

# Sport rille



Sportfest „Auf der Emst“: Warten auf die Siegerehrung

**39. Jahrgang**  
**88. Ausgabe**  
**November 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.**



## Inhalt:

- |  |  |
|--|--|
| 4 Dank an Ralf Horstmann                     | 32 Halloween-Party 1.–4. Schulj.       |
| 5 39. Sportfest „Auf der Emst“               | 33 Halloween-Party ab 5. Schulj.       |
| 8 Die Treppchenplätze                        | 34 „Das rücksichtsvolle Workout“       |
| 14 Kinder- und Jugendfreizeit                | 38 Bezirksturn- und Leichtathletikfest |
| 18 Fitness für Frauen – Rudern auf der Sorpe | 40 Schnappschüsse                      |
| 22 Vereinsfahrt 11.09.2022                   | 41 Rund um den Ball                    |
| 26 Kinderseite                               | 42 Die Laternen-Turnstunde             |
| 27 Radfahr- und Walking-Prüfung              | 43 Tag des Kinderturnens               |
| 28 Bezirksturn- und Schwimmfest              | 44 Übungsplan „Im Hütten“              |
| 29 Bezirkseinzelleistungen                   | 45 Übungsplan „Auf der Emst“           |
| 30 Ü70-Nachmittag                            | 46 Termine 2022 / 2023                 |
| 31 Künftige Verteilung der Sportbrille       |  |

## Impressum:

Sportbrille Vereinszeitung des TuS 06 Drörschede e.V.  
Erscheinungsweise: 2-mal jährlich  
Redaktion : Norbert Humberg [norbert.humberg@t-online.de](mailto:norbert.humberg@t-online.de)  
Anzeigen : Wolfgang Ströter [wstroeter@yahoo.de](mailto:wstroeter@yahoo.de)  
Geschäftsstelle: TuS 06 Drörschede e.V. [tus06droeschede@t-online.de](mailto: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](http://www.tus-droeschede.de)

## Dank an Ralf Horstmann

Einen schöneren Ort und einen schöneren Zeitpunkt konnte es nicht geben: Beim 39. Sportfest "Auf der Emst" bedankten wir uns bei herrlichem Sonnenschein und guter Sportfeststimmung bei Ralf Horstmann.

Die jahrzehntelange gute Zusammenarbeit mit dem Amtsleiter des Iserlohner Sportbüros und des TuS 06 Dröschede nahm Mitte des letzten Jahres durch seine Pensionierung sein Ende.

Wir wünschen Ralf Horstmann einen langen und gesunden Ruhestand.

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](http://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 

## 39. Sportfest „Auf der Emst“

Nach langer coronabedingter Pause konnte unser Verein nun wieder sein Sportfest „Auf der Emst“ ausrichten. Am Samstag, 14. Mai gingen ab mittags 60 Sportler an den Start, davon acht mit dem Ziel, das Sportabzeichen zu erlangen.



ihnen deutlich ansehen.

Bevor die verdienten Medaillen an unsere Jüngsten verliehen wurden, sprach Wolfgang Ströter als 1. Vereinsvorsitzender seinen Dank an Ralf Horstmann aus. Die jahrzehntelange gute Zusammenarbeit mit dem Amtsleiter des Iserlohner Sportbüros und des



Am Vormittag waren bereits 45 der jüngsten Sportler des Vereins an den Start gegangen. Sie wurden tatkräftig von ihren Eltern unterstützt und angefeuert. Dass die Bewegung unseren Nachwuchsturnern reichlich Spaß bereitet hat, konnte man



TuS 06 Drörschede nahm Mitte des letzten Jahres durch seine Pensionierung sein Ende. „Einen schöneren Ort und einen schöneren Zeitpunkt konnte es nicht geben“.

Mit einigen Tänzen eröffneten dann junge Sportler\*innen aus der Tanzabteilung des TuS Drörschede das Sportfest für alle Teilnehmer ab sechs Jahren.



Beim anschließenden Wettstreit um die beste Punktzahl in den Disziplinen Weitsprung, Laufen, Werfen und Kugelstoßen gaben alle ihr Bestes. Zahlreiche Helfer ermittelten und notierten die jeweiligen Leistungen.



Der Jugendausschuss überbrückte mit einem Glücksrad und einer Schminkecke die Wartezeit bis zur Siegerehrung.



Die besten drei Sportler in den jeweiligen Altersklassen bekamen neben der obligatorischen Medaille eine entsprechende Urkunde, wobei das Treppchen für die Erstplatzierten nicht fehlen durfte.

Als ältester Teilnehmer mit einem Präsent geehrt wurde Klaus Hassel vom TuS Iserlohn. Svenja Katzwinkel vom TuS Drörschede wunderte sich, dass sie mit 19 Jahren als älteste Teilnehmerin einen Blumenstrauß erhielt. Hier zeigte sich, dass ältere Jahrgänge nicht am Start oder allein für das Sportabzeichen angetreten waren. Hoffen wir, dass



sich dies im nächsten Jahr wieder ändert.



