

TuRa-Wasserfreunde: Max Simon und Lina Fließ erneut mit starken Zeiten



Am 1. Advent Wochenende starteten die Wasserfreunde TuRa Bergkamen beim 52. Advent-Schwimmfest und waren zu Gast beim SV Neptun Neheim-Hüsten. Dieser Wettkampf ist auf der Kurzbahn für dieses Jahr der letzte Wettkampf, bevor es nach Hamm und Bochum auf die Langbahn geht und sollte nochmals für zahlreiche Bestzeiten sorgen. Leider konnten die Wasserfreunde nur mit einer reduzierten Mannschaft auf Grund vieler Krankmeldungen am Wettkampf teilnehmen.

Allen voran zeigten Max Simon (Jg. 2012) und Lina Fließ (Jg.

2011) speziell über ihre Hauptlagen und sehr deutlich ihre Stärken.

Max startete am Samstag zuerst über die 200m Freistil und sorgte bereits nach 100m für großes Erstaunen. Max ging die ersten 100m schneller an (1:21 Min.) als die erst kürzlich aufgestellte Bestzeit über 100m Freistil (1:22,32 Min.)! Er schlug nach 200m in 2:52,27 Minuten an und verbesserte sich um über 5 Sekunden. Kurze Zeit später ging Max über die 50m Freistil auf den Startblock und schlug in sensationellen 34,60 Sekunden an. Das bedeutet Altersklassenrekord der ewigen Bestenliste der Wasserfreunde TuRa Bergkamen für 10-jährige Jungen!!! Herzlichen Glückwunsch! Außerdem gewann er mit dieser Zeit den Ehrenpreis des Jahrgangs 2012 der Jungen. Über beide Strecken gewann Max jeweils die Goldmedaille. Die 100m Lagen legte Max ebenfalls in Bestzeit zurück und wurde zweiter. Über 50m Rücken gewann Max wieder Gold und qualifizierte sich mit Bestzeit in 41,74 Sekunden für das Finale der Junioren (Jg. 2010 – 2014). Als jüngster Teilnehmer im Starterfeld blieb ihm allerdings keine Chance. Dennoch zeigte Max das in den kommenden Jahren mit ihm zu rechnen ist. Am Sonntag machte Max dann da weiter, wo er aufgehört hat, und beamte sich in sagenhaften 1:18,50 Minuten über 100m Freistil durch das Wasser und gewann Gold! Sein Trainer musste 2x auf die Anzeigetafel schauen, um das zu glauben. Mit dieser Zeit erreichte er zudem den zweiten Platz in der ewigen Bestenliste der Wasserfreunde für 10-jährige Jungen. Kurze Zeit später und nach zwei langen Wettkampftagen standen noch die 200m Lagen an. Leider stand Max allein in seinem Lauf auf dem Startblock. Interessierte ihn aber überhaupt nicht und hat sich voll auf sich konzentriert und gab noch einmal alles. So stellte er nochmals eine hervorragende neue persönliche Bestzeit in 3:25,18 Minuten auf und gewann auch hier Gold. Für die tolle Zeit und Teilnahme als einziger in diesem Lauf bekam Max zur Belohnung vom SV Neptun Neheim-Hüsten einen Weckmann.

Lina zeigte über die Rückenstrecken, wer die Chefin im Wasser ist. Sie verbesserte ihr erst vor kurzem aufgestellte Bestzeit

