## Vereinsmeisterschaften der DLRG Bergkamen

Am vergangenen Wochenende war es wieder soweit: Die DLRG Bergkamen veranstaltete ihre mit Spannung erwarteten Vereinsmeisterschaften. Bei diesem Event hatten alle Mitglieder, von den Kleinsten bis zu den erfahrenen Schwimmer\*innen, die Möglichkeit, ihr Können unter Beweis zu stellen und sich in verschiedenen Disziplinen zu messen.

Die Veranstaltung begann am Samstagmittag mit einer herzlichen Eröffnung durch den ersten Vorsitzenden Tobias Schwittek. Die Teilnehmer\*innen waren hochmotiviert und zeigten tolle Leistungen in den verschiedenen Disziplinen, die sowohl Schwimmtechniken als auch Rettungsübungen umfassten.

Eltern, Freunde und Vereinsmitglieder feuerten die Schwimmer lautstark an und sorgten für eine tolle Stimmung. Besonders erfreulich war die Teilnahme der jüngsten Mitglieder, die mit viel Enthusiasmus und Freude an den Wettkämpfen teilnahmen.

Bei der abschließenden Siegerehrung freuten sich besonders unsere Vereinsmeister\*innen: AK 8: Mila Schnabel und Jakob Füllner (beide 2017); AK 10: Josephine Schmidt und Nick Mosert (beide Jhg. 2016); AK 12: Greta Birk (2013) und Luca Steiner (2014); AK 13/14: Charlotte Kukelka und Nico Asser (beide Jhg. 2011); AK 15/16: Merle Schellhoff und Lennox Hildebrandt (beide Jhg. 2009); AK 17/18: Collin Kissing (2008); AK offen: Clara Schlüter; AK Senioren: Rebecca Perkuhn und Tobias Schwittek.

Am Ende des Tages konnten alle Teilnehmenden stolz auf sich sein. Jeder Einzelne hatte sein Bestes gegeben und wertvolle Erfahrungen gesammelt.

Die DLRG Bergkamen bedankt sich bei allen Kampfrichter\*innen, Helfer\*innen und Unterstützer\*innen, die zum Gelingen dieser Veranstaltung beigetragen haben. Wir freuen uns bereits auf die nächsten Vereinsmeisterschaften und sind gespannt auf das Wettkampfjahr 2025!

## Wasserfreunde zu Gast beim Kamener Hallenschwimmfest



Am 15. und 16.02.25 traten 9 Schwimmerinnen der Wasserfreunde TuRa Bergkamen beim 48. Kamener Hallen- und 44. Kamener Minischwimmfest des SV Kamen an — und das sehr erfolgreich. Bei 37 Einzelstarts sicherten sie sich insgesamt 27 Medaillen und erzielten 29 neue persönliche Bestzeiten.

Besonders erfreulich waren die Ergebnisse der jüngsten Teilnehmerinnen aus dem Jahrgang 2017: Johanna Mannel gewann 2x Bronze über 50m Brust und Freistil. Laura Szczecinski, die ihren ersten Wettkampf bestritt, sicherte sich ebenfalls eine Bronzemedaille über 50m Rücken. Im Jahrgang 2016 glänzte Mila

Murray mit zwei Goldmedaillen (200m Rücken, 200m Freistil) und einer Silbermedaille (100m Brust). Auch Marie Schnittker konnte sich Silber über 50m Rücken erkämpfen. Elisa Yüksekogul und Mila Ellerkmann (beide Jg. 2015) verbesserten ihre Zeiten deutlich. Elisa überzeugte mit zwei Goldmedaillen (200m Rücken, 200m Freistil), Silber (100m Rücken) und Bronze (200m Lagen), Mila gewann 2x Silber über 100 und 200m Freistil. Sarah Großpietsch (Jg. 2013) startete gleich achtmal und konnte viele ihrer Zeiten teils um einige Sekunden verbessern. Sie wurde sechsfache Siegerin (100, 200, 400m Freistil, 100, 200m Rücken, 200m Lagen) und gewann zusätzlich Silber über 50m Rücken sowie Bronze über 50m Freistil. Finja-Marie Possovard (Jg. 2011), die nach langer verletzungsbedingter Pause endlich wieder Wettkampfluft schnupperte, schlug über 200 und 400m Freistil sowie 100 und 200m Rücken mit beeindruckenden neuen Bestzeiten als Erste an und nahm 4x Gold mit nach Hause.