Für das leibliche Wohl war wie immer bestens gesorgt dank der Kuchen-spenden



durch Vereinsmitglieder sowie zahlreicher helfender Hände. Auch der Grillstand von Borussia Dröschede bot leckere Stärkung an.

Wie bereits in der Einladung angekündigt, wurden der Gewinn sowie Startgelder und Spenden an eine Hilfsorganisation für Ukraineflüchtlinge vor Ort weitergeleitet. Gemeinsam mit Borussia Dröschede kamen 700 Euro zusammen.

Norbert



# Die Treppchenplätze

Altersgruppe	Platz	Name	Verein	Punkte
W06	1	Marlene Witt	TV Berchum	131
	2	Charlotte Mochrefie	TV Berchum	126
	3	Regina Sophie Klum	TuS 06 Drörschede	115
W08	1	Clarissa Merseburger	TuS 06 Drörschede	206
	2	Leonie Metzler	TuS 06 Drörschede	155
	3	Ida Hübner	TuS 06 Drörschede	146
W10	1	Lisanne Bihlmaier	TuS 06 Drörschede	239
	2	Amelie Eisermann	TuS 06 Drörschede	231
	3	Jil Palaic	TuS 06 Drörschede	214
W12	1	Anna-Sophie Hübner	TuS 06 Drörschede	280
	2	Letizia Haase	TuS 06 Drörschede	240
	3	Aurelie Nowoczin	TuS 06 Drörschede	152
W14	1	Kiana Lewis	TuS 06 Drörschede	146
W18	1	Svenja Katzwinkel	TuS 06 Drörschede	169





Auch wenn nur die erstplatzierten Sportler aufs Treppchen kamen, so bekamen doch alle Mitstreiter ihre Medaille und einen Applaus für ihre Leistungen



Altersgruppe	Platz	Name	Verein	Punkte
M06	1	Mats Kreisner	TV Berchum	145
	2	Tom Brükkenkamp	TuS 06 Dröschede	119
	3	Johnny Brösecke	TuS 06 Dröschede	102
M08	1	Jannik Haase	Borussia Dröschede	163
	2	Solomon Sivolap	Ukraine	127
M10	1	Jaden Lewis	TuS 06 Dröschede	254
	2	Shawn Mester	TuS 06 Dröschede	231
	3	Tim Metzler	TuS 06 Dröschede	218
M12	1	Nick Glitz	Borussia Dröschede	244
M14	1	Kevin Palaic	TuS 06 Dröschede	250
M65	1	Klaus-Dieter Hassel	TuS Iserlohn	238





Bitte die Urkunde hochhalten, damit alles gut aufs Bild kommt.



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](mailto:dach@lemmer-gmbh.de)

Tel. (02374) 74700

- **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](http://www.parkett-delange.de)

# Kinder- und Jugendfreizeit 10.06.-12.06.22

Unser diesjähriges Freizeitwochenende war ein voller Erfolg! Sowohl für die Kinder als auch für die Helfer vor Ort.

Der Jugendvorstand möchte sich ganz herzlich bei allen Helfern bedanken, die uns über das Wochenende so tatkräftig unterstützt haben! Ohne euch wäre das Wochenende nicht so erfolgreich gewesen! Wir bedanken uns auch bei allen Kindern und Jugendlichen für das schöne Wochenende mit euch! Wir freuen uns aufs nächste Mal. 😊



## Freitag

Nach einigen Runden Ball- und Bewegungsspielen haben wir uns zum gemeinsamen Abendessen zusammengesetzt.



Anschließend haben wir den Tag mit einem Kinoabend und den Film „Encanto“ beendet.





### Samstagvormittag

Gibt es was Schöneres als ein Spaziergang am Morgen? 😊

Auf unserem Weg zum Spielplatz auf der Emst, wurden fleißig Stöcke für das am Abend anstehende Lagerfeuer gesammelt. 🪵

Nach Ankunft in der Halle gab es wieder einige Ball- und Bewegungsspiele und als Belohnung noch Waffeln obendrauf. 🍷



## Samstagnachmittag

DAS Highlight für alle  
(Ja, auch für die Erwachsenen 😊)

KIKI Island! 🦋👤



## Samstagabend

Den Abend haben wir am Lagerfeuer mit Pizza, Marshmallows, schöner Gitarrenmusik und Karaoke ausklingen lassen.



## Sonntag

Nach dem gemeinsamen Frühstück haben wir mit den Kindern Ball- und Bewegungsspiele gespielt. 🎮👤

Anschließend wurde alles wieder aufgeräumt und alle Kinder pünktlich abgeholt. 👤👤👤

## Fitness für Frauen - Rudern auf der Sorpe -

Sechs Wochen ohne Sport in der Halle? Könnte man da nicht etwas anderes unternehmen? Wie wäre es mit Sportbootrudern auf der Sorpe? Dieses Angebot von Christel, die nicht nur Mitglied der Fitness-für-Frauen-gruppe, sondern auch im Ruderclub Sorpe ist, nahmen sieben Frauen gerne an. Kurzfristig musste dann noch ein (Ehe-)Mann einspringen, weil aus Krankheitsgründen Absagen kamen.



