

Sport rille



Der Vorstand des TuS 06 Dröschede e.V.

39. Jahrgang
87. Ausgabe
April 2022

TURN- und SPIELVEREIN
1906 DRÖSCHEDE e.V.



**Stolz sein
ist einfach.**



**Wenn man im Verein lernt,
gemeinsam an einem
Strang zu ziehen. Auf die
Vereinsförderung der Spar-
kasse kann man sich dabei
verlassen.**

Sprechen Sie uns darauf an.



Wenn's um Geld geht

**Sparkasse
Iserlohn**



Inhalt:

- | | |
|---|---|
| 4 Liebe Vereinsmitglieder | 21 Erste-Hilfe-Kurs am
16.01.2022 |
| 6 Jahreshauptversammlung | 22 10 Jahre Zumba |
| 8 Jubilare | 25 „Olden Girls“ |
| 9 Ü70-Nachmittag | 26 Meditation in Bewegung –
Grüße aus der Yogagruppe |
| 10 Ausflug in das „Lasermass“ | 27 Kostümierte Oster-Party |
| 11 Tag des Kinderturnens | 30 Die Trödel-Spenden-Aktion
war ein voller Erfolg! |
| 12 „Rampenlicht – mach doch
mal ‚ne Show“ | 31 Neue Vorstandsgesichter sa-
gen „Hallo“ |
| 14 Fitness für Frauen – Advents-
feier coronagemäß | 32 Selbstverteidigung / Kickbo-
xen |
| 15 Adventszauber | 36 Übungsplan „Im Hütten“ |
| 16 Erste Wettkämpfe in 2022 | 37 Übungsplan „Auf der Ernst“ |
| 18 Kinderseite | 38 Termine 2021 / 2022 |
| 19 Wanted – Wir suchen Dich | |
| 20 Ordnung ist das halbe Leben | |

Impressum:

Sportbrille Vereinszeitung des TuS 06 Drörschede e.V.
Erscheinungsweise: 2-mal jährlich
Redaktion : Norbert Humberg norbert.humberg@t-online.de
Anzeigen : Wolfgang Ströter wstroeter@yahoo.de
Geschäftsstelle: TuS 06 Drörschede e.V. tus06droeschede@t-online.de
André Klatt (Geschäftsführung)
Im Hütten 3 58644 Iserlohn
Tel. 02374 / 50 62 45 Fax. 02374 / 50 64 81
Homepage: www.tus-droeschede.de

Liebe Vereinsmitglieder

ich hoffe, es geht euch gut.

Durch die strikte Einhaltung der 3-G-Regel ist unser Sportbetrieb fast wieder auf den normalen Ablauf zurückgekehrt. Es hat sich gelohnt.

Ich danke euch, dass ihr so verständnisvoll mitgemacht habt. Wir wollen nach vorn schauen und den Sommer genießen.

Euch und uns eine schöne und gesunde Zeit.

Euer Wolfgang





RALF GROTE
FAHRSCHULE

Mit Kompetenz zum Erfolg



Ruf doch gleich mal an: 02371 14599

Infos über die Ausbildung, die Voraussetzungen, die Schulen und unsere Fahrzeuge findest Du hier: fahrerschule-grote.de



Schau doch mal vorbei. Immer in deiner Nähe:
Fahrschule Dröschede: Hellweg 1, 58644 Iserlohn
Fahrschule Iserlohn: Gartenstr. 1, 58636 Iserlohn

A A1 A2 B BE B96 AM ASF

Folge uns auf Facebook 

WWW.DACHDECKER.DE WWW.DACHDECKERDEINBERUF.DE

**Oben ohne
macht nur
Spaß, bis es
anfängt zu
regnen.**

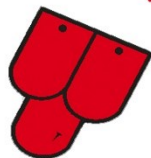
Die Dachdecker.



DAS HANDBWERK
DIE WIRTSCHAFTSMACHT. VON NEBENAN.

seit 1995

...Ihr Profi rund ums Dach



LEMMER
BEDACHUNGS GMBH

dach@lemmer-gmbh.de

Tel. (02374) 74700

Jahreshauptversammlungen 2021/2022

Zur ordentlichen Jahreshauptversammlung am Freitag, 29. April waren 48 stimmberechtigte Mitglieder in der Turnhalle „Im Hütten“ erschienen. Corona-bedingt konnte die Versammlung in 2021 nicht durchgeführt werden und wurde nun nachgeholt.

Nach der Begrüßung durch den Vorsitzenden Wolfgang Ströter wurde zunächst der verstorbenen Vereinsmitglieder gedacht.



Der anschließende Kassenbericht von Schatzmeisterin Elke Hellwig endete mit einem Überschuss in 2020. Die Kassenprüfer lobten die gute Kassenführung, sodass dem Vorstand einstimmig Entlastung erteilt wurde. Zum Schluss haben alle anwesenden Mitglieder noch dem vorgezogenen Beschluss des Vorstands zugestimmt, die Vereinsbeiträge für 2021 einmalig zu halbieren.

Nach einer kurzen Pause folgte dann die diesjährige JHV. Der Kassenbericht für 2021 ergab, dass der Bestand am Jahresende trotz des halbierten Vereinsbeitrages nur geringfügig unter dem Vorjahr lag, da auch die Ausgaben niedriger blieben.