Die Trainerin Hanna Juds war sichtlich zufrieden mit den Leistungen ihrer Schwimmerinnen und freute sich über die vielen guten Ergebnisse, insbesondere die zahlreichen Bestzeiten und Medaillen.

"Grizzlys" aus Bergkamen stehen im Halbfinale der Eishockey-Regionalliga-Playoffs



Die "Grizzlys" aus Bergkamen stehen im Halbfinale der Eishockey-Regionalliga-Playoffs. Das ist eine große Überraschung, nachdem die Mannschaft als Aufsteiger aus der Landesliga zum ersten Mal in der Regionalliga spielt.

Am Freitag beginnt die Halbfinalserie "Best of Five" in Dortmund und am Sonntag, 23.2. Bulli 18:30h, haben die Grizzlys in der Eishalle Bergkamen ihr erstes Heimspiel gegen Dortmund.

### Walking Football bei SuS

## Rünthe: Ein Sport für alle, ein Team ohne Grenzen



Fußball ist mehr als nur ein Spiel — er verbindet Menschen, schafft Gemeinschaft und lässt niemanden außen vor. Beim Suß Rünthe wird dieser Gedanke durch Walking Football mit Leben gefüllt. Hier können Menschen jeden Alters und mit unterschiedlichsten Voraussetzungen gemeinsam auf dem Platz stehen.

Walking Football ist eine besondere Form des Fußballs, bei der nicht gerannt wird — eine Regel, die das Spiel für viele zugänglicher macht. Frauen und Männer, Senioren und Menschen mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen bilden hier ein Team. Es geht nicht um Tempo, sondern um Zusammenhalt, Spaß, Bewegung und die sozialen Kontakte. Ein beeindruckendes Beispiel für diese gelebte Inklusion ist Jan R., 35 Jahre alt, der in den Hellweg-Werkstätten in Oberaden arbeitet. Jan baut dort LED-Lampen zusammen, doch seine wahre Leidenschaft gilt dem Fußball. Er spielt seit einiger Zeit beim Walking Football des SuS Rünthe und fühlt sich dort rundum wohl. Aufgrund seines Wohlfühlens hat gleich den SuS Rünthe Fanshop "geplündert" und zeigt mit Stolz, für welchen Verein er aufläuft.

#### Interview mit Jan R.

Was machst Du auf Deiner Arbeit? Ich arbeite in den Hellweg-Werkstätten in Oberaden und baue dort Lampen zusammen. Ich schraube die LED-Teile drauf.

Was hast Du noch für Hobbys? Backen, Kochen und Musik hören, vor allem Techno und House.

Warum spielst Du Fußball? Weil es mir Spaß macht und meine Leidenschaft ist. In der Werkstatt wird auch donnerstags gespielt, da bin ich in der zweiten Mannschaft. Sebbe, der auch beim SuS Rünthe spielt, ist dort in der ersten Mannschaft.

Wie lange spielst Du schon Fußball? Ich habe im Alter von sechs Jahren beim Kamener SC angefangen, aber aus gesundheitlichen Gründen nach einem Jahr aufgehört. Jetzt spiele ich seit Sommer wieder.

Wo hast Du bisher gespielt? Beim Kamener SC und ich habe auch mal bei einem anderen Verein dreimal trainiert. Aber dort hat man mir gesagt, dass es nicht "passen" würde und ich mir besser einen anderen Verein suchen sollte.

**Wie kommst Du zum Sportplatz?** Mit dem Bus, das dauert etwa 30 bis 40 Minuten.

Was gefällt Dir am Walking Football? Es ist etwas anders wegen der Regeln, und ich mag es, mit den älteren Spielern zusammenzuspielen. Das langsamere Tempo ist gut für mich. Ich helfe auch bei den "Alten Herren" aus, zum Beispiel beim Hallenturnier, den offenen Werner Stadtmeisterschaften. Da habe ich sogar ein Tor geschossen und eine Vorlage gegeben! Wir wurden Zweiter.