Warum überhaupt acht Personen? Wir sollten doch mit einem Vierer-Sportboot fahren! Wer noch wie ich die Größe eines Ruderbootes vom Seilersee im Kopf hatte, worin auch mehrere Personen sitzen können, wurde schnell eines Besseren belehrt, als wir im Bootshaus die endlos langen Boote sahen. Vier Personen auf jeder Seite waren nötig, um so ein Boot hinunter zum Steg zu tragen.

Dort kam die Einweisung, wie die Ruder befestigt werden mussten, wo man beim Einstieg hintreten durfte, und dann war ich die Erste, die im Bug Platz nehmen durfte. Ein schmales Stück Holz zum Draufsitzen war alles, und schon im ersten Augenblick unbequem. Leider war kein Positionswechsel möglich und der Po tat schon vor dem Start weh. Jetzt musste noch die Beinlänge am Schlitten angepasst werden und die Füße festgeschnallt.

Als nacheinander alle die richtige Position hatten, kam die Demonstration der

Stabilität durch Flachlegen der Ruder auf dem Wasser.



Jetzt noch die richtige Handhaltung und die Technik beim Drehen der Ruder und es konnte losgehen. Die Ruderin im Heck, (da wir rückwärts saßen die vorderste) musste das Tempo vorgeben, der Rest nacheinander im gleichen Rhythmus dazu kommen.



Also gleichzeitig Ruder eintauchen, durchziehen, drehen und flach über dem Wasser zurück. Theoretisch ganz leicht, aber irgendwie wurden wir immer zu schnell und dann passte das Tempo mit der Vorderfrau nicht mehr und die Ruder verhedderten sich. Mit der Zeit wurde es etwas besser und gleichmäßiger, aber nur ein Augenblick Unaufmerksamkeit, weil man

zum Beispiel die Aussicht genießen wollte, brachte uns wieder aus dem Takt.

Fürs erste Mal schon ganz ordentlich, lobte aber Christel und wir hatten gleich ein viel besseres Gefühl. Dann ging es zurück zum Steg, wo die zweite Gruppe schon darauf wartete uns abzulösen.

Nach dem Aufstehen schmerzt der Po erst recht, so dass zum Ausgleich ein Bad in der relativ warmen Sorpe richtig gut tat.

Danke, Christel, für den schönen Tag!

Dietlind



# PFLEGE - DAHEIM

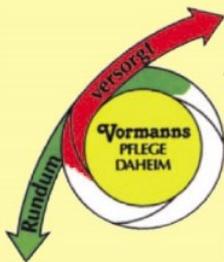
Rundum versorgt bietet Ihnen Ihr Pflegeteam

## 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](http://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](http://www.tischlerei-heucks.de)

# Vereinsfahrt 11.09.2022

## 10.09.2022

Ui, ui, ui, Dauerregen! Besser heute als morgen, da ist das Wetter bestimmt top.

## 11.09.2022

Es geht los! Ihr seid super. Alle pünktlich, alle gut gelaunt, Bus voll. Das Wetter ist leider noch suboptimal.



Egal, das Frühstück im Landhaus Föcker wartet. Dort sitzen wir im Trockenen und Warmen.



Die Stimmung ist immer noch prächtig, angesichts des opulenten Frühstücksangebots. Nach etwa 90 Minuten kapitulieren wir. Satt! Nichts geht mehr.



Nach einer kurzen Fahrt, die kein Verdauungsschläfchen zulässt, nicht nur wegen der Kürze, sondern auch wegen der angeregten Gespräche und des fröhlichen Gelächters im Hintergrund, erreichen wir den Haltener See.

Raus zum Verdauungsspaziergang, oder vielleicht doch lieber gleich bei Jupp einkehren? Sieht verlockend aus.



Erst einmal bei den Kletterern vorbei schauen, wir sind ja schließlich ein Sportverein.

Inzwischen hat die Sonne ein Einsehen mit uns und zeigt sich mehr oder weniger schüchtern

Nach individueller Gestaltung am Haltener See ...



... steuern wir unseren nächsten Punkt an. In Herten warten drei Planwagen auf uns.



Zu unseren Füßen, unsichtbar von außen, befinden sich zahlreiche Kästen Bier, Softgetränke, Kümmerling- und Klopferkartons. Oh, das schaffen wir doch gar nicht innerhalb von zwei Stunden! Aber wir bemühen uns. Einige Damen präferieren allerdings Sekt und Wein und lassen uns mit dem Bier alleine. Partymusik, die sonst keiner hört, aber in diesem Moment genau richtig ist, steigert die Stimmung zusätzlich.

Nach zwei vergnüglichen Stunden Fahrt bleiben noch reichlich Getränke in den Planwagen zurück. Egal, darum müssen sich jetzt andere kümmern.

Bevor wir unsere Rückfahrt antreten, müssen wir noch eine „Bier“- „Wasser“- „Sekt“- raus-Pause beim Bestatter einlegen (wir parken am Friedhof), die man aber auch für ein kleines Tänzchen nutzen kann.



Bei bester Laune treten wir die Rückfahrt an und erreichen Dröschede gegen 18.00 Uhr.