über die 100m Rücken um 2,5 Sekunden und schlug in 1:25,03 Minuten an und gewann Gold. Über die 200m Rücken verbesserte sie auch nochmal ihre bereits sehr gute Bestzeit um 1,5 Sekunden auf hervorragende 3:04,12 Minuten und gewann wieder Gold. Nachmittags startete sie über die 200m Brust und zog auch hier an ihre Konkurrentinnen mit Bestzeit in 3:27,57 Minuten vorbei auf Platz 1. Am Sonntag ging sie über die 50m Rücken voll motiviert an den Start, leider etwas zu sehr motiviert. Lina startete leider ganz knapp vor dem Startsignal und wurde disqualifiziert. Mit der Zeit, die sie geschwommen ist, wäre sie nicht nur erste in ihrem Jahrgang geworden, sondern wäre auch als dritt schnellste ins Finale eingezogen. Somit hat sie sich leider selbst geschlagen. Leider hat die Disqualifikation sehr an ihrer Motivation genagt und sie konnte sich nicht mehr richtig konzentrieren und auf die anstehenden Läufe vorbereiten. Über die 100m Brust schwamm sie dennoch eine tolle neue Bestzeit von 1:37,70 Minuten und wurde dritte. Über 50m Brust gewann sie in 44,43 Sekunden Silber und zog ins Finale ein blieb aber auch hier deutlich unter ihrer Bestzeit von 43,44 Sekunden. Man sah ihr aber über alle Bruststrecken an, das die Anspannung fehlte, dennoch hat Lina einen sehr tollen Wettkampf geliefert.

Lisa Marie Ebel (Jg. 2006) wuchs ebenfalls über sich hinaus und pulverisierte ihre Bestzeiten über 200m Freistil und 200m Schmetterling. Über die 200m Freistil verbesserte sie sich um fast 9 Sekunden auf 2:44,46 Minuten und über die 200m Schmetterling um sage und schreibe 11 Sekunden auf 3:08,39 Minuten. Diese super tolle Zeit wurde mit der Bronzemedaille belohnt.

Lia Schröder (Jg. 2012) stellte trotz einiger krankheitsbedingter Trainingsausfälle drei neue persönliche Rekorde auf. So steigerte sie sich über 50m Rücken auf 49,73 Sekunden, die 100m Brust schwamm sie in 2:02,46 Minuten und die 100m Freistil legte sie in 1:35,50 Minuten zurück. Das Podium verpasste sie über alle ihre vier Starts mit einem 4., 2x 5. und einem 6. Platz immer knapp.

Smilla Panberg (Jg. 2010) stellte am Samstag drei Bestzeiten auf. Die 200m Rücken schwamm sie in 3:30,33 Minuten, die 50m Freistil schaffte sie in 39,66 Sekunden und die 200m Brust, über die sie die Bronzemedaille gewann, schwamm sie in 3:41,40 Minuten. Leider konnte Smilla am Sonntag nicht mehr an den Start gehen, weil es auch sie über Nacht erwischt hat und krank geworden ist.

Die 2. Mannschaft war ebenfalls mit und konnte sich viele neue Bestzeiten erschwimmen.

Ben Luca Spiekermann (Jg. 2013) gewann jeweils in Bestzeit Gold über 200m Brust, Silber über 100m Rücken und Bronze über 50m Freistil.

Henriette Treinies (Jg. 2013) und Liva Yüksekogul (Jg. 2012) stellten je vier neue Bestzeiten über 50m Rücken, 100m Brust, 50m Brust und 100m Freistil.

Karla Henriette Treese (Jg. 2013) verpasste über 50m Freistil nur knapp einen persönlichen Rekord und ebenfalls knapp wurde sie in 46,33 Sekunden vierte.

Die Trainer*in Christian Fließ, Thalia Simon und Marco Steube waren mit den Leistungen ihrer Schwimmer*innen mehr als zufrieden und sind stolz darauf eine so motivierte und erfolgreiche Mannschaft zu haben.

**Gymnasium Bergkamen erhält
modernes Calisthenicsgerät:
Ein Wunsch wird Wirklichkeit**



Offizielle Übergabe des Calisthenicsgeräts.

Noch sind es einige Wochen bis Weihnachten – und doch ist ein großer Wunsch der Schülersvertretung (SV) des Städtischen Gymnasiums Bergkamen bereits jetzt in Erfüllung gegangen: Ein modernes Calisthenicsgerät sorgt auf dem Schulhof für neue Bewegungsmöglichkeiten. Im Beisein zahlreicher Vertreter von SV, Kollegium und Stadtverwaltung übergab Bürgermeister Bernd Schäfer die verschiedenen Elemente zum Klettern und Turnen heute offiziell an Schulleiterin Mirja Beutel. Geplant ist nun, das Gerät in den Sportunterricht zu integrieren, um motorische Kompetenzen systematisch zu verbessern.