Geschäftsführer Dieter Radix konnte berichten, dass die Mitgliederzahl von 926 zu Beginn des Jahres 2020 trotz Corona im Jahresverlauf nur leicht auf 914 zurückging. Am Jahresende 2021 zählte der Verein bereits wieder 931 Mitglieder, davon 350 im Alter bis zu 14 Jahren. Oberturnwartin Dietlind Humberg konnte auf einige sportliche Ereignisse zurückblicken, wenn auch vieles durch die Pandemie nicht stattfinden konnte. Aktuell laufen die Vorbereitungen für das Sportfest „Auf der Emst“, das am 14.05.2022 stattfinden wird. Über weitere Termine in 2022 informiert die vereinseigene Zeitschrift Sportbrille sowie die Vereins-Homepage.



Der am gleichen Tag neu gewählte Jugendvorstand (1. Vorsitzender: Luca Marra; Stellvertretung: Sheila Ferreira; 1. Jugendvertreterin: Chacey Mester; 2. Jugendvertreterin: Mariella Marra; Kasse: Svenja Katzwinkel) stellte sich den Mitgliedern vor und berichtete über die Aktivitäten der Jugend. Die kürzlich durchgeführte Trödel-Spenden-Aktion erbrachte mehr als 1.700 Euro, die der Aktion Lichtblicke e.V. für die Ukraine-Flüchtlingshilfe zugute kam.

Auch für das Geschäftsjahr 2021 wurde dem Vorstand einstimmig Entlastung erteilt.

Für weitere drei Jahre im Amt bestätigt wurde Wolfgang Ströter als 1. Vorsitzender. Wiedergewählt wurde auch Elke Hellwig als Schatzmeisterin für weitere drei Jahre. Der bisherige Geschäftsführer Dieter Radix stellte sich nicht mehr zur Wiederwahl, für diese Position wurde Andre Klatt für zwei Jahre gewählt. Für Dieter Kossmann, der als stellvertretender Vorsitzender



aus persönlichen Gründen vorzeitig ausgeschieden war, übernimmt Nicole Eller dessen Aufgaben.

Die Fachwarte Isabelle Nowoczin (Kinderturnen), Nicole Trenkel (Tanz), Markus Fehr (Frauen-/Männer-Turnen), Norbert Humberg (Presse u. Öffentlichkeitsarbeit), Heike Ladde (Wandern), Ingo Müller (Selbstverteidigung) und Davina Lewis (Gerätturnen u. Wett-

kämpfe) wurden en bloc von der Versammlung wiedergewählt.

Als Mitglied im Ältestenrat wurde Dieter Radix gewählt, nachdem der bisherige Amtsinhaber Andre Klatt in den Vorstand gewechselt ist.

Es folgten Abstimmungen über zwei Anträge. Sowohl der Anschaffung eines für sportliche Wettkämpfe notwendigen Spannbarrens als auch einem Zuschuss für die Beteiligung am Turnfest in Remscheid/Solingen wurde von der Versammlung zugestimmt.

Zahlreiche Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft konnten vorgenommen werden (siehe hierzu den gesonderten Bericht). Oberturnwartin Dietlind Humberg überreichte das Sportabzeichen in Gold an Martina Henning, Dieter Radix, Uschi Radix und Wolfgang Ströter.

Aaron Schmidt als Vorsitzender des MTG freute sich, den Gauehrenbrief an Dieter Radix verleihen zu können, der dreizehn Jahre gute Vorstandsarbeit beim TuS 06 geleistet hat.

Für den diesjährigen Vereinsausflug am 11.09.2022 zum Haltener Stausee und nach Marl konnten sich die Anwesenden bereits anmelden. Die Teilnehmerzahl ist durch die Größe des Busses begrenzt.



Norbert

Jubilare

Bei der JHV standen zahlreiche Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft an.



45 Mitglieder sind seit zehn Jahren im Verein: Brigitte Jäschke, Sven Ott, Sara Kocak, Lea Karoline Gorges, Isabela Solini, Giulia Solini, Emilia Solini, Lea Hermes, Ben Vincent Roloff, Marcella Levering, Luca Marra, Elke Reinhard, Renate Saemann, Dagmar Scholz, Edelgard Ulbrich, Miron Benefeld, Torben Katzwinkel, Svenja Katzwinkel, Maike Katzwinkel, Deveney Schmidt, Emel Kocak, Leya Kocak, Kataryna Sladek, Corinna Gorges, Anna-Sophie Hübner, Kiana Lewis, Fernando Marra, Heinrich Dittrich, Martina Hahn-Hübner, Jana Karthaus, Jaqueline Lemmer, Claudia Marks, Katharina Marks, Jolanthe Swoboda, Mia Hinzmänn, Nina Joslowski, Melanie Krüger, Vince Krüger, Kerstin Schulte, Annemarie Holzhauer, Gisela Brüggemann, Anne Hahne, Lara Kuder, Gertrud Reimann und Mariola Bienia.

Weitere 13 Personen sind seit 25 Jahren bei TuS 06: Jennifer Quardt, Bernhard Hadasch, Gisela Tucht, Norbert Humberg, Karin Grönke, Kai Nowoczin, Davina Lewis, Gisela Joslowski, Michael Lehrke, Christina Jellinek, Albert Röster, Beate Röster und Klaudia Kempny.

Auf 40 Jahre Vereinszugehörigkeit zurückblicken können Carsten Ashauer, Ilse Petrak, Christine Stopack, Sandra Grothmann, Hartmut Ruffert und Wilfried Szittnik. 50 Jahre im Verein ist Irene Alameddine. Ernst Tripp ist seit 60 Jahren Mitglied und Gisela Schnabel ist bereits stolze 70 Jahre im Verein.

Norbert



Ü70-Nachmittag

Nicht ganz so viele Ü70-Turner wie in der „Vor-Corona-Zeit“ folgten der Einladung ihres Vereins am 29. Oktober 2021.

