

Wasserfreunde Schwimmen erfolgreich in Gelsenkirchen

Vier Schwimmerinnen und sieben Schwimmer der Wasserfreunde TuRa Bergkamen starteten erfolgreich beim 27. Horster Nachwuchsschwimmfest in Gelsenkirchen.



Auf dem Foto sind Josephine Borowski, Lina-Julie Bracht, Piet Weppler, Emma Schmucker, Lisa Marie Ebel, Yannick von der Heide, Ian Jared Wefers und Elias-Noel Kaminski mit ihrem Trainer Lucas Polley zu sehen.

Auf der Kurzbahn erschwammen sie sich gemeinsam 13 Medaillen und 37 persönliche Bestzeiten.

Über gleich drei Goldmedaillen freute sich Piet Weppler (Jg.2008), er siegte über 50 und 100m Brust sowie 50m Freistil. Julian Noel Bracht (Jg.2006) gewann über 100m Lagen und 100m Brust, holte Silber über 50m Brust sowie Bronze über 50m Freistil. Mika Tom Krause (Jg.2011) holte Gold über 25m Kraul-Beine und 25m Brust, Silber über 25m Freistil sowie Bronze über 25m Rücken. Mila Fee Krause (Jg.2011) bekam Bronze

über 25m Rücken und Max Gregor Schäfer Bronze über 100m Rücken.

Über viele persönliche Bestzeiten freuten sich Lina-Julie Bracht, Mareen Brech, Elias-Noel Kaminski, Emma Schmucker und Yannick von der Heide.

Die jüngsten TuRa Leichtathleten siegen in Iserlohn

Die jüngsten Leichtathleten des TuRa Bergkamen waren am Sonntag zu einer Kinderleichtathletikveranstaltung beim LAZ Iserlohn. Nach der ersten Veranstaltung in eigener Halle im März, sind die Kinder von dieser Art der Leichtathletik sehr begeistert und so fuhren insgesamt 29 Kinder, begleitet von den Trainern Imke Vogt, Alexandra Pütz, Gregor Korte und von vielen Eltern nach Iserlohn. Somit konnte Tura Bergkamen in allen drei Altersklassen U8, U10 und U12 jeweils ein Team stellen.



Die jüngsten TuRa Leichtathleten waren in Iserlohn überaus erfolgreich.

Für die jüngsten TuRa-Kinder, der Altersklasse U8 begann der Wettkampf mit einer Hinkelstaffel. Danach folgte die Hindernis-Sprintstaffel, das Ballstoßen und abschließend ein Team Biathlon. Während des Wettkampfes zeigte sich deutlich, dass die Trainer die Disziplinen im Training geübt hatten. Bis auf den abschließenden Biathlon gewannen die Kinder alle Disziplinen und wurden somit mit deutlichen Vorsprung erster. Nach dem Sieg bei der eigenen Veranstaltung war das für die jüngsten TuRa Leichtathleten bereits der zweite Sieg in diesem Jahr. Dieses zeigte sich natürlich auch in den strahlenden Kindergesichtern bei der Siegerehrung.

Im größten Teilnehmerfeld mit 8 Mannschaften musste sich die Kinder U10 beweisen. Dieses machten die Kinder sehr gut. Für diese Altersklasse stand eine Hindernisstaffel, das Medizinballstoßen, Wechselsprünge und ein Team-Biathlon auf dem Programm. Die Kinder gingen sehr engagiert an die Disziplinen und machten ihre Sache sehr gut. In diesem leistungsmäßig sehr starken Feld belegten die Kinder in den einzelnen Disziplinen immer vordere Plätze. Sehr zufrieden

waren die Kinder mit ihrem dritten Platz bei der Siegerehrung.