Doch damit nicht genug: Um alle Optionen voll auszuschöpfen, steht das aus Stangen verschiedener Höhe und Position bestehende Sportgerät den Schülerinnen und Schülern in den Pausen zur freien Verfügung – wovon sie rege Gebrauch machen. „Sofort nach dem Entfernen des Bauzauns brach große Begeisterung aus“, bestätigt Mirja Beutel die starke Nachfrage. Offensichtlich entspricht das Gerät in idealer

Weise dem ausgeprägten Bedürfnis nach Bewegung und sozialer Interaktion.

„Dieses Projekt zeigt, dass es immer wieder möglich ist, Ideen von Schülerinnen und Schülern sinnvoll umzusetzen“, so Bürgermeister Bernd Schäfer. Nach den Corona-bedingten Schulschließungen und Lockdowns in den Jahren 2020 und 2021 sowie den damit verbundenen Einschränkungen beim Schul- und Vereinssport ist ein deutlicher Nachholbedarf an Bewegung zu spüren. Dadurch ergibt sich jetzt die Chance, jene motorischen Defizite der Schülerinnen und Schüler auszugleichen, welche sich infolge der Pandemie eingestellt haben.

Doch was ist Calisthenics überhaupt? Diese Form der Körperübungen orientiert sich am Krafttraining und umfasst zusätzlich akrobatische Übungen sowie das Repertoire des klassischen Geräteturnens. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der intermuskulären Koordination. Die Umsetzung des Calisthenicsprojekts am Städtischen Gymnasium Bergkamen ist mit einem Kostenaufwand von knapp 48.000 Euro verbunden. Der größte Teil davon stammt aus dem Landesprogramm „Aufholen nach Corona“; die restlichen Mittel hat die Stadt Bergkamen beigesteuert.

TuRa-Schwimmerin Lina Antonia Gruner mit starken Bestzeiten



Am 13. November stiegen die Schwimmer*innen der 1. und 2. Mannschaft in Dortmund-Eving beim Schwimmfest des VfL Kemminghausen 1925 e.V. auf die Startblöcke und kamen wieder sehr erfolgreich aus dem Becken. Neben vielen Medaillen stellten alle Schwimmer*innen neue persönliche Bestzeiten auf.

Hervorzuheben sind hier die Leistungen und Trainingsbereitschaft von Lina Antonia Gruner (Jg. 2009). Sie ist in das Jahr mit einer Bestzeit über 100m Freistil von 1:19,2 Minuten und über 50m Freistil von 36,64 Sekunden gestartet. Mit einer sehr hohen Trainingsbeteiligung und vor allem Engagement im Training ist es ihr gelungen in den Bereich der Pflichtzeiten für die Bezirksmeisterschaften zu schwimmen, Richtzeiten für das anstehende ISDO (Internationales Sparkassen Schwimmfest Dortmund) zu erreichen und vor allem stetig ihre Bestzeiten zu verbessern. So konnte sie in Dortmund-Eving über die 100m Freistil eine neue super Bestzeit von 1:11,43 Minuten und über die 50m Freistil in 32,95 Sekunden erkämpfen. Das Ende der Fahnenstange ist aber noch lange nicht erreicht, so liegt vor allem noch in der ersten Rennhälfte über die 100m Freistil und im Stehvermögen bis in Ziel als auch in der Technikumsetzung etwas Zeit auf der Strecke. In dem stark Besetzten Jahrgang reichte es trotz der großartigen Zeiten allerdings nur für Platz 5 über beide

Strecken. Bronze gewann sie über 50m Rücken und Silber über die 100m Lagen.