Die zum größeren Teil noch aktiven Sportler wurden von unserem Vereinsvorsitzenden Wolfgang Ströter im festlich geschmückten Mehrzweckraum der Turnhalle „Im Hütten“ herzlich begrüßt.



Mit Kaffee und Kuchen, oder wahlweise auch anderen leckeren Speisen und Getränken, wurden sie von Vorstandsmitgliedern und einigen Übungsleiterinnen verwöhnt.



So ließ es sich hervorragend sowohl über die guten alten Zeiten plaudern als auch über aktuelle Themen aus dem Verein insgesamt oder den einzelnen Übungsstunden.



Die Vorfreude auf den nächsten Ü70-Nachmittag in 2022 ist schon groß.

Norbert

Ausflug in das "Lasermaxx"

Am 30.10.2021 hatten einige Kinder die Möglichkeit, gemeinsam mit dem Jugendvorstand Lasertag im „Lasermaxx“ in Hohenlimburg zu spielen. Als Gruppe wurde gegen andere Vereine aus Iserlohn angetreten.



Der Ausflug war von der Stadt Iserlohn, dem Stadtjugendring, organisiert. Im Anschluss wurde Pizza bestellt und gemeinsam gegessen.



Vanessa

Tag des Kinderturnens

Am Tag des Kinderturnens des DTB am 13. November beteiligte sich auch unser Turn- und Spielverein.

In der Turnhalle Auf der Emst waren zahlreiche Turngeräte aufgebaut, um den Kindern den Spaß am Turnen nahe zu bringen.

Etwa 70 Familien / Kinder waren der Einladung gefolgt, da-

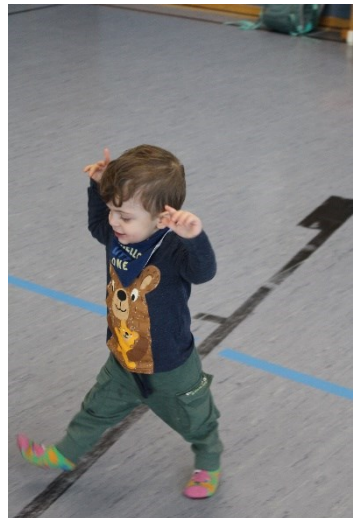


runter viele Eltern mit kleinen Kindern (1-3 Jahre), die keine Vereinsmitglieder sind und sich informieren wollten. So konnten sie ausprobieren, ob das Kinderturnen etwas für ihr Kind ist.

Dass die Kinder Bewegungsdrang hatten, zeigte sich auch dadurch, dass viele Stationen mehrfach besucht wurden.



Am Ende wartete neben einem Kinderturnabzeichen ein kleines Präsent auf die fleißige junge Turnerschar. Auch unsere Waffelbäcker hatten reichlich zu tun.



Norbert

"Rampenlicht - Mach doch mal 'ne Show"



Die Tanzgruppe **"Sugarbabes"**, geleitet von Karoline und Vanessa, hat zum ersten Mal an einem Show-Format teilgenommen. Das Format hieß "Rampenlicht".

Jede Gruppe musste eine vierminütige Show einstudieren, diese filmen und auf einem Online-Portal hochladen. Die Sugarbabes haben sich für einen Tanz entschieden, bei dem verschiedene Pop-Lieder zusammen gemischt waren. Da die Gruppen nun lange keine Aufführungen mehr hatten, wurde das Online-Format u.a. vom WTB ins Leben gerufen.

Am 27. Nov. 2021 wurden alle Shows Supertalent-ähnlich gezeigt und kommentiert. Die Ausstrahlung wurde gemeinsam als Gruppe in der Turnhalle geschaut.

Die Sugarbabes glänzten mit einer top einstudierten



Choreographie und bekamen positives Feedback.

Es gab keinen Gewinner oder Verlierer, das Event wurde nicht als Wettkampf verstanden, sondern es sollte für alle Tänzer*innen eine Bühne geschaffen werden, auf der sie sich präsentieren können.

Gemeinsam hatten alle Spaß!

- **Alufenster**
- **Kunststofffenster**
- **Rolläden**
- **Markisen**
- **Wintergärten**
- **Schiebetüren**
- **Haustüren**
- **Terrassenüberdachungen**



VOWATEC

58644 ISERLOHN

Untergrüner Straße 37

Telefon 02374/71177

Telefax 02374/84490

- **Massivholzdielen**
- **Parkett**
- **Vinylan**
- **Kork**
- **Linoleum**
- **Laminat**

**Parkett
DE LANGE**

Untergrüner Straße 90

Iserlohn-Grüne

02374/7234

www.parkett-delange.de

Fitness für Frauen - Adventsfeier coronagemäß

An jedem ersten Mittwoch im Dezember nach der Fitness-für-Frauen-Stunde findet gewöhnlich unser Adventsfrühstück statt. Jeder bringt etwas zu essen mit für ein gemeinsames Büfett. Dazu gibt es Kaffee und Tee.

In diesem Jahr war jedoch wegen der Coronaregeln nichts gewöhnlich, sodass wir uns etwas einfallen lassen mussten. Gemeinsam etwas von einem Teller nehmen? Verboten. Stuhl an Stuhl nebeneinander sitzen? Verboten. Also kein gemütliches Zusammensitzen im Übungs-



leiterzimmer sondern jeder saß einzeln in der Turnhalle auf seinem Stepbrett und hatte für sich selbst ein paar Weihnachtsplätzchen und etwas zu trinken mitgebracht. Nur ein paar einzeln eingepackte Naschereien konnten für alle in die Mitte gestellt werden.