Wie bist Du zum SuS Rünthe gekommen? Durch Sebbe, der auch in den Hellweg-Werkstätten spielt und hier beim Walking Football und den "Alten Herren" dabei ist.

Wie geht es Dir beim SuS Rünthe? Gut! (lacht und strahlt) Ich werde so akzeptiert, wie ich bin. Das ist schön, es wird Rücksicht genommen.

Was war dein tollstes Erlebnis? Die Werner Stadtmeisterschaften, weil ich ein Tor geschossen habe und wir Zweiter geworden sind. Und dass ich bei der nächsten Mannschaftsfahrt nach Willingen dabei bin.

Worauf bist Du stolz? Dass ich hier spielen darf! Ich freue mich, dass ich beim SuS Rünthe dabei bin und bleiben darf.

#### Gemeinsam mehr als nur ein Spiel

Die Geschichte von Jan zeigt, dass Walking Football viel mehr ist als nur ein Sport. Walking Football wird auch vom FLVW (Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen) als Gesundheitssport geführt. Es ist eine Chance für Menschen wie ihn, sich in einer Mannschaft willkommen zu fühlen, Teil einer Gemeinschaft zu sein und ihren Platz zu finden. Auch ein 72 jähriger hatte nach vielen Jahren der Pause wieder die Fußballschuhe geschnürt und auch jüngere Leute, die nach einem Kreuzbandriss, hier im Walking Football ihrer Leidenschaft, dem Fußball, wieder nachgegen können. Beim SuS Rünthe wird Inklusion aktiv gelebt. Hier zählt nicht, wie schnell man läuft (bzw. beim Walking Football geht) oder wie hart man schießt – sondern wie man miteinander umgeht.

Sepp Herberger hat gesagt; "Wichtig ist auf'n Platz!", aber

## Sarah Großpietsch erkämpft sich Bronze bei Südwestfälischen Meisterschaften im Schwimm-Mehrkampf



Sarah Großpietsch mit Trainerin Alina Gröppler.

Die Krankheitswelle bei den Wasserfreunden TuRa Bergkamen ist noch nicht überstanden, sodass Sarah Großpietsch (\*2013) am 08. und 09. Februar 2025 als einzige Schwimmerin aus Bergkamen bei den Südwestfälischen Meisterschaften im Schwimm-Mehrkampf in Hamm an den Start ging.

Für die Teilnahme musste sich Sarah über 200m Lagen qualifizieren – nur die besten 16 Schwimmer:innen pro Geschlecht und Jahrgang (2013–2015) waren startberechtigt. Der Schwimm-Mehrkampf umfasst verschiedene Disziplinen: 200m Lagen, 400m Freistil, 25m Delfin-Beine in Bauch- und Rückenlage, 50m Beinbewegung sowie 100m und 200m in Sarahs Hauptlage "Rücken".

Mit teils beeindruckenden neuen Bestzeiten überzeugte sie in ihrer Hauptlage und erkämpfte sich trotz starker Konkurrenz am Ende im Mehrkampf "Rücken" der Mädchen im Jahrgang 2013 einen tollen 3. Platz mit insgesamt 1612 Punkten, der mit einem Bronze-Pokal belohnt wurde.

Die Trainerin Alina Gröppler, die Sarah während des gesamten Wettkampfes tatkräftig unterstützte, war sehr zufrieden mit der erbrachten Leistung und freute sich über ihren Erfolg.

## Erfolgreiches, aber krankheitsgeprägtes Wettkampf-Wochenende für die Wasserfreunde TuRa Bergkamen



Mannschaft der RuRasserreunde.

Am ersten Februarwochenende waren die Schwimmer:innen der Wasserfreunde TuRa Bergkamen bei zwei Wettkämpfen im Einsatz – trotz vieler krankheitsbedingter Ausfälle zeigten sie starke Leistungen.