Max Simon (Jg. 2012) war der erfolgreichste Schwimmer der Wasserfreunde mit fünf Goldmedaillen über 50m und 100m Freistil, 50m und 100m Rücken sowie 100m Lagen. Auch hier macht sich das fleißige und harte Training bemerkbar welches sein hohes Zeitenniveau bestätigt.

Lina Fließ (Jg. 2011) steht den beiden im nichts nach und gewann 3x Gold, 1x Silber und 1x Bronze. Zudem konnte sie über ihre Paradedstrecken den 100m Rücken in 1:27,57 Minuten und über die 50m Brust in 43,04 Sekunden ebenfalls starke Bestzeiten setzen.

Luca Taubert (Jg. 2014) gewann ebenfalls 3x Gold und 1x Silber und konnte mit ebenfalls großartigen Zeiten aus dem Nachwuchsbereich für Ausrufezeichen sorgen.

Sarah Großpietsch (Jg. 2013) gewann 2x Silber und 1x Bronze und erreichte vier persönliche Bestzeiten über vier Starts.

Karla Henriette Treese (Jg. 2013) erreichte ebenfalls bei zwei Starts auch zwei neue persönliche Rekorde und gewann 2x Bronze.

Laura Cieschowitz (Jg. 2008) gewann 3x Bronze und ist mit ihrer neuen Bestzeit über die 50m Freistil in 32,86 Sekunden die schnellste Schwimmerin der Trainingsgruppe bei den Mädchen als auch bei den Jungen.

Lisa Marie Ebel (Jg.2006) gewann 1x Silber über ihre Lieblingsstrecke den 100m Schmetterling die sie zudem in neuer Bestzeit von 1:27,60 Minuten zurücklegte.

Jan Luca Goly (Jg. 2010) gewann 1x Silber über 50m Brust in neuer Bestzeit in 45,42 Sekunden.

Timo Wortmann (Jg. 2013) gewann 1x Silber über 100m Rücken auch in neuer Bestzeit von 2:04,10 Minuten.

Ben Luca Spiekermann (Jg. 2013) gewann 2x Bronze und stellte drei neue persönliche Rekorde auf.

Ebenfalls erfolgreich und mit vielen neuen Bestzeiten waren dabei, Henriette Treinies (Jg. 2013), Laura Sophie Ebel (Jg.

2008), Max Nierobisch (Jg. 2010), Oleksandr Tsys (Jg. 2012) und Smilla Panberg (Jg. 2010).

Die Trainer Christian Fließ, Thalia Simon (1. Mannschaft) als auch Jana Vonhoff und Maximilian Weiß (2. Mannschaft) waren mit den Leistungen ihrer Schwimmer*innen sehr zufrieden.

Volleyball-Abteilung des TuS Weddinghofen 1959 e.V. sucht Verstärkung

Seit vielen Jahren ist der Volleyball wichtig für den TuS Weddinghofen. Jetzt sucht der Verein Verstärkung in allen Altersklassen.

Die wachsenden Anfängergruppen freuen sich sehr über motivierte Verstärkung im Alter von 9 – 15 Jahren, sowohl männlich als auch weiblich, sodass der TuS mit diesen Mannschaften in Zukunft in den Liga-Betrieb einsteigen kann.

In den derzeitigen Liga-Mannschaften, der weiblichen U20 und der weiblichen Bezirksklasse, werden Spielerinnen gesucht, die im besten Fall Vorkenntnisse mitbringen, dies ist aber keine Voraussetzung. Die Spielerinnen sind zwischen 16 und 25 Jahre alt.

Und schließlich suchen auch die Mixed-Mannschaften Verstärkung im Hobby-Bereich. Die Volleyballspieler*innen dieser Gruppen sind im Alter von 16 – 66 Jahren. Die Trainingsspiele bei den Hobby Mixed Mannschaften stehen im Mittelpunkt. Sie nehmen nicht am Liga-Betrieb teil, melden sich aber hin und wieder zu Turnieren an.