Mit ausgeschaltetem Deckenlicht und stimmungsvoller Beleuchtung wurde es trotzdem gemütlich, wozu auch ein paar vorgelesene Weihnachtsgeschichten beitrugen. Adventliche Stimmung war auf jeden Fall da.

Mit ausgeschaltetem Deckenlicht und stimmungsvoller Beleuchtung wurde es trotzdem gemütlich, wozu auch ein paar vorgelesene Weihnachtsgeschichten beitrugen. Adventliche Stimmung war auf jeden Fall da.

Dietlind



Adventszauber



Da die Nikolausfeier dieses Jahr nicht stattfinden konnte, plante der Jugendvorstand eine alternative Veranstaltung.



Am 11.12.2021 fand der Adventszauber für alle Kinder und Jugendlichen ab 6 Jahren statt. Es wurden Spiele gespielt, Waffeln gegessen und im Anschluss gemeinsam der Film "Polarexpress" gesehen.

Alle Kinder hatten Spaß und es war ein gelungener Abschluss in die Weihnachtsferien.



Erste Wettkämpfe

Nach zwei langen Jahren des Wartens war es endlich so weit. Die Mädels der „Gerätturngruppe für Fortgeschrittene“ konnten endlich in der Bezirksliga starten.



Bei den Liga-Wettkämpfen, die in der Humpfert-Halle in Letmathe stattfinden, starten die Turnerinnen in Mannschaften, die aus maximal sechs Personen bestehen. Geturnt wird an allen vier Geräten (Boden, Schwebebalken, Sprung, Barren bzw. Reck), wobei die besten drei Wertungen aus einer Mannschaft in

das Endergebnis einfließen.

Pro Saison finden insgesamt drei Liga-Wettkämpfe („Runden“) statt. Die Gesamtwertungen der einzelnen Runden werden dann am Ende zu einem Gesamtergebnis zusammen gerechnet.

Da die „Gerätturngruppe für Fortgeschrittene“ in den letzten beiden Jahren erfreulicherweise noch weitere talentierte Mädels dazu gewinnen konnte, startet der TuS 06 Dröschede sogar direkt mit zwei Mannschaften (à fünf und sechs Turnerinnen) in der Bezirksliga 2022.

Der erste Liga Wettkampf (1. Runde) fand bereits am 13.02. statt.

Leider konnten jedoch mehrere Mädels krankheits- bzw. verletzungsbedingt nicht an ihrem



ersten Liga-Wettkampf teilnehmen, sodass beide Mannschaften nur unvollständig an den Start gehen konnten.

Die anwesenden Mädels gaben aber ihr Bestes und vertraten die fehlenden Turnerinnen so gut sie konnten. Am Ende der Runde konnten sie so, trotz unvollständigen Mannschaften, zufriedenstellende Ergebnisse erzielen und sich über ihren Einstieg in der Bezirksliga freuen.

Am zweiten Liga-Wettkampf (2. Runde), der am 20.03. stattfand, konnten dann glücklicherweise alle Mädels teilnehmen.


Mit voller Mannschaftsstärke und noch mehr Motivation konnten beide Mannschaften ihr volles Können zeigen und dank ihres Ehrgeizes ihre Ergebnisse aus der ersten Runde verbessern.

Nun drücken wir den Mädels die Daumen, damit die dritte Runde am 12.06. genauso gut, wenn nicht sogar noch besser läuft wie die anderen und sich beide Mannschaften am Ende der Liga über eine gute Platzierung freuen können.

Davina

ENGLISCH FÜR KINDER

Sprachschule Gabriele Röllecke




★ English Playgroup - ab 18 Monaten

★ Englisch und musikalische Früherziehung, ab 3 Jahren

★ Easy Conversation, Reading & Writing für Grundschüler

★ Vorbereitungskurs auf das 5. Schuljahr

 **Cambridgeprüfungen für** Grundschüler
Schüler von weiterführenden Schulen

★ Grammar, Reading, Writing, Conversation - ab 5. Schuljahr

★ Erwachsene: Anfänger und Fortgeschrittene

www.sprachschuleroellecke.de
(0 23 71) 7 94 13 10



Hallo Kinder,

endlich bekommen wir nach und nach wieder unseren normalen Rhythmus!
Vieles musste ja in den letzten beiden Jahren wegen Corona ausfallen.

Nach zwei Jahren Pause
veranstalten wir in diesem
Jahr wieder unser

- a) Sommerfest
- b) Sportfest Auf der Emst
- c) Wettkampf im Grünen

Für Kinder gab es im
November den

- a) Jugendspieltag
- b) Kinderolympiade
- c) Tag des Kinderturnens



Im April wurde gefeiert,
nämlich

- a) Halloween
- b) Walpurgisnacht
- c) Kostüm-Osterparty

Sogar Ausflüge für Kinder
waren dabei, wie zum
Beispiel zur

- a) Schwimmhalle
- b) Lasermaxx
- c) Kegelbahn



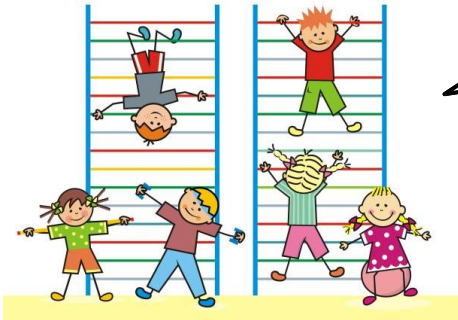
Das war doch schon ganz ordentlich, oder?

Viel Spaß beim Raten wünscht

Dietlind

WANTED

Wir suchen
Dich!



**FÜR UNSER TEAM
IM KINDERTURNEN**

Wir suchen dringend Unterstützung als Gruppenhelfer und Übungsleiter in den Gruppen Vorschulturnen und allgemeines Kinderturnen.