Die 2. Mannschaft startete am 02.02.25 beim 51. Junioren- und Jugendschwimmfest in Hamm-Herringen. Trotz einiger fehlender Schwimmer war der Wettkampf ein großer Erfolg: Bei 29 Einzelstarts gab es 19 Medaillen und zahlreiche neue Bestzeiten. Besonders herausragend war Ilana Kumon (\*2016), die sich mit zwei Goldmedaillen (100m Lagen, 50m Rücken) und zwei Silbermedaillen (50m Freistil, 50m Brust) Jahrgangspokal für die punktbeste Leistung sicherte. Auch Elisa Yüksekogul (\*2015) überzeugte mit zwei ersten Plätzen (100m Rücken, 200m Lagen) sowie einer Bronzemedaille (100m Brust). Erfolgreich waren zudem Mila Ellerkmann und Carlotta Treinies (beide Jg. 2015) mit je 2x Silber und 1x Bronze, Leni Schröder (\*2015) und Lasse Treinies (\*2017) mit je 1x Silber und 2x Bronze. Jana Knöfel und Kasimir Störmer (beide Jg. 2016) verbesserten ihre Bestzeiten ebenfalls deutlich.

Die 1. Mannschaft der Wasserfreunde trat am 01. und 02.02.25 beim 41. Dortmunder Schwimmfest International an. Auch hier dezimierte eine Krankheitswelle das Team — nur etwa die Hälfte

der geplanten Starts konnte absolviert werden. Trotz der Ausfälle überzeugten die verbliebenen Schwimmer:innen, darunter Laura Sophie Ebel (\*2008) und ihre ältere Schwester Lisa Marie (\*2006), Lia Schröder (\*2012) und ihre jüngere Schwester Leni (\*2015), Sarah Großpietsch (\*2013), Smilla Panberg (\*2010), Noah Mo (\*2008) und seine Geschwister Mika Tom (\*2011) und Mila Fee (\*2011), Carlotta Treinies (\*2015) und Elisa Yüksekogul (\*2015), mit ansprechenden Leistungen auf der Langbahn.

Die Trainer beider Mannschaften zeigten sich sehr zufrieden mit den Leistungen Ihres Teams. Trotz starker Konkurrenz konnten viele persönliche Bestzeiten und tolle Erfolge erzielt werden.

## Wasserfreunde aus Bergkamen starten erfolgreich ins neue Schwimmjahr



1. Mannschaft der Wasserfreunde TuRa Bergkamen

Die 1. Mannschaft der Wasserfreunde TuRa Bergkamen war am 25. und 26.01.2025 zu Gast in Iserlohn beim Mittel-Langstreckenmeeting. Im Fokus standen die Distanzen über 200, 400, 800 und 1500 Meter. Bei insgesamt 35 Einzelstarts konnten sich die Schwimmer:innen über zahlreiche Medaillen und neue persönliche Bestzeiten freuen. Mira Juds (\*2007) sicherte sich über 200m Rücken die Goldmedaille und erzielte zudem zweimal Silber (400m Lagen, 800m Freistil). Sarah Großpietsch (\*2013) überzeugte mit zwei Goldmedaillen (200m Rücken und Freistil) sowie einer Bronzemedaille (400m Lagen). Emma Gramse (\*2013) konnte dreimal Silber erreichen (200m Rücken, Freistil und Brust), während Laura Sophie Ebel (\*2008) mit Silber über 200m Schmetterling und ihre ältere Schwester Lisa Marie (\*2006) mit Bronze über 200m Freistil ebenfalls erfolgreich waren. Die Geschwister Mila Fee Krause (\*2011) und Mika Tom Krause (\*2011) sicherten sich jeweils eine Bronzemedaille - Mila über 200m Brust und Mika über 400m Freistil. Der ältere Bruder der beiden Noah Mo (\*2008) belohnte sich mit der Silbermedaille über 400m Freistil. Auch Lia Schröder (\*2012) konnte sich über zwei Bronzemedaillen freuen (200m Rücken und Freistil).



2. Mannschaft der Wasserfreunde TuRa Bergkamen



Jüngster
TuRaner
Schwimmers
Bruno Krause,
der am
kindgerechten
Wettkampf
teilgenommen
hat.