Die Volleyball-Mannschaften trainieren in den Sporthallen des Gymnasiums in Bergkamen (Hubert-Biernat-Straße 1), der Pfalzschule (Pfalzstraße 90) und des Fakt Campus (Kleiweg 10). In den Sommermonaten wird auch gerne die Beachvolleyball-Anlage des Gymnasiums in Bergkamen genutzt. Bei Interesse einfach gerne zur Trainingszeit für ein Probetraining vorbeikommen!

Nachfolgend finden Sie alle Trainingszeiten unserer Volleyball-Mannschaften im Überblick:

Anfängergruppen: Donnerstag von 17:00-18:30 Uhr (Gymnasium Bergkamen)

Weibliche U20: Freitag von 16:30-18:30 Uhr (Gymnasium Bergkamen)

Bezirksklasse: Montag von 19:00-21:00 Uhr & Mittwoch von 18:00-20:00 Uhr (Gymnasium Bergkamen)

Hobby Mixed I: Dienstag von 20:00-22:00 Uhr (Gymnasium Bergkamen)

Hobby Mixed II: Montag von 20:00-22:00 Uhr (Fakt Campus)

Senioren Herren: Mittwoch von 19:30-21:30 Uhr (Pfalzschule)

Weitere Informationen über unsere Volleyball-Abteilung und den gesamten Verein finden Sie auf www.tus-weddinghofen.de oder kontaktieren Sie uns gerne unter info@tus-weddinghofen.de.

Geglücktes Basketball-Debüt

der Willy-Brandt-Gesamtschule



Am Mittwoch, 9. November, fand in Schwerte die Kreismeisterschaft der WK-II-Jungen im Basketball statt. Neben Schulen aus Kamen und Schwerte spielte auch die neugegründete Basketballmannschaft der Willy-Brandt-Gesamtschule als Vertretung der Stadt Bergkamen und war erfolgreich.

Nach sechs spannenden Spielen konnten sich die Bergkamener über einen guten dritten Platz freuen. Hervorzuheben dabei ist, dass sich die Schulmannschaft der Gesamtschule durch Eigeninitiative gegründet hat. Auch die Vorbereitungen auf das Turnier übernahmen die Schüler selbst.

Das Ziel der Schule ist es nun, dass sich langfristig aus dieser „Schulhofmannschaft“ eine feste Arbeitsgemeinschaft bildet.

359 Starts bei den Stadtmeisterschaften im Schwimmen 2022



Siegerehrung durch den Vorsitzenden des Stadtsportgemeinschaft Bergkamen Dieter Vogt (l.).

Letztes Wochenende richteten die Wasserfreunde TuRa Bergkamen die Stadtmeisterschaften im Schwimmen im Bergkamener Hallenbad aus. Die Wasserfreunde organisierten als Ausrichter die gesamte Veranstaltung. So stellten sie alle Kampfrichter und übernahmen zudem die Auswertung des Wettkampfes. Des Weiteren sorgten sie natürlich mit einem reichhaltigen Angebot für das leibliche Wohl ihrer Gäste.

Insgesamt kämpften in diesem Jahr 109 Schwimmerinnen und Schwimmer mit zusammen 359 Starts um die begehrten Stadtmeistertitel in den verschiedenen Jugend und Altersklassen. Im Einzelnen waren dreizehn Teilnehmer der Bodelschwingh-Schule, sechs Bürger der Stadt Bergkamen, 25

Schwimmer der DLRG sowie 65 Wasserfreunde bei dem vereinsoffenen Wettkampf vertreten.

Die Stadtmeisterschaften werden in Jugend- und Altersklassen (AK) ausgeschrieben, wobei bei den Jahrgängen 2016-2003 je zwei Jahrgänge in Minis, Jugend E-A und Junioren zusammengefasst werden, danach sind es immer 10 Jahrgänge von AK 20 bis AK 50 und älter.