Es war ein richtig schöner Tag! Ich danke euch allen, die ihr mitgefahren seid und durch eure gute Laune, Pünktlichkeit, positiver Zugewandtheit euren Beitrag zum Gelingen geleistet habt.



Nächstes Jahr starten wir am 11.06.2023 wieder durch. Auf ins Münsterland zu Spargel, Burgen und Parks.

Drücke euch alle!

**Heike**



Hallo Kinder

1. Jetzt ist die ganze Welt im Fußballfieber, weil es um die Weltmeisterschaft geht. Wisst ihr, wo sie stattfindet?

- a) Dubai
- b) Kairo
- c) Katar
- d) Kiew

2. Fußball ist nicht der einzige Ballsport, sondern es gibt noch viele andere Sportarten mit unterschiedlich großen Bällen. Könnt ihr die Bälle nach Größe sortieren? Von Groß nach klein.

- a) Tennisball
- b) Fußball
- c) Basketball
- d) Tischtennisball
- e) Pezziball
- f) Softball
- g) Medizinball



3. Bälle kann man werfen, aber es gibt auch noch viele andere Gegenstände, die man werfen, schleudern, schießen oder wegsputzen kann. Findet sie heraus.

- a) \_ \_ e e \_
- b) B \_ \_ e r \_ n g
- c) \_ f \_ i \_
- d) D \_ s \_ u \_
- e) \_ \_ r s \_ \_ k e \_ \_
- f) F r \_ \_ \_ e e

Viel Spaß beim Raten wünscht Dietlind

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

3 2 1 0 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0  
Diskus – Kirschkern – Fispere  
Speer – Bumerang – Pfeil

## Radfahr- und Walking-Prüfung

Der TuS 06 Dröschede wiederholte am Sonntag, den 11. September 2022 die Radfahrprüfung für das Deutsche Sportabzeichen. Zum ersten Termin am 21. August waren aufgrund von Terminüberschneidungen mit anderen Radfahrveranstaltungen nur sehr wenige Teilnehmer gekommen.

Gestartet wurde um 10:00 Uhr ab der Turnhalle "Im Hütten". Die insgesamt 20 km lange Strecke führte über die B7 und B236 in Richtung Altena und wieder zurück bis zum Parkplatz Dechenhöhle.

Es kamen leider jeweils nur zwei Teilnehmer außerhalb des TuS 06.

Auch beim Walking, welches am Mittwoch, 14.09. um 17.00 ab dem Parkplatz Barendorf angeboten wurde, zeigte sich das gleiche Bild. Hier gingen nur zwei Mitglieder unseres Vereins an den Start.



Das Foto entstand bei einer anderen Gelegenheit

Norbert

## ENGLISCH FÜR KINDER

Sprachschule Gabriele Röllecke



seit 1996

- ★ 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**

# Bezirksturn- und Schwimmfest 2022

Bereits am 15. Mai fand das diesjährige Bezirksturn- und Schwimmfest in der Humpfert-Sporthalle in Letmathe statt. Selbstverständlich war auch wieder der TuS 06 Dröschede mit insgesamt neun Teilnehmern aus der „Gerätturngruppe für Fortgeschrittene“ und dem „Allgemeinen Gerätturnen“ beim Wettkampf vertreten.

Den Start machten vormittags die drei Turnerinnen der „Fortgeschrittenengruppe“, die im Fachwettkampf Gerätturnen antraten. Aufgrund der unglücklichen Terminlage war es den anderen Mädels leider nicht möglich, am Wettkampf teilzunehmen.

Aus den vier zur Verfügung stehenden Geräten (Boden, Barren, Schwebeläufen, Sprung) durften sie sich drei aussuchen und dort ihr Können zeigen (Wahl-Dreikampf).

Weiter ging es am Mittag mit dem Misch-Wettkampf (Gerätturnen und Schwimmen) als Wahl-Vierkampf, bei dem die Gruppe „Allgemeines Gerätturnen“ startete.



Zunächst präsentierten die Mädels und Jungs ihre zuvor eingeübten Übungen an zwei Wahlgeräten. Dabei entschieden sie sich für eine Kombination aus Boden und Minitramp bzw. Minitramp und Sprung über das Pferd.

Anschließend ging es für den Schwimmteil ins Aquamathe. Dort musste noch eine vorgegebene Strecke auf Zeit geschwommen und zwei Kunstsprünge vom 1m-Brett absolviert werden. Nachdem alle wieder trocken in der Turnhalle angekommen waren, konnte auch schon ohne lange Wartezeit mit der Siegerehrung begonnen werden. Die Teilnehmer des TuS 06 Dröschede konnten sich dabei über folgende Platzierungen zu freuen:

## **Fachwettkampf:**

### Altersklasse 10/11:

- |           |                   |
|-----------|-------------------|
| 4. Platz  | Mia Dodt          |
| 10. Platz | Lisanne Bihlmeier |
| 11. Platz | Mira Hermes       |

### Altersklasse 10/11 (männlich):

1. Platz Jaden Lewis

### Altersklasse 12/13:

6. Platz Anna-Sophie Hübner

## **Mischwettkampf:**

### Altersklasse 10/11:

- |           |               |
|-----------|---------------|
| 3. Platz  | Julika Amodeo |
| 5. Platz  | Lina Potrikus |
| 10. Platz | Jil Palaic    |
| 11. Platz | Lea Horn      |



# Bezirkseinzelmeisterschaften 2022

Am 23.10.2022 fanden die Bezirkseinzelmeisterschaften im Gerätturnen statt und erstmalig war auch der TuS 06 Dröschede mit der Gruppe „Gerätturnen für Fortgeschrittene“ in der Leistungsklasse 4 vertreten.