Wir bieten:

- *super Kinder*
- *Weiterbildungsmöglichkeiten/Ausbildung*
- *ein tolles Miteinander im Verein und vieles mehr...*

Voraussetzung:

- *Freude an der Arbeit mit Kindern*
- *Vorkenntnisse sind nicht dringend notwendig*
- *Jugendliche ab 14 Jahre und Erwachsene*

**Weiter Informationen bei allen Gruppenleitern oder bei
Isabelle Nowoczin isabelle.nowoczin@tusdroeschede.de**

Ordnung ist das halbe Leben :)

... dachten sich einige fleißige Helfer*innen und setzten in die Tat um, was schon lange mal fällig war. Aufräumen, sortieren, zählen ... wunderbar, was unser Verein alles für Klein- und Großgeräte bereithält, um uns Übungsleiter bei der täglichen Vereinsarbeit zu unterstützen. Nun ist alles gut sortiert und erfasst, bereit für den Einsatz an und mit unseren Teilnehmern!



Der Vormittag hat sich auf jeden Fall gelohnt :))

Nicole T.



Erste-Hilfe-Kurs am 16.01.2022



terhelferinnen ihr Wissen zu den Erste-Hilfe-Maßnahmen auffrischen und auch selbst Hand anlegen können.

Eine weitere gute Nachricht ist, dass unser Erste-Hilfe Kasten optimal ausgestattet ist und unser Defibrillator auf Höchstleistung laufen kann, es aber hoffentlich nie muss. Seid also unbesorgt, denn wir retten euch - solange es etwas ist, was wir gelernt haben! ;-)"

Der Erste-Hilfe-Kurs war ein voller Erfolg. Unter Einhaltung strengster Corona-Regeln haben einige unserer Übungsleiter / Übungsleiterhelfer und Übungsleiterinnen / Übungslei-



physiotherapiecarstensen

Andreas Carstensen
Heilpraktiker (Physiotherapie)
Telefon: 0 23 74 / 506 593
www.physio-carstensen.de
Hellweg 5, 58644 Iserlohn

- Physiotherapie
- Rückenschule
- Lymphdrainage
- Elektro- und Lasertherapie
- Kinesiologie-Taping
- Hausbesuche
- Massagen
- Wellness



Betreuer der deutschen Rollhockey-Nationalmannschaft

10 Jahre



„Ich weiß noch, wie meine Nachbarin kam und mich gefragt hat, ob ich mit ihr zum Zumba Fitness gehe. Das wird neu beim TuS 06 Dröschede angeboten. Ich konnte mir nichts darunter vorstellen. Und nun sind es schon 10 Jahre, die ich dabei bin. Es macht einfach

super viel Spaß, sich nach dem Rhythmus von latein-amerikanischen Liedern zu bewegen. Nicole ist eine tolle Vortänzerin, immer mit viel Freude und einem Lachen im Gesicht. Die gute Laune steckt immer wieder an und lässt einen die Sorgen für eine Stunde vergessen“ **Tanja H.**



„Ich gehe gerne zum Zumba, weil Du mit Deiner Energie und Deinem Strahlen immer gute Laune verbreitest.“ **Susanne M.**

schaft, Mühe und ganz viel Liebe, was jeden Mittwoch zu spüren ist und ansteckt!“ **Melanie H.**

„Zumba Fitness mache ich gerne, weil es mir sehr viel Spaß macht und ich mich gerne zu Musik bewege. Ich finde, dass Du Deine Rolle als Zumba Trainerin klasse machst und gute Musik, sowie Choreographien hast.“ **Lydia G.**





„Ich liebe das Tanzen, die Musik und gute Laune! Aber vor allem durch die fröhliche und mitreißende Art von Nicole macht das Training einfach total Spaß und ich gehe jedes Mal absolut ausgepowert und glücklich nach Hause.“
Sandra S.

„Zumba wirkt sich positiv auf meine Gesundheit aus.“ **Karina S.**

„Weil es Spaß macht, sich in der Gruppe zur Musik zu bewegen, weil Nicole gute Laune verbreitet, weil danach die Tüte Chips noch besser schmeckt :)“ **Valerie F.**

„Ich habe viel Spaß am Tanzen zu lauter Musik.“ **Claudia K.**

„Der richtige Song und Zack haste gute Laune, egal wie lang der Arbeitstag war!“ **Geeritha W.**

„Ich gehe gerne zum Zumba, weil es meine Auszeit vom Alltag ist.“ **Jasmin D.**

„Ich gehe gerne zum Zumba Fitness, weil Nicole mit ihrer fröhlichen Art alle für den Zumba Sport begeistert und es mega Spaß macht. Ich kann dabei super abschalten!“ **Elena M.**

„Ich komme gerne zum Zumba, weil es sich - egal bei welchem Wind und Wetter- immer wie die Sonnenstunde der Woche anfühlt.“ **Denise B.**





Die Antworten haben mir wieder mal gezeigt: Tanzen macht uns alle glücklich!

Vielleicht bist DU ja bald auch dabei?!?

Es grüßt herzlichst
Nicole Trenkel

Ich liebe Tanzen :)
Heute wie vor 10 Jahren.

Zum 10-jährigen Jubiläum meiner Zumba Fitness Gruppe habe ich meine Teilnehmerinnen gefragt: „Warum geht Ihr gerne zum Zumba Fitness?“



Sandra's
Haar-Studio
Sandra Mündner
Rauhe Hardt 2 • 58642 Iserlohn
Telefon 0 23 74 7 16 12

„Olden Girls“

Unvergessliche Stunden....

