-Camp
Wo der Spaß am Ball keine Grenzen kennt

Scannen & Anmelden!

12. - 15.08.2024

Täglich von 10.00 - 15.30 Uhr
auf der Anlage des **SuS Oberaden**
Jetzt anmelden: www.fussballschule-grenzland.com

Für Kids von 6-14 Jahren

- + Verpflegung
- + Camp-Shirt
- + Trinkflasche
- + Urkunde
- + Schulbuchmessung

nur 139 €

ZUR BERGISCHEN HAUENHÄUSE WEDDHELEN UND CAMP GRATIS ERHALTEN