Wie in der Regel alle Wettkämpfe des Turnbezirks Iserlohn, fanden auch die Meisterschaften in der Humpfert-Halle in Letmathe statt.

Krankheits- und verletzungsbedingt konnten leider einige der Mädels nicht an den Meisterschaften teilnehmen, so dass der TuS 06 Dröschede letztlich mit nur fünf Turnerinnen vertreten war.

Die Meisterschaften sind als Vierkampf ausgestaltet, so dass die Turnerinnen an allen vier Geräten (Boden, Barren, Sprung, Schwebebalken) ihr Können unter Beweis stellen mussten.

Die Mädels haben ihr Bestes gegeben und das hat sich auch auf die Platzierungen ausgewirkt.

Voller Stolz können wir sagen, dass der TuS 06 Dröschede zum ersten Mal an den Meisterschaften teilgenommen hat und gleich zwei Mal Bezirksmeister und zwei Mal Bezirksvizemeister geworden ist.

Hier die Platzierungen des TuS 06 Dröschede in der Leistungsklasse 4:

## Altersklasse 10/11:

1. Platz Lisanne Bihlmeier
8. Platz Tiffany Kretz

## Altersklasse 12/13:

2. Platz Josie Blümel

## Altersklasse 14/15:

2. Platz Kiana Lewis

## Altersklasse 16/17:

1. Platz Lea Kremer



# Ü70-Nachmittag

Etwas mehr als 40 Sportler folgten der Einladung unseres Vereins am 28. Oktober 2022 zum Ü70-Nachmittag.



Im festlich geschmückten Mehrzweckraum der Turnhalle „Im Hütten“ begrüßte Wolfgang Ströter als Vereinsvorsitzender die zum größeren Teil noch aktiven Sportler herzlich.

Mit Kaffee und Kuchen, oder wahlweise auch anderen leckeren Speisen und Ge-

tränken, wurden sie von Vorstandsmitgliedern und einigen Übungsleiterinnen verwöhnt.

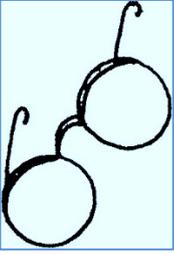
So ließ es sich hervorragend plaudern: über die guten alten Zeiten oder auch über aktuelle Themen aus dem Verein oder den einzelnen Übungsstunden.



Die Vorfreude auf den nächsten Ü70-Nachmittag in 2023 ist schon groß.

Norbert

## Künftige Verteilung der Sportbrille



Wie bereits in der letzten Sportbrille durch einen Einlegezettel angekündigt, wird zukünftig die Sportbrille auch auf unserer Homepage veröffentlicht. Danke, Ingo, dass du die Seiten ins Netz stellen wirst.

Natürlich werden die analogen Sportbrillen weiterhin in den Turnhallen „Im Hütten“ und „Auf der Emst“ zum Mitnehmen bereit liegen. Diese Vorgehensweise soll einen Großteil des Postversandes ersetzen.

Die Redaktion – also ich – freut sich schon auf eure Beiträge für die nächste Sportbrille. Habt ihr etwas Interessantes aus unserem Verein zu berichten, egal ob als Übungsleiter oder Teilnehmer, schickt bitte eure Zeilen an meine E-Mail-Adresse:

[norbert.humberg@tus-doreschede.de](mailto:norbert.humberg@tus-doreschede.de)

Norbert

A promotional graphic for 'Sandra's Haar-Studio'. On the left is a close-up photograph of a woman with dark hair and eye makeup. To the right, the text 'Sandra's' is written in a purple cursive font. Below it, 'Haar-Studio' is in a bold, purple, sans-serif font. A purple silhouette of a woman's head with a large curl is positioned to the right of the text. At the bottom, 'Sandra Mündner' is written in purple, followed by the address 'Rauhe Hardt 2 • 58642 Iserlohn' and the phone number 'Telefon 0 23 74 7 16 12' in the same purple color.

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

# HALLOWEEN PARTY 1. – 4. Schuljahr



In schaurigen Kostümen haben wir Zaubermaus, Zombieball und Drums Alive gespielt und es hat super viel Spaß gemacht!

Ein Dankeschön geht an die fleißigen Helfer und Übungsleiter, die den schaurigen Abend mit den Kindern begleitet haben.



Abgeschlossen wurde die Party mit einem Filmabend und dem Film „Coco“.

# HALLOWEEN PARTY ab 5. Schuljahr



Ein schön-schauriger Abend ist zu Ende gegangen.