... bescherte uns Giselas 86. Geburtstag. Da Gisela im letzten Jahr ihren 85. nicht feiern konnte, hatte sie die Hoffnung nicht aufgegeben, in den Geburtstag hinein zu feiern.

In fröhlicher Runde genossen ihre Gäste das Ambiente und Büfett in der „Feuerwache“ in Menden, und zur ausgelassenen Stimmung trug der Entertainer Thomas Weber bei.



Als Wolfgang - mit Wimpel in der Hand -, Gerd und wir „Olden Girls“ mit uralten Eichenkränzen auf dem Kopf, und, wie es früher sich gehörte, in Reih und Glied der Größe nach zu dem Lied einmarschierten: „Turner, auf zum Streite...“ war Gisela nicht mehr zu halten. Sie war wieder unsere „Vorturnerin“, marschierte vorne an und sang aus voller Kehle mit.

Die nächste Überraschung: Durch die Eingangstür erschienen plötzlich die „Sugarbabes“ mit ihren Trainerinnen Karoline und Vanessa und führten ihren tollen Tanz auf. Gisela war hoch erfreut.



Beim nächsten Höhepunkt schoben Renate, Elke und ich „Gehwägelchen“ auf die Tanzfläche und zeigten, dass man sich bei flotter Musik „Rock around the clock“ auch noch im fortgeschrittenen Alter austoben kann. Anschließend sangen wir – begleitet von Thomas Weber - das Lied: „Trink, trink, Schwesterlein trink“. Die Stimmung stieg, wir wurden immer ausgelassener, wir sangen

noch alle mit alten Hüten auf dem Kopf das „Hut Lied“.

Dann war es soweit: 2. April, 00 Uhr - „Happy Birthday to you“ - Gisela war 86 Jahre alt. Die Gesellschaft war nicht mehr zu halten. Es wurde getanzt, gesungen und gelacht und wir ließen Gisela hochleben. Sie war einfach glücklich.

Die nächste Überraschung: Bevor wir uns auf den Nachhauseweg machen konnten, mussten wir erst mal unsere Autos vom hohen Schnee befreien...

Danke, liebe Gisela,
es bleiben unvergessliche Stunden!

Dagmar

Meditation in Bewegung - Grüße aus der Yogagruppe!

Seit mehr als 10 Jahren bietet der Verein Hatha-Yoga an. Wir treffen uns jeden Mittwoch von 19.30 Uhr – 20.30 Uhr in der Turnhalle „Im Hütten“, um gemeinsam Yoga zu praktizieren

Bei uns ist alles in Bewegung. Wir bereiten unseren Körper gezielt auf bestimmte Asanas (Körperpositionen) vor, um dann mit aller Achtsamkeit diese Asanas zu halten.

Es werden Sequenzen durchgeführt mit unterschiedlichen Schwerpunkten: Asanas zur Kraft- und Beweglichkeitsentfaltung, Hüft- oder Schulteröffnungen, Gleichgewichtspositionen, Drehungen mit dem Schwerpunkt Wirbelsäule. Wir können ein Körperteil verstärkt erforschen wie z.B. unser Becken, unseren Nacken oder die Kraft unserer Beine. Alles wird mit unserem Atem verbunden, der uns in die Bewegung hineinführt.



Dynamisch, sanft, kraftvoll und spielerisch im ständigen Wechsel von Anspannung und Entspannung entsteht eine starke Dynamik, die Konzentration auf sich selbst, auf den eigenen Körper in Verbindung mit dem Atem bringt uns die Ruhe und Gelassenheit für unser tägliches Leben.

Carmen Luttrup-Buss

Kostümierte Oster-Party



Der Jugendvorstand hatte für die Kinder und Jugendlichen eine einmalige kostümierte Oster-Party organisiert, bei dem Groß und Klein sich sowohl durch Ball- und Bewegungsspiele als auch durch Karnevalsspiele so richtig schön austoben konnten.



Nach einer leckeren Waffelpause wurde die Veranstaltung anschließend noch mit Kamelle beendet.

Sheila



PFLEGE - DAHEIM

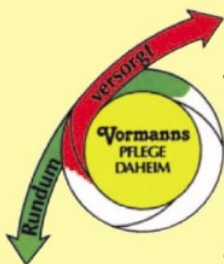
Rundum versorgt bietet Ihnen Ihr Pflegeteam

Unser Ziel:

Es soll jedem einzelnen
Hilfebedürftigen ermöglicht werden,
die bestehende Lebensqualität in
seinem gewohnten Umfeld aufrecht
zu erhalten.



Wir beraten Sie gern!



Tel.: 02374 / 75 03 76 · Fax: 02374 / 75 03 77

Mobil: 0170 / 898 83 69

www.pflege-daheim.org

Am Dorfanger 2 · 58644 IS-Dröschede

Rind- und Schweine-Metzgerei

Walter Müller



*Fabrikation feinsten
Fleisch- & Wurstwaren*

Hövelstraße 24 • Tel. 25 477

Filiale: Dröschede • Tel. 78 56

Heiko Heucks

TISCHLEREI | MEISTERBETRIEB

Möbelbau · Fenster
Türen · Praxiseinrichtungen
Küchen · Treppen



58239 Schwerte-Villigst
Am Winkelstück 9

Tel. 0 23 04 - 95 25 81
Fax 0 23 04 - 97 81 03

www.tischlerei-heucks.de

Die Trödel-Spenden-Aktion war ein voller Erfolg!

Für die Flüchtlingshilfe des Ukraine
Kriegs wurden am Sonntag,
den 10.04.22 insgesamt

1.710,10€

eingonnen.