Die Altersklasse U12 begann der Wettkampf mit dem Ballstoßen. Nicht gerade TuRas Paradedisziplin. Daher war es auch nicht wunderlich, dass das Team nach der ersten Disziplin auf einem Platz im Mittelfeld lag. Nun hieß es aufzuholen. Dieses gelang dem Team bereits bei der zweiten Disziplin dem Weitsprung. In der Wertung der beiden ersten Disziplinen lag TuRa bereits auf dem zweiten Platz. Nun kam die Paradedisziplin der TuRa Kinder. Bei der Hürdenstaffel liefen die Kinder eine beachtliche Zeit von 1 Min und 26 Sek. Damit setzten sich die Kinder erstmals auf Platz 1. Nun kam es darauf an, im abschließenden sehr schweren Crosslauf diese Position zu verteidigen. Alle Kinder waren sehr engagiert und gaben alles für das Team. Ob es letztlich in dem großen Teilnehmerfeld mit 7 Mannschaften für Platz ein reichte, zeigte sich bei der folgenden Siegerehrung. Die Anspannung war bei den Kindern zu diesem Zeitpunkt natürlich sehr hoch. Mit einem Jubelschrei stürmten die Kinder zum Siegerpodest, nachdem sie als Sieger aufgerufen worden waren.

Neben den Kindern und den Trainern waren natürlich die mitgereisten Eltern begeistert über die Leistungen ihrer Kinder. Obwohl nach den Osterferien die Sommersaison für die Leichtathleten startet und auch die TuRa-Kinder dann draußen im Stadion trainieren, steht am 22. April 2018 noch einmal eine Kinderleichtathletikveranstaltung in der Halle in Hagen auf dem Programm.

Teilnehmer TuRa Bergkamen:

U12: Louis Medger, Fabian Böhm, Amina Dzelilovic, Marlene Schörner, Ben Kaseja, Milena Klasik, Zoe Peters, Johanna Czeranka, Ben Fleige, Gianluca Lenz

U10: Libera, Paulina Czeranka, Lasse Niesmann, Nico Jabsen, Lina Rose, Lina Gruner, Joulina Kozlik , Leandra Hagen

U8: Peters, Sophia Friesen, Melina Dzelilovic, Emilia Klasik,

Christina Libera, Leonis Czeranka, Sophia Pütz, Kjell Vogt ,
Ben Csellich , Nele Krebs

20 Medaillen für Wasserfreunde beim Internationalen Hörder Schwimmfest

Acht Schwimmerinnen und Schwimmer der Wasserfreunde TuRa Bergkamen nahmen sehr erfolgreich am Internationalen Hörder Schwimmfest in Dortmund teil.



Auf dem Foto sind Josephine Borowski, Lina-Julie Bracht, Piet Weppler,
Emma Schmucker, Lisa Marie Ebel, Yannick von der Heide, Ian

Jared Wefers

und Elias-Noel Kaminski mit ihrem Trainer Lucas Polley zu sehen.

Die TuRaner erschwammen sich auf der Kurzbahn 20 Medaillen und 23 persönliche Bestzeiten.

Piet Weppler (Jg.2008) bekam je eine Goldmedaille über 200m Brust, 50m Schmetterling sowie 100 und 200m Lagen zudem je eine Silbermedaille über 50 und 100m Freistil; Josephine Borowski (2009) je eine Silbermedaille über 50 und 100m Freistil, 100m Lagen sowie 50m Schmetterling; Yannick von der Heide (Jg.2009) je eine Silbermedaille über 100m Lagen und 200m Rücken sowie je eine Bronzemedaille über 50 und 100m Freistil;

Lisa Marie Ebel (Jg.2006) eine Silbermedaille über 200m Lagen und eine Bronzemedaille über 50m Schmetterling; Ian Jared Wefers (Jg.2009) eine Silbermedaille über 50m Freistil und eine Bronzemedaille über 100m Lagen; Elias-Noel Kaminski (Jg.2009) eine Bronzemedaille über 200m Rücken und Emma Schmucker (Jg.2008) eine Bronzemedaille über 200m Rücken.

Die erfolgreiche Mannschaft komplettierte Lina-Julie Bracht mit vielen neuen Bestzeiten.

Bergkamener Grundschulen ermitteln Stadtmeister im Schwimmen

Die Bergkamener Grundschulen ermitteln am Donnerstag, 15. März, von 10.00 bis ca. 12.00 Uhr, im Hallenbad an der

Lessingstraße den diesjährigen Stadtmeister im Schwimmen.