Die Schwimmer:innen der 2. Mannschaft stiegen ebenfalls an diesem Wochenende beim 7. Neujahrsschwimmfest in Witten auf die Startblöcke. Sie erkämpften sich 12 Gold-, 6 Silber- und 6 Bronzemedaillen und viele neue persönliche Bestzeiten. Bruno Krause (\*2018), der noch im kindgerechten Teil des Wettkampfes schwamm, freute sich über zwei Goldmedaillen (25m Rücken und

Kraulbeine) und eine Bronzemedaille (25m Brust). Mila Murray (\*2016) stand gleich vier Mal auf Platz 1 (25m Schmetterling, Rücken. Brust und Freistil) und gewann damit den Jahrgangspokal. Elisa Yüksekogul (\*2015) erkämpfte sich zweimal Gold (50m Schmetterling und Freistil) und zwei Bronzemedaillen (50m Rücken und Brust), während Kasimir Störmer (\*2016) zwei Goldmedaillen (25m Rücken und Brust) und eine Bronzemedaille (25m Freistil) holte. Lasse Treinies (\*2017) stand über 25m Freistil auf Platz 1 und zwei Mal auf Platz 2 (25m Rücken, Brust). Johanna Mannel (\*2017) sicherte sich drei Mal Silber (25m Rücken, Brust, Freistil), Lia Senz (\*2016) ein Mal Silber (25m Rücken) und zwei Mal Bronze (25m Brust, Freistil) und Johanna Donsbach (\*2015) ein Mal Gold über 50m Rücken.

Insgesamt ziehen die Trainer:innen beider Mannschaften ein positives Fazit nach dem ersten Wettkampf-Wochenende im neuen Jahr. Sie zeigen sich sehr zufrieden mit den guten Leistungen auf zum Teil ungewohnten Strecken und den vielen neuen Bestzeiten Ihrer Schwimmer:innen.

## Neujahrsempfang beim TuS Weddinghofen 1959 e.V.



Am vergangenen Samstag veranstalteten der TuS Weddinghofen seinen traditionellen Neujahrsempfang für alle Übungsleiter\*innen. Nach einem gemeinsamen Frühstück wurde das vergangene Jahr Revue passiert und organisatorische Aspekte für dieses Jahr besprochen. Dabei ging es unter anderem um aktuelle (Kurs-)Angebote sowie Fortbildungsmöglichkeiten. Abgerundet wurde die Sitzung durch einen Austausch unter den Übungsleiter\*innen, bei dem Erfahrungen geteilt wurden.

"Wir bedanken uns bei all unseren Übungsleiter\*innen für alle geleisteten Übungsstunden, die für unsere Mitglieder ein kreatives und abwechslungsreiches Sportangebot gestalten, und freuen uns auf viele weitere", betont der TuS.

Weitere Informationen über die Angebote des TuS und den gesamten Verein finden Sie unter www.tus-weddinghofen.de oder kontaktieren Sie den TuS unter info@tus-weddinghofen.de.

# Tennis für Jung und Alt beim ersten Neujahrsempfang des TC Bergkamen



Der Neujahrsempfang war das erste Event des TC Bergkamen. Nach der Fusion der beiden Bergkamener Vereine TC Bergkamen-Weddinghofen und TV Bergkamen-Overberge gingen die Mitglieder nun erstmals offiziell gemeinsam auf den Platz. Am vergangenen Samstag spielten 70 Mitglieder mit einer Alterspanne von acht bis 77 Jahren in der Traglufthalle am Häupenweg.

#### Ein echtes Highlight

"Der Neujahrsempfang bestand aus zwei Teilen", sagt Dirk Urbanczyk,2. Vorsitzender des Vereins, "Wir haben zuerst zwei Stunden lang mit den Kindern trainiert, und dann kamen die Erwachsenen dazu, um gemeinsam ein kleines Turnier zu spielen." Bevor die Erwachsenen die Kinder auf den Plätzen ablösten, spielten die Kinder noch zusammen mit den Erwachsenen. "Besonders für die Kinder war das ein echtes Highlight. Viele von ihnen haben beim Training gefragt, ob wir das in Zukunft öfter machen können", so Urbanczyk.