An der Stelle vielen Dank für
eure Unterstützung,
eure Spenden und eure Hilfe!

Ein besonderer Dank geht an
Aldina Ferreira!

Euer Jugendvorstand ☺



Neue Vorstandsgesichter sagen „Hallo“

Auf der Jahreshauptversammlung wurden WIR, Andre Klatt und Nicole Eller, in den Vorstand gewählt, doch wer steckt hinter dem WIR??

WIR stellen uns da mal kurz vor:



Mein Name ist **Andre Klatt**, ich bin 60 Jahre jung, seit 1990 im Verein aktiv dabei, verheiratet und habe 3 Kinder im Alter von 18, 25 und 27 und bin nun euer neuer Geschäftsführer. Im Verein könnt ihr mich manchmal bei der „Selbstverteidigung“ oder der „Power Fitness“ sehen. Ich bin einer der Gründer der „Tanzabteilung“ und war als Übungsleiter für „Kinder-Rock'n'Roll“ tätig. Außerdem war ich einige Jahre für die Sportbrille verantwortlich und bis jetzt im Ältestenrat. Mein Vorgänger, Dieter Radix, unterstützt mich bei der Einarbeitung in mein neues Amt, ich freue mich auf die neue Aufgabe und die Zusammenarbeit mit dem Vorstand.

Mein Name ist **Nicole Eller**, ich bin 50 Jahre jung, verheiratet und habe 2 Söhne im Alter von 14 und fast 17 Jahren. Im Verein bin ich schon seit 1992. Viele Jahre war ich als Übungsleiterin tätig, aktuell unterstütze ich die „Vorschulgruppe“ und nehme aktiv als Teilnehmerin in der „Power Fitness-Gruppe“ teil. Seit ca. 10 Jahren unterstütze ich schon Wolfgang bei seiner Arbeit und übernehme nun die Aufgaben von Dieter Koßmann als eure 2. Vorsitzende im Verein. Ich bin sehr gespannt auf die neuen Aufgaben und freue mich, genau wie Andre, auf die Zusammenarbeit mit dem Vorstand.



Es grüßen euch herzlich
Andre und Nicole

Selbstverteidigung / Kickboxen

Jab

Rechte Gerade

Linker Haken

Uppercut

Schwinger



Sidekick

Lowkick

Rearkick

Pushkick

Frontkick

Selbstverteidigung / Kickboxen

Unsere Übungsleiter fordern jeden, um Euern

Schweinehund zu überwinden!



Luca Marra



Nando Marra



Sheila Ferreira



Marina Felker



Daniel Grüber



Ingo Müller

Wenn ihr über 10 Jahre alt seid, kommt vorbei!

Wir freuen uns auf euch!

Blüte & Stil

Konstanze Kappenstein

Hellweg 1

58644 Iserlohn

02374-74140

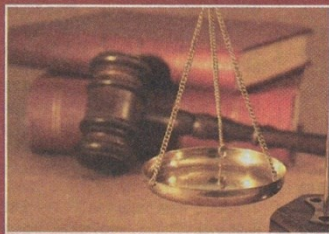
Öffnungszeiten:

Mo-Fr. 08:30 - 13:00 Uhr

und 14:30 - 18:00 Uhr

Sa. 08:30 - 13:00 Uhr

Dienstagnachmittag geschlossen



Karnacksweg 2 Tel. 02371/827850

58636 Iserlohn Fax 02371/25799

E-Mail: info@knoffundpartner.de

Internet: www.knoffundpartner.de

KNOFF UND PARTNER RECHTSANWÄLTE

HORST KNOP

Fachanwalt für Arbeitsrecht

CHRISTIANE RODER

Fachwältin für Medizinrecht

Fachwältin für Arbeitsrecht

Fachwältin für Sozialrecht

ANTONIO LEONE

Fachanwalt für Familienrecht

CHRISTOPH MARKMANN Fachanwalt für Verkehrsrecht

Gesundheits- und Naturheilpraxis Barbara Köpke



Heilpraktikerin

Termine:
nur nach Vereinbarung



Am Dorfanger 2
58644 Iserlohn-Dröschede
Tel.: 02374 - 850 455

info@barbara-koepke.de
www.barbara-koepke.de

Malerfachbetrieb
DIRK GÄRTNER

Der Gärtner unter den Malern...

Tel. 02371 95 33 588 • Waldemeistr. 10d • 58636 Iserlohn
www.malerfachbetrieb-dirk-gaertner.de

Übungsplan TuS 06 Drörschede (gegr. 1906)