Gemeldet haben dafür die Schillerschule, Jahnschule, Overberger Schule, Jahnschule und die Preinschule.

Die organisatorische Betreuung der Wettkämpfe erfolgt über die Kampfrichter der Wasserfr. TuRa Bergkamen.

Die Siegerschule wird die Bergkamen bei den Kreismeisterschaften vertreten, die am 16. April, ebenfalls im Bergkamener Hallenbad, stattfinden.

Damen und Herren der Wasserfreunde sichern Verbleib in Südwestfalenliga

Die Damen und Herren der Wasserfreunde TuRa Bergkamen sicherten sich den Verbleib in der Südwestfalenliga beim Deutschen Mannschaftswettbewerb Schwimmen (DMS) im Schwimmverband Südwestfalen auf der Kurzbahn in Bochum.



Beide Mannschaften schwammen zweimal 13 verschiedene Strecken in allen vier Lagen und absolvierten dabei Distanzen von 50m bis 800m bei den Damen und 1500m bei den Herren. Jeder Schwimmer durfte nur maximal viermal starten und keine Strecke doppelt schwimmen, die geschwommenen Zeiten wurden anschließend in Punkte umgerechnet und aufaddiert. Somit war die Vielseitigkeit der einzelnen Schwimmer und eine gute Einteilung gefragt.

Bei den Damen starteten Lara Boden (800m Freistil, 400m Lagen), Kristina Jungkind (800m Freistil), Rebecca Jütte (100m Schmetterling, 100m Rücken, 50 und 100m Freistil), Saskia Nicolei (200m Lagen, 200m Schmetterling, 100 und 200m Brust), Victoria Reimann (200m Freistil, 200m Brust, 100 und 200m Lagen), Ann-Kathrin Teeke (100 und 200m Rücken, 200 und 400m Freistil), Jana Vonhoff (200m Schmetterling, 200m Rücken, 400m Freistil) sowie Lisa Weber (100m Brust, 100m Schmetterling, 50 und 100m Freistil)

und bei den Herren Matthias Hilse (100m Brust, 100m Lagen), Tobias Jütte (100m Schmetterling, 100m und 200m Rücken), Moritz Kneifel (50, 100, 200 und 400m Freistil), Tan Hieu Mach (400m Freistil, 100 und 200m Schmetterling), Oliver Sloboda

(100 und 200m Brust), Marco Steube (200m Schmetterling, 400m Lagen, 1500m Freistil, 200m Brust), Fabian Synowzik (200m Lagen, 100m Freistil), Maximilian Weiß (400m Lagen, 50 und 200m Freistil) sowie Felix Wieczorek (1500m Freistil, 100 und 200m Rücken).

Beiden Mannschaften gelang es ihre Leistungen vom Vorjahr noch einmal deutlich zu verbessern, so steigerten die Damen ihre Punktzahl von 8869 im Vorjahr auf 9555 und die Herren von 9745 auf 10032 Punkte.

Meerjungfrauen im Hallenbad Bönen

Die GSW veranstalten am Samstag, 17. März, zum zweiten Mal einen ganz besonderen Event im Hallenbad in Bönen. Dank spezieller Flossen können Kinder und interessierte Erwachsene an diesem Tag zur Meerjungfrau werden.

Es finden zwei Kurse, um 10:30 Uhr und um 13:00 Uhr, statt. Die Kurse dauern etwa zwei Stunden und bestehen aus den Modulen Anfängerflosseln und Workshop. Der Preis für dieses Meerjungfrauen-Erlebnis beträgt 69,00 Euro. Die Leihgebühr für das Meerjungfrauenkostüm ist in dem Preis enthalten. Der Eintrittspreis für das Hallenbad muss jedoch extra bezahlt werden. Dieser beträgt für Kinder 2,60 Euro und für Erwachsene 4,20 Euro. Zu der Veranstaltung kann man sich online auf der Webseite des Anbieters unter www.sauerland-nixen.de anmelden.