Die Jugend E, D sowie die Altersklassen ab AK 30 haben die Möglichkeit 50m Brust, 50m Freistil 50m Rücken, 25m Schmetterling und 100m Lagen zu schwimmen. Alle anderen Schwimmer jeweils die doppelte Distanz plus die 100m Lagen. Die Minis der Jahrgänge 2012/13 schwimmen Brust, Freistil und Rücken über 25m. Die geschwommenen Zeiten werden dann in Punkte umgerechnet und zusammengezählt. Der Schwimmer mit der höchsten Punktzahl wird am Ende Stadtmeister in seiner Altersklasse und erhält einen der begehrten Pokale. Somit lohnt es sich natürlich möglichst viele der angebotenen Strecken zu schwimmen.

Die Ehrung der Stadtmeister übernahm in diesem Jahr Dieter Vogt, Vorsitzender der Stadtsportgemeinschaft Bergkamen.

Die diesjährigen Stadtmeister sind:

Minis : Mila Murray und Jonathan Mück (Wasserfreunde)

Jugend E : Karla Treese (Wasserfreunde), Grete Birk und Luca Taubert (beide DLRG Bergkamen)

Jugend D : Lina Fließ und Max Simon (Wasserfreunde)

Jugend C : Lina Antonia Gruner und Jan Luca Goly (Wasserfreunde)

Jugend B : Mira Juds und Piet Wepler (Bürger der Stadt Bergkamen)

Jugend A : Joline Rinne (Bürgerin der Stadt Bergkamen)

Junioren : Jana Vonhoff und Marco Steube (Wasserfreunde)

AK 20 : Ann-Kathrin Teeke (Wasserfreunde)

AK 30 : Alina Sophie Gröppler (Bürgerin der Stadt Bergkamen)

AK 40 : Susanne Panberg und Philip Mück (Wasserfreunde)

AK 50 u.ä.: Torsten Juds (Bürger der Stadt Bergkamen)

Schwimmer mit Handicap: Leonie Labandt und Konrad Heuser
(Bodelschwingh-Schule Bergkamen)

Bei den Minis gab es noch Zusatzpokale aufgrund von sehr guten Leistungen für Emilia Minnerup (DLRG Bergkamen) und Mara Eulich (Wasserfreunde). Außerdem erhielten alle Teilnehmer für jede geschwommene Strecke eine Urkunde und eine Medaille. Somit ging kein Teilnehmer leer aus, was gerade für die jüngeren Schwimmer eine schöne Motivation ist.

Tischtennis-Team der Willy-Brandt-Gesamtschule beim „Milchcup“ in Telgte



Nach einer bereits hart umkämpften schulinternen Qualifikationsrunde entsandte die Willy-Brandt-Gesamtschule Bergkamen am vergangenen Montag zwei erfolgsversprechende Teams unter Begleitung unserer Sporthelferinnen zum „Milchcup“ in Telgte.

Bei diesem Tischtennisturnier auf Bezirksebene traten in toller Wettkampfatmosphäre Kinder der 5. und 6. Klassen in Mixed-/Jungen- und Mädchenteams in brisanten Rundlaufduellen gegeneinander an. Am Ende reichte es trotz vollem Einsatz und viel Herzblut in spannenden Spielen nicht für einen oberen Rang.

Wir bedanken uns für ein tolles Turnier und werden es sicherlich im nächsten Jahr erneut versuchen.

TeilnehmerInnen: Mehi, Lukas, Maxi, Kostadin und Jonas aus der 6D; Büsra, Medine und Tuana aus der 6B

Schulsporthelferinnen: Leni und Milane aus der 10b

Lehrkräfte: Herr Plettenberg und Frau Hox

TuRa Schwimmer*innen in Lünen und Beckum erfolgreich



Am 28.10.2022 ging es für die Schwimmer*innen der Wasserfreunde TuRa Bergkamen bei den 2. Lüner Sprints auf den Startblock und nach einem Tag Pause am 30.10.2022 in Beckum. Die Lüner Sprints wurden im Vergleich zum letzten Jahr etwas verändert. So konnten sich für die in diesem Jahr stattfindenden Finals über 100m Lagen die 5 Punktbesten Schwimmer*innen in den Jahrgängen 2012-2009 und 2008 und älter qualifizieren.