Wir sind mit den Kindern und Jugendlichen durchs Dröschfelder Feld gewandert und es wurde ab und an mal jemand erschreckt.



Anschließend gab es Pizza und Knabbereien.

Zum Schluss haben wir noch Werwolf und Mord in der Disko gespielt.

Auch an dieser Stelle einen ganz fetten Dank an die Helfer und Übungsleiter, die zwei Abende hintereinander für schaurige Stimmung gesorgt haben.



# „Das rücksichtsvolle Workout“

## Ein Top-Lehrgang zur Übungsleiter-Lizenzverlängerung in unserer Halle im Hütten



Am Samstag, dem 5.11.2022 nahmen Wolfgang, Dagmar, Claudia und ich von 10 bis 17 Uhr an diesem Lehrgang teil.

Wir trafen auf eine glänzend vorbereitete Referentin des Westfälischen Turnbundes, die uns mit viel Kompetenz und ihrer engagierten, temperament- und humorvollen Art mitriss. Die

Stunden vergingen wie im Flug.

Michaela Reimann, die selbst Rhythmische Sportgymnastik leistungsmäßig betrieben hat, war topfit und führte die z. T. anspruchsvollen Bewegungen perfekt vor. Dennoch ging sie auf unsere Bedürfnisse ein, unterstützte und half, wo es angemessen war.

Wolfgang und ich waren die Quotenmänner neben den 12 anderen Teilnehmerinnen. Einige wenige hatten wegen Corona absagen müssen.

Inhaltlich gab es zunächst einen Theorie teil über Muskelketten und ihre Funktion.

Dies setzten wir dann in die Tat um mit einem Warm-up-Flow, bei dem vordere, seitliche und hintere Muskelketten bewegt wurden.



Weiter folgten vorbereitende Bewegungen für bessere Kraftübertragung durch die faszialen Strukturen, sogenannte Movement Preps.

(Ihr merkt, es wird kompliziert, deshalb verkürze ich.)

Neben dem Einsatz von Redondo-Bällen arbeiteten wir auch einen Zirkel in Partnerarbeit aus für die Stärkung des Rückens.

Wir machten einen Bandscheiben-Gymnastikdurchgang, anschließend eine Erste Hilfe-Reihe für Rücken und Nacken sowie eine aktive Entspannung als Schluss-Sequenz.



Zwischendurch kamen wir immer wieder einmal für einen Theorieteil mit Fragen zusammen.

Und es gab auch eine Mittagspause – von gut 20 Minuten. Für Essen war nicht viel Zeit vorgeesehen.

Natürlich tranken wir zwischendurch alle reichlich Wasser. Und zu Beginn sowie in der Mittagspause, die im

Übungsleiterzimmer stattfand, hatten Nicole Eller (die Organisatorin des Lehrgangs) und andere Helfer/innen für Kaffee, Obst und ein angenehmes Ambiente gesorgt. Das fand auch bei der Abschlussbesprechung viel Lob von allen Teilnehmerinnen, die von der angenehmen Atmosphäre in unserer Halle schwärmten.

Insofern würde Michaela Reimann alle Hebel in Bewegung setzen, um bei Fortbildungswünschen zurückzukehren. Natürlich nur, wenn sie das Thema abdecken kann.

Als besonderes Bonbon bekamen wir noch ein 20-seitiges Handout, in dem alle Seminarphasen noch einmal beschrieben und mit Bildreihen perfekt verdeutlicht waren.

Abschließend noch einmal herausgestellt: Michaela war eine Klasse für sich.

Dieter Kossmann



# 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](mailto:info@knoffundpartner.de)

Internet: [www.knoffundpartner.de](http://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](http://www.malerfachbetrieb-dirk-gaertner.de)

# Bezirksturn- und Leichtathletikfest 2022

Nach einer zweijährigen Coronapause konnte am 05.11.2022 endlich wieder das Bezirksturn- und Leichtathletikfest in der Humpfert-Halle in Letmathe stattfinden.

Das diesjährige Bezirksturnfest war für den TuS 06 Dröschede dabei ein ganz besonderes, denn der TuS 06 Dröschede war nicht nur als teilnehmender Verein anwesend, sondern fungierte auch das erste Mal als Ausrichter und war damit für die Organisation und Durchführung des Bezirksturnfestes verantwortlich.

Eine völlig neue Aufgabe für uns, die wir als Team aber erfolgreich und für alle Teilnehmenden zufriedenstellend gemeistert haben.



Das Bezirksturn- und Leichtathletikfest startete vormittags mit den Fachwettkämpfen Gerätturnen.



Die Fachwettkämpfe waren dabei als Wahl-Dreikampf ausgestaltet. Der TuS 06 Dröschede war hier in der Leistungs-kategorie 4 mit insgesamt sechs Turnerinnen aus der Gruppe

„Gerätturnen für Fortgeschrittene“ vertreten. Leider sind vier weitere Turnerinnen krankheits- bzw. verletzungsbedingt ausgefallen und konnten leider nicht mitmachen.