Das Meerjungfrauenkostüm besteht aus einer sogenannten Monoflosse und einer „Fischhaut“, die bis über die Hüfte gezogen wird. Mit schillernden Schwanzflossen gleitet man wie eine Meerjungfrau durchs Wasser. Die Sportart eignet sich für

alle sicheren Schwimmer zwischen 6 und 99 Jahren. Man sollte jedoch mindestens das Schwimmbabzeichen „Seepferdchen“ besitzen.

Bürgermeister ehrt die in 2017 erfolgreichen Sportlerinnen und Sportler

Bergkamens Bürgermeister, Roland Schäfer, hat für Freitag, 2. März, 19 Uhr, wieder heimische Sportlerinnen, Sportler und Mannschaften in den Treffpunkt an der Lessingstraße eingeladen, um sie für die im vergangenen Jahr erbrachten sportlichen Leistungen zu ehren.



Lucas Liß im Dress des Nationalteams

Erwartet werden die Vertreter von 6 Mannschaften und 22 Einzelsportlerinnen/Einzelsportler die an Nationalen und Internationalen Meisterschaften teilgenommen haben.

Radsportler Lucas Liß ist dabei sicherlich das bekannteste Gesicht unter den heimischen Sportlern. Leichtathletin Julia Ritter/TV Wattenscheid kann aufgrund eines Länderkampfes in

Frankreich leider nicht teilnehmen.

Geehrt werden als Anerkennung für den Breitensport auch Erwerber von Sportabzeichen, die in 2017 zum 40x die geforderten Leistungen erbracht haben.

Eine besondere Rubrik füllen in diesem Jahr Schiedsrichter aus unterschiedlichen Sportarten aus, die für Bergkamener Vereine im Einsatz sind oder in Bergkamen wohnen.

Freuen darf man sich auf Nicole Hertrich von den Bergkamener Bären, die aktuell von den Olympischen Spielen zurückgekehrt ist und dort als eine der Hauptschiedsrichterinnen das Endspiel im Dameneishockey zwischen den USA und Kanada geleitet hat.

TuRa Bergkamen: Frederike Milz und Jana Schwantner im Westfälischen Landesfinale

Am vergangenen Wochenende fanden die Westfälischen Landesmeisterschaften im Rope Skipping in Bielefeld-Brackwede statt. Insgesamt kämpften 13 Sportlerinnen und Sportler in ihren Altersklassen um die Titelvergabe. Auch TuRa Bergkamen schickte zwei Springerinnen ins Rennen.

Frederike Milz (Jahrgang 2005) belegte mit insgesamt 1.316 Punkten den dritten Platz der Gesamtwertung. In der Disziplin „Speed 30“ schaffte sie 66 Sprünge in 30 Sekunden. In 180 Sekunden glänzte sie mit 318 Seildurchschlägen. Jana Schwantner (ebenfalls Jahrgang 2005) platzierte sich mit 1.283 Punkten auf dem 4. Rang. Auch sie zeigte in den „Speed-Disziplinen“ ihre Stärke („Speed 30“= 62 Sprünge, „Speed 180“=

278 Sprünge). Die Wettkampfwertung vervollständigten die Disziplinen „Double Under 30“ und „Single Rope Freestyle“.

Für beide TuRanerinnen war es der erste Start bei den Landesmeisterschaften, beide sammelten wertvolle Erfahrungen für ihre weitere Wettkampfkariere.

Step-Aerobic Schnupperstunde beim TuS Weddinghofen

Kommenden Donnerstag, dem 1. März ist es wieder soweit: Eine neue Schnupperstunde Step-Aerobic findet beim TuS Weddinghofen statt. In der Zeit von 19:00 bis 20:00 Uhr bietet die Übungsleiterin, Heike Berentz, die Möglichkeit, Step-Aerobic näher kennenzulernen und auszuprobieren. Dazu lädt der TuS alle Interessierten herzlich in die Turnhalle der Pfalzschule in Weddinghofen ein.

Bei Rückfragen rund um das Angebot, steht Geschäftsführerin Ellen Wiemhoff unter Tel.: 02307 67874 oder via ellen.wiemhoff@tus-weddinghofen.de. Alle weiteren Infos zur den Angeboten auf tus-weddinghofen.de oder auf Facebook.