#### Spieler aller Altersklassen

Im Anschluss spielten die 26 Erwachsenen-Spieler gemeinsam ein kleines Spaßturnier aus. "Sowohl Kinder als auch Erwachsene gaben positive Rückmeldungen. Deshalb planen wir im März auch einen kleinen Schnuppertag, um das zu wiederholen", sagt Urbanczyk und fährt fort: "Die Begeisterung hat sich gerade bei den jungen Spielern in die nächste Trainingswoche übertragen. Wann immer es möglich war, haben wir gegen Ende der Stunde versucht die Gruppen aus Jung und Alt etwas zu mixen

## Ultramarathon: Dirk Wittkowski vom SuS Oberaden umläuft 63 Kilometer rund um Köln



Am vergangenen Sonntag fand in der 7.Auflage, der G1 Grüngürtelultra Köln statt. Der mittlerweile traditionelle erste Ultramarathon des Jahres zog ca. 400 vorangemeldete Läufer\*innen nach Köln. Unter Ihnen war Dirk Wittkowski, als einziger Starter vom SuS Oberaden, der sich der besonderen Herausforderung den 63 km Rundkurs abzulaufen stellte.

Der Startbeginn war um 8:30 Uhr, somit fiel die Anreise auf die frühen morgen Stunden. Dies war trotz den winterlichen Straßenverhältnissen problemlos möglich. Der G1 Grüngürtel ist eine offizielle Wanderroute der Stadt Köln. Da diese nicht für den Lauf abgesperrt werden konnte, mussten sich alle Läufer\*innen an die StvO halten. Diese Besonderheit sorgte dann für einige Stopps, da es etliche Fußgängerampeln nur bei Grün zu überqueren galt. Weitere Hindernisse waren Schranken und das Überqueren von Strassenbahnübergängen. Auch das Blockieren der Strecke durch eine Gruppe, welche mit Pferden unterwegs war, sorgte für Heiterkeit und Abwechslung.

Bei Temperaturen um 0 Grad bot die Strecke einiges an Abwechslung. Asphaltstraßen, Schotter, Schlamm sowie Schnee und Glatteis, es war alles dabei. Die an drei Stellen leicht geänderte Streckenführung, bedingt durch das Hochwasser im Rhein, stellte keine Schwierigkeit dar. Das vom Veranstalter bereitgestellte GPX-File sorgte für die entsprechende Navigation. Weiterhin gab es auf halber Strecke einen Verpflegungspunkt an welchem, dass Auffüllen der Vorräte möglich war.

So bewältigte Dirk Wittkowski zufrieden seinen ersten Ultramarathon im Jahr 2025 nach 08:09 Stunden. Im Anschluss gab es noch ein geselliges Zusammensein mit warmen Essen und Getränken.

Dirk Wittkowski bedankt sich bei Thorsten Klenke und seinem Team für die gute Ausführung dieser Veranstaltung in familiärer Atmosphäre.

## (Kurs-)Angebote im neuen Jahr beim TuS Weddinghofen 1959 e.V.

Der TuS Weddinghofen hat noch freie Plätze in folgenden Kursen/Angeboten:

#### West Coast Swing

Ort: Martin Luther Haus Bergkamen Uhrzeit: Dienstags 18:30 — 20:00 Uhr

#### Qi Gong

Ort: Kindergarten Springmäuse Bergkamen Uhrzeit: Donnerstags 17:30 - 18:30 Uhr

#### Step Aerobic

Ort: Pfalzschule Bergkamen

Uhrzeit: Donnerstags 19:00 - 20:00 Uhr

#### **Hoppers**

Ort: Pfalzschule Bergkamen

Uhrzeit: Freitags 18:00 - 19:00 Uhr

#### **Hula Hoop**

Ort: Pfalzschule Bergkamen

Uhrzeit: Dienstags von 17:30 - 18:30 Uhr

#### **Zumba Fitness**

1. Einheit:

Ort: Gymnasium Bergkamen Halle 2 Uhrzeit: Montags 19:00 — 20:00 Uhr

2. Einheit:

Ort: Turnhalle Nehemia Bildungs Campus Uhrzeit: Mittwochs 20:00 — 21:00 Uhr

Wichtig ist, dass der Kindergarten Springmäuse eine neue Adresse hat. Alle Kurse dort finden nun in der Gedächtnisstraße 16 in Bergkamen statt.

Weitere Informationen über die Angebote des TuS und den gesamten Verein finden Sie unter www.tus-weddinghofen.de oder kontaktieren Sie uns gerne unter info@tus-weddinghofen.de