Wieder einmal konnte Lina Fließ (Jg. 2011) mit persönlichen Bestzeiten, dem Sieg der Mehrkampfwertung und mit dem Einzug in das 100m Lagen Finale als Punktbeste Schwimmerin der Jahrgänge 2012-2009 aufzeigen. Im Finale schlug Lina als 2. knapp hinter einer Schwimmerin des Jahrgangs 2010 der SG Lünen an.



Ebenfalls für dieses Finale qualifizierte sich Linas

Vereinskameradin Mila Fee Krause (Jg. 2011) Sie konnte ebenfalls mit starken Zeiten glänzen. Im Finale hat die Kraft aber nach einer krankheitsbedingten Trainingspause in den Wochen zuvor nicht mehr ausgereicht. Mila kämpfte sich aber wie man es von ihr kennt ins Ziel.

Milas Zwillingbruder Mika Tom Krause gewann die Mehrkampfwertung und konnte ebenfalls über die 50m Strecken überzeugen.

Ebenfalls die Mehrkampfwertung gewann Max Simon (Jg. 2012). Vor allem über die 50m Freistil die er in 35,63 Sekunden schwamm, ist kein Kraut gegen ihn gewachsen.

Ann-Kathrin Teeke (Jg. 2000) gewann deutlich alle ihre Läufe, die Mehrkampfwertung und das Finale. Sie kann sich zudem über neue Vereinsrekorde freuen und befindet sich in der Vorbereitung für die NRW-Kurzbahnmeisterschaften.

Gewonnen haben Lina Fließ, Lena Slaby, Mila Fee Krause und Max Simon zudem die 4x 50m Lagen mixed Staffel in einem zuerst sehr spannenden Rennen und konnten sich gegen die SG Lünen, SF Unna und TV Werne im Verlauf des Rennens in diesem Jahr klar durchsetzen.

Ebenfalls erfolgreich am Start waren Smilla Panberg (Jg. 2010), Lisa Marie Ebel (2006), Laura Cieschowitz (Jg. 2008), Elias Noel Kaminski (Jg. 2009), Lia Schröder (Jg. 2012), Lena Slaby (Jg. 2010) und Noah Mo Krause (Jg. 2008).

Nach einem Tag Pause fuhr die Mannschaft nach Beckum und konnte ihre positive Entwicklung fortsetzen und sammelten fleißig Medaillen. Die Wasserfreunde gewannen 3x Bronze, 13x Silber und 10x Gold. Außerdem stellten sie viele persönliche neue Bestzeiten auf. Heraus stach wieder einmal Lina Fließ (Jg. 2011). Über 200m Rücken gewann sie deutlich mit neuer Bestzeit in 3:05,70 Minuten und ist bereits jetzt schon deutlich unter der Pflichtzeit über diese Strecke für die Südwestfälischen Bezirksmeisterschaften im nächsten Jahr.

Die Trainer Christian Flüß und Thalia Simon sind mit den Leistungen sehr zufrieden. Die Wettkämpfe werden aktuell aus dem vollen Training geschwommen ohne große Vorbereitung, was auf weitere Verbesserungen zum Saisonhöhepunkt zum Jahresende schließen lässt.

Laufeinsteigerkurs 2022 des SuS Oberaden erfolgreich abgeschlossen



Der Laufeinsteigerkurs am Horstmarer See.

Nach einem 12 wöchigem Training konnte der Laufeinsteigerkurs 2022 des SuS Oberaden erfolgreich abgeschlossen werden. Mit dem Schlusstraining hat die Gruppe eine Punktlandung hingelegt.

Versprochen war, nach einem gesundheitsorientierten Training (Ernährung, Kräftigung, Dehnung, Ausdauer), dass die Gruppe am letzten Tag in einer Stunde bis zum Horstmarer See und zurück läuft. Um genau zu sein waren es 1 Stunde, eine Minute und 15 Sekunden für 8,1 km mit 7:33 Minuten pro Kilometer. Respekt.