Selbsthilfeangebot für Frauen: Gymnastik nach Brustkrebs

Es gibt sie schon viele Jahre: die Frauengymnastik nach Brustkrebs. Es ist ein Selbsthilfeangebot, das dem Austausch und auch der regelmäßigen Bewegung dient. Für erkrankte Frauen ist es eine große Hilfe bei der Krankheitsbewältigung. Interessierte sind herzlich willkommen.

Neue Teilnehmerinnen sind sehr erwünscht und herzlich eingeladen, bei den Gruppentreffen teilzunehmen: Die Gruppe trifft sich jeden Mittwoch um 16 Uhr im Gymnastikraum des

Katharinen-Hospitals, Obere Husemannstraße 2 in 59423 Unna.

Anleitung durch Sporttherapeutin

Eine erfahrene Sporttherapeutin unterstützt die Gruppe. Die Teilnahme erfolgt über eine ärztliche Verordnung im Rahmen der Reha Sportverordnung. Weitere Auskünfte erteilt die Geschäftsstelle des Sportvereins für Behinderte und Nichtbehinderte Unna e.V. „Auf geht's“, Anita Sinner unter Tel. 0 23 03 / 222-30 oder per E-Mail an info@aufgehtsunna.de.

Infos gibt es auch bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Gesundheitshaus in Unna, Massener Straße 35. Ansprechpartnerin ist Margret Voß, Tel. 0 23 03 / 27-28 29, E-Mail: margret.voss@kreis-unna.de. Alle Informationen werden vertraulich behandelt. PK | PKU

32 Medaillen für Wasserfreunde in Kamen

Zwölf Schwimmerinnen und Schwimmer der Wasserfreunde TuRa Bergkamen starteten sehr erfolgreich beim 42. Kamener Hallenschwimmfest und 38. Kamener Minischwimmfest. Gemeinsam erschwammen sich die TuRaner 32 Medaillen und 35 persönliche Bestzeiten.



Auf dem Foto sind hinten Trainer Lucas Polley, Thalia Simon, Mareen Brech und vorne Elias-Noel Kaminski, Piet Weppler, Yannick von der Heide und Chiara Morawski zu sehen.

Yannick von der Heide (Jg.2009) erhielt je eine Goldmedaille über 100 und 200m Freistil sowie 50m Rücken, eine Silbermedaille über 100m Rücken zudem eine Bronzemedaille über 50m Brust; Josephine Borowski (Jg.2009) je eine Goldmedaille über 50 und 100m Brust sowie 50m Freistil; Mareen Brech (Jg.2007) je eine Goldmedaille über 50m Rücken und 100m Freistil sowie eine Silbermedaille über 50m Schmetterling; Alexa Haase (Jg.2004) eine Goldmedaille über 200m Lagen zudem je eine Silbermedaille über 50 und 100m Brust sowie 50m Freistil; Piet Weppler (Jg.2008) eine Goldmedaille über 50m Freistil, je eine Silbermedaille über 200m Freistil und 50m Rücken sowie eine Bronzemedaille über 100m Brust; Viktor

Kotulski (Jg.2006) eine Goldmedaille über 200m Brust und eine Silbermedaille über 50m Brust; Ian Jared Wefers (Jg.2009) eine Goldmedaille über 50m Freistil und eine Silbermedaille über 100m Brust; Kaan Aydin (Jg.2008) eine Goldmedaille über 100m Rücken und eine Bronzemedaille über 50m Freistil; Elias-Noel Kaminski (Jg.2009) je eine Silbermedaille über 200m Freistil und 50m Rücken; Chiara Morawski (Jg.2006) je eine Bronzemedaille über 100 und 200m Freistil, 50m Schmetterling sowie 100m Lagen und Thalia Simon (Jg.2006) eine Bronzemedaille über 50m Rücken.

Tessa Nüsken komplettierte die erfolgreiche Mannschaft und schwamm zweimal nur knapp am Treppchen vorbei.