Mittags startete dann der Mischwettkampf mit sieben Teilnehmern des TuS 06 Dröschede aus der Gruppe „Allgemeines Gerätturnen“ des TuS 06 Dröschede.

Der Mischwettkampf war als Wahl-Vierkampf ausgestaltet. Die Teilnehmer konnten sich hier jeweils zwei Disziplinen aus dem Gerätturnen, wobei hier neben den „klassischen“ Geräten (Boden, Sprung,





Barren, Schwebebalken) auch das Minitramp zur Wahl stand, und zwei Disziplinen aus der Leichtathletik (Laufen, Springen, Werfen) aussuchen.

Wie bereits im Jahr vor Corona fand der Leichtathletikteil wieder als Hallen-Wettkampf statt.

Natürlich war auch wieder für das leibliche Wohl gesorgt. Neben Kaffee und Kuchen haben auch die von uns frisch gebackenen Waffeln dazu beigetragen, dass die Wartezeit bis zur Siegerehrung schnell vergangen ist.

Insgesamt war es ein erfolgreicher Wettkampftag und das Training hat sich gelohnt, denn die Teilnehmer des

TuS 06 Drörschede konnten sich am Ende über folgende Ergebnisse freuen:

### **Fachwettkampf:**

#### Altersklasse 10/11:

- 7. Platz Tiffany Kretz
- 9. Platz Mira Hermes

#### Altersklasse 12/13:

- 4. Platz Josie Blümel

#### Altersklasse 14/15:

- 1. Platz Zoe Blöcher
- 4. Platz Kiana Lewis

### **Mischwettkampf:**

#### Altersklasse 06/07:

- 9. Platz Finja Harnisch

#### Altersklasse 10/11:

- 4. Platz Jil Palaic
- 8. Platz Lina Potrikus
- 9. Platz Julika Amodeo
- 13. Platz Lea Horn

#### Altersklasse 10/11 (männlich):

- 1. Platz Jaden Lewis

#### Altersklasse 12/13:

- 4. Platz Anna-Sophie Hübner



# Schnappschüsse vom Bezirksturn- und Leichtathletikfest



## 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

# Rund um den Ball

Bist du mindestens 10 Jahre alt und hast Spaß an allem was mit Sport und Bällen zu tun hat?

Dann bist du in der neuen Ballsportgruppe genau richtig!

Wir möchten mit dir viele verschiedene Sportarten kennenlernen und ausprobieren, in denen ein Ball und sportbegeisterte Mitspieler die Hauptrolle belegen.

Dazu gehören Basketball, Volleyball und Badminton, aber auch die allseits beliebten Spiele Völkerball, Brennball und Zombieball kommen nicht zu kurz.

Wenn du dich angesprochen fühlst und Lust hast, mit uns eine neue Gruppe zu starten, dann komm vorbei!

Los geht's am: Jeden Montag  
von: 17:00 Uhr bis 18:00 Uhr  
wo: In der Turnhalle „Grundschule auf der Emst“

Wenn du vorab noch Infos brauchst, melde dich einfach bei Sheila, der Übungsleiterin der neuen Gruppe: [sheila.ferreira@tus-droeschede.de](mailto:sheila.ferreira@tus-droeschede.de)

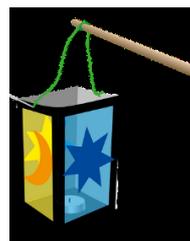


Eure Übungsleiter:

Chacey und Sheila



# Die Laternen-Turnstunde bei den Vorschulkindern in der Turnhalle auf der Emst



Mittwoch, 09.11.2022 war eine besondere Turnstunde:



Eine dunkle Halle empfing die Kinder. Alles war nur mit Lichterketten beleuchtet. An diesem Tag durfte jedes Kind eine Laterne mitbringen, denn auch wir wollten St. Martin feiern.

Und es gab so viele wunderbare, große, kleine und selbst gebastelte Laternen, in allen Farben und Formen.

Es war für alle, Groß und Klein, ein wunderbares aufregendes Erlebnis. Das werden wir sicherlich nächstes Jahr wiederholen.



- Durch die (Turn-)Halle auf und nieder leuchten die Laternen wieder. Rote, gelbe, grüne, blaue, lieber Martin komm und schau!
- Wie die Bälle in den Netzen leuchten Laternen über Kästen. Rote, gelbe, grüne, blaue, lieber Martin, komm und schau!
- Und wir balancieren über Bänke mit Laternen in den Händen: Rote, gelbe, grüne, blaue, lieber Martin, komm und schau!



# Tag des Kinderturnens

Am bundesweiten Tag des Kinderturnens beteiligte sich auch unser Verein. Am 12.11.2022 waren alle Kinder – unabhängig davon, ob sie in irgendeinem



Übungsleiter und –helfer des TuS 06 empfangen die jungen Sportler bei den zwölf Stationen, in denen es um das Ansprechen der Sinne, betätigen von Handgeräten, Rollen und Rutschen, um Seilkünste oder Springen ging. Auch die Teamarbeit war bei einer Übung gefragt. Mit 114 Kindern wurde die Zahl des Vorjahres verdoppelt. Etwa ein Drittel der jungen Turner waren nicht Mitglied im TuS 06 Dröschede.



sehr gefragt, sodass eine enorme Spende für die Jugendarbeit zustande kam.