Sporthalle: „Im Hütten“

Uhrzeit	Gruppe	Übungsleiter(in)	Telefon
Montag			
08:30 – 10:00	Pampersturnen 8 Mon. – 2 Jahre	Ellen Klatt	(02352) 3373898
15:45 – 17:15	Kindertu. 1.-4. Schulj.	Gisela Brüggemann	
17:30 – 19:30	KGW/TGW	Gisela Brüggemann Davina Lewis	0177 8823473
18:00 – 20:00 Mehrzweckraum	Selbstverteidigung	Ingo Müller	(02374) 84443
Dienstag			
16:00 – 17:30	Eltern-Kind-Turnen I	Stephanie Mester	(02371) 2193468
17:15 – 18:15 Mehrzweckraum	Rücken-Gymnastik	Markus Fehr Karin Quardt	(0201) 2798439 (02371) 783878
17:45 – 19:15	Gerätturnen für Fortgeschrittene	Davina Lewis Gisela Brüggemann	0177 8823473
18:30 – 20:00 Mehrzweckraum	Power Fitness für Jugendl. + Erwachs.	Isabelle Nowoczin Markus Fehr	(02371) 770649 (0201) 2798439
20:00 – 22:00 Mehrzweckraum	Tanzabteilung zbV.	Nicole Trenkel	(02374) 10379
Mittwoch			
09:00 – 10:30	Fitness für Frauen	Dietlind Humberg	(02374) 74273
19:30 – 20:45 Mehrzweckraum	Bewegung und Ent- spannung mit Yoga	Carmen Luttrup- Buss	(02374) 70593
Donnerstag			
15:00 – 16:30	Eltern-Kind-Turnen II	Ellen Klatt	(02352) 3373898
17:15 – 18:45	Kinder-Gerätturnen allgemein	Davina Lewis Gisela Brüggemann	0177 8823473
18:00 – 20:00 Mehrzweckraum	Selbstverteidigung	Ingo Müller	(02374) 84443
19:00 – 20:15	Erwachsenen- Gymnastik gemischt	Dietlind Humberg Berthold Hampl	(02374) 74273 (02374) 74886
20:30 – 21:30	Aerobic / Fitness	Claudia Ruffert	(02374) 4496
Freitag			
15:00 – 17:00 Mehrzweckraum	Olden-Girls	Dagmar Scholz	(02373) 3978302
15:30 – 16:30	Moving Kids (ab 1.Schulj.)	Luca Marra	
16:30 – 17:30	Tanzmäuse (6 -9 Jahre)	Karoline Gorges Vanessa Brintrup	0151 50702608 0176 83045634
17:30 – 18:30	Sugarbabes (10-15 Jahre)	Karoline Gorges Vanessa Brintrup	0151 50702608 0176 83045634
18:30 – 19:30	Passion Crew (ab 16 J. alle Alterskl.)	Karoline Gorges Vanessa Brintrup	0151 50702608 0176 83045634
19:30 – 22:00	Tanzabteilung zbV.	Nicole Trenkel	(02374) 10379

Stand: 17.03.2022

Übungsplan TuS 06 Dröschede (gegr. 1906)

Sporthalle: „Auf der Emst“

Uhrzeit	Gruppe	Übungsleiter(in)	Telefon
Montag			
08:30 – 10:00	Walking (ab Brandkopfweg)	Karin Grothmann	(02374) 71114
16:30 – 17:00	Kinderturnen zbV.	Isabelle Nowoczin	(02371) 770649
17:00 – 18:00	Rund um den Ball	Sheila Ferreira	0178 8011375
18:00 – 19:30	Kinderturnen zbV.	Isabelle Nowoczin	(02371) 770649
19:30 – 20:15	Erw.Gymnastik.gem. z.b.V.	Markus Fehr	(02371) 783878
20:15 – 21:30	Erwachsenen- Gymnastik gemischt	Dieter Kossmann	(02374) 71435
Mittwoch			
16:30 – 17:50	Vorschulturnen	Isabelle Nowoczin	(02371) 770649
18:00 – 18:45	Zumba Gold	Nicole Trenkel	(02374) 10379
19:00 – 19:45	Step-Aerobic	Patrizia Tröck	(02371) 159414
20:00 – 20:45	Zumba fitness	Nicole Trenkel	(02374) 10379

Stand: 09.10.2021



MEYER

BESCHRIFTUNGEN

☎ (0 23 74) 50 500

- Textilbeschriftungen (Flock, Flex & Druck!)
- Fahrzeugbeschriftungen • Außenwerbung
- Werbebanner • Gestaltung • Werbemittel
- Bilder- & Posterdruck • Schilder • Aufkleber • ...

Textilbeschriftung



www.meyer-beschriftungen.de



Termine 2022

Die geplanten Termine können sich je nach aktueller Lage der Pandemie verändern oder entfallen			
So. 08.05.	13:00	„Wings for life World run“	mit APP
Sa. 14.05.	12:00	Sportfest „Auf der Emst“	Sportplatz Auf der Emst
So. 21.08.	10:00	Radfahrprüfung	ab Turnhall. „Im Hütten“
So. 11.09.		Vereinsausflug	ab ehem. Potthoff
Mi. 14.09.	17:00	Walking	Parkplatz Barendorf
Fr. 28.10.	14:30	Ü70-Nachmittag	Turnhalle „Im Hütten“
Sa. 12.11.		Tag des Kinderturnens	Auf der Emst
Sa. 10.12.	15.30	Nikolausfeier	Turnhalle „Im Hütten“

Änderungen vorbehalten



Nicht nur die Ü70-Turner*innen freuen sich schon wieder auf die nächste Party...

Neueste Vereins-Informationen findet ihr unter www.tus-droeschede.de

E-Mails mit Beiträgen sowie Fotos sendet bitte bis zum 01.11.2022 an norbert.humberg@t-online.de



ASHAUER

IHR TRADITIONSBÄCKER
in Iserlohn-Dröschede

Brot | Brötchen | Belegte Brötchen | Gebäck | Kuchen | Torten | Saisonalen Kreationen

Vielfalt aus eigener Herstellung

Ausgezeichnete Qualität und bester Geschmack

Beste Rohstoffe | Eigene Rezepturen | Reinstes Mehl | Täglich frisch

*Unsere Überzeugung -
Ihr Vorteil*



VivaNatur
Das reinste Korn

Bäckerei Ashauer
Hellweg 4
58644 Iserlohn

Tel. +49 2374 7834
Fax +49 2374 750033
Web www.baeckerei-ashauer.de



/Baeckerei.Ashauer

Wir machen das



www.heimatversorger.de

 [/heimatversorger](https://www.facebook.com/heimatversorger)

Stadtwerke Iserlohn