Dazu muss man wissen, dass das Training in zwei Minuten Intervallen angefangen hatte. Die ersten Trainingseinheiten gingen zweimal um den Ententeich in Oberaden.

Noch größeres Lob verdient das Durchhaltevermögen der Gruppe. Immer wieder motiviert durch Andreas Worch und weiteren Laufbetreuern startete die Gruppe mit 29 Anmeldungen, wovon 22 Läufer das Ziel erreichten. Eine tolle Leistung.

Damit können die Laufeinsteiger nun problemlos in der regulären 3. Gruppe des Lauftreffs mitlaufen: jeden Sonntag um 10:00 Uhr am Sportheim in Oberaden.

Neuer Kunstrasenplatz und die leichtathletischen Anlagen im Römerbergstadion an Vereine übergeben



Bergkamens Bürgermeister Bernd Schäfer hat jetzt, im Beisein verschiedener Firmenvertreter und Vertreter der heimischen Lokalpolitik, den fertiggestellten Kunstrasenplatz und die leichtathletischen Anlagen im Römerbergstadion an die Fußballer und die Leichtathleten des SuS Oberaden übergeben.

Seit Mitte September wurde am Kunstrasenplatz gebaut und seit Mitte Juli wurden die leichtathletischen Anlagen am Rasenplatz durch verschiedene Fachfirmen erneuert.

Im Ergebnis wurden ca. 800.000,00 € verbaut, die dem Schul- und Vereinssport in Oberaden für die nächsten Jahre geeignete Rahmenbedingungen für den Sportbetrieb bieten.



Bürgermeister übergibt
fertiggestellten
Kunstrasenplatz und
Leichtathletikanlagen des
Römerbergstadions an

Sportvereine



Bürgermeister Bernd Schäfer.

Bergkamens Bürgermeister Bernd Schäfer wird am Samstag, 29. Oktober 2022, 13.30 Uhr, den fertiggestellten Kunstrasenplatz und am Sonntag, 30. Oktober 2022, 11.00 Uhr, die leichtathletischen Anlagen im Oberadener Römerbergstadion, an die heimischen Sportler übergeben.

Seit dem 12. September waren die Fußballer des SuS auf andere Sportanlagen im Stadtgebiet verteilt und haben dort ihren Trainings- und Spielbetrieb durchgeführt. In Oberaden erwartet sie jetzt ein mit Sand verfüllter Kunstrasenbelag auf dem das reguläre Großspielfeld und 16-m-Räume für Spiele auf einer Platzhälfte aufgebracht worden sind.

Die Leichtathleten des SuS haben ihr Training bereits seit Mitte Juli im Nordbergstadion durchgeführt und können sich nun über einen kompletten Austausch der Kunststoffflächen der Laufbahn und anderer Sportflächen freuen. Neu geschaffen wurden eine zweite Anlaufbahn für den Speerwurf, Sprungbalken für den Dreisprung und ein Einstichkasten für den Stabhochsprung. Auch optisch unterscheidet sich die neue Laufbahn von ihrer Vorgängerin. Die Bahn verfügt jetzt über farbig unterlegte Wechselzonen, die insbesondere für Staffelläufe aufgebracht worden sind.

Bürgermeister Bernd Schäfer bedankt sich insbesondere bei den Bergkamener Vereinen, die Einschränkungen auf den Platzanlagen

mitgetragen haben, um den Oberadener Sportlern Trainings- und Spielmöglichkeiten während den Bauphasen zu ermöglichen. Betroffen davon waren u.a. bis zu 300 Kinder und Jugendliche des SuS.

Die Stadt Bergkamen hat zur Umsetzung der Baumaßnahmen bis zu 800.000,00 € in die Hand genommen. Ein endgültiges Rechnungsergebnis liegt erst nach Vorlage und Prüfung der Schlussrechnungen vor.