Sportverein sind oder nicht – zum Mitmachen in der Turnhalle „Auf der Ernst“ eingeladen. Der deutsche Turnerbund in Kooperation mit der Bewegungsinitiative Kinder Joy of Moving feiert diesen Tag seit 2017 am zweiten November-Wochenende.



Zahlreiche Eltern nutzten die Gelegenheit, die Fähigkeiten ihrer Sprösslinge zu bestaunen. Sie konnten erfahren, wieviel Spaß die Kinder an dieser Art von Sport und Bewegung haben. Zum Schluss durften sich die jungen Akteure ein kleines Präsent aussuchen.

Der Waffelstand, betreut von der Jugend des TuS 06 Dröschede, war

Norbert

# Übungsplan TuS 06 Drörschede (gegr. 1906)

## Sporthalle: „Im Hütten“

Uhrzeit	Gruppe	Übungsleiter(in)	Telefon
<b>Montag</b>			
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 <b>Mehrzweckraum</b>	Selbstverteidigung	Ingo Müller	(02374) 84443
<b>Dienstag</b>			
16:00 – 17:30	Eltern-Kind-Turnen I	Stephanie Mester	(02371) 2193468
17:15 – 18:15 <b>Mehrzweckraum</b>	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 <b>Mehrzweckraum</b>	Power Fitness für Jugendl. + Erwachs.	Isabelle Nowoczin Markus Fehr	(02371) 770649 (0201) 2798439
20:00 – 22:00 <b>Mehrzweckraum</b>	Tanzabteilung zbV.	Nicole Trenkel	(02374) 10379
<b>Mittwoch</b>			
09:00 – 10:30	Fitness für Frauen	Dietlind Humberg	(02374) 74273
19:30 – 20:30 <b>Mehrzweckraum</b>	Bewegung und Ent- spannung mit Yoga	Carmen Luttrup- Buss	(02374) 70593
<b>Donnerstag</b>			
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 <b>Mehrzweckraum</b>	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
<b>Freitag</b>			
15:00 – 17:00 <b>Mehrzweckraum</b>	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: 11.11.2022**

# Übungsplan TuS 06 Drörschede (gegr. 1906)

Sporthalle: „Auf der Emst“

Uhrzeit	Gruppe	Übungsleiter(in)	Telefon
<b>Montag</b>			
08:30 – 10:00	Walking <b>(ab Brandkopfweg)</b>	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	(0201) 2798439
20:15 – 21:30	Erwachsenen- Gymnastik gemischt	Dieter Kossmann	(02374) 71435
<b>Mittwoch</b>			
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: 11.11.2022

**MEYER**  
**BESCHRIFTUNGEN**

☎ (0 23 74) 50 500

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

Textilbeschriftung

TuS 06  
Drörschede

[www.meyer-beschriftungen.de](http://www.meyer-beschriftungen.de)



## Termine 2022

Sa. 10.12	15.30	Nikolausfeier	Turnhalle „Im Hütten“
-----------	-------	---------------	-----------------------

## Termine 2023

Die geplanten Termine können sich je nach aktueller Lage der Pandemie verändern oder entfallen			
Sa. 14.01.	09:30	Interner Übungsleiter-Lehrgang	Turnhalle „Im Hütten“
So. 29.01.		Neujahrsempfang Dröschede	Turnhalle „Im Hütten“
Mo. 18.02.		Kinderkarneval	Turnhalle „Im Hütten“
Fr. 24.02.	17:00	Jugendversammlung	Turnhalle „Im Hütten“
Fr. 24.02.	19:00	Jahreshauptversammlung	Turnhalle „Im Hütten“
So. 07.05.		„Wings for life World run“	mit App
Sa. 13.05. oder 03.06.		Sportfest „Auf der Emst“	Sportplatz Auf der Emst
So. 11.06.		Vereinswandertag / Fahrt	
16.-18.06.		Kinder- u. Jugendfreizeit	
Fr. 27.10.	14:30	Ü70-Nachmittag	Turnhalle „Im Hütten“
Sa. 11.11.		Tag des Kinderturnens	Auf der Emst
Sa. 09.12.	15.30	Nikolausfeier	Turnhalle „Im Hütten“

*Änderungen vorbehalten*



Ob die Stimmung beim nächsten Ausflug unseres Vereins am 11.06.23 auch wieder so toll sein wird?

Bis dahin ist ja noch ein wenig Zeit und es gibt zahlreiche weitere Termine in unserem Verein, wie ihr oben nachlesen könnt.

Neueste Vereins-Informationen findet ihr unter [www.tus-droeschede.de](http://www.tus-droeschede.de)

E-Mails mit Beiträgen sowie Fotos sendet bitte bis zum 15.03.2023 an [norbert.humberg@t-online.de](mailto: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](http://www.baeckerei-ashauer.de)



/Baeckerei.Ashauer

# Wir machen das



[www.heimatversorger.de](http://www.heimatversorger.de)

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

**Stadtwerke Iserlohn**