

Newsletter

...immer gut informiert!

August 2026

Leichtathletik

Lauftreff

Reisen

Triathlon

Kurse

Duathlon



DEUTSCHES
SPORT
ABZEICHEN



Einer für Alle.

Ansprechpartner Leichtathletik & Triathlon

Abteilungsleiter	Jens Meyer	0160/97544009
	Jens.meyer@rsv-borgholzhausen.de	0173/7998788
Stellv.Abteilungsleiter	Carsten Haßpecker	0173/7998788
	carsten.hasspecker@gmail.com	
LA-Geschäftsstelle Freistr.3	Sabine Lünstroth	05425/7135
(Ansprechpartnerin für alle Laufveranstaltungen)	Sabine.luenstroth@rsv-borgholzhausen.de	
Lauf-Bahntraining (Erwachsene)	Carsten Voelz	0160/93827522
	carsten.voelz@gmx.de	
	Franz Dammann	0170/9036394
	dammann.koelsch@t-online.de	
	Nicole Jahnke	0172/2850270
	nicole.jahnke@rsv-borgholzhausen.de	
Seniorenwartin	Martina Kölsch	0160/4426767
	dammann.koelsch@t-online.de	
Sport- und Jugendwartin	Antje Strothmann	0157/75882693
	Antje.strothmann@rsv-borgholzhausen.de	
Festausschuss	Birgit Vogt	0163/9212623
	birgitvogt@gmx.net	
Materialwart	Thorsten Warning	0151/22792624
	thorstenwarning@t-online.de	
Triathlon	Hubert Kaiser	0151/14292361
	hubert.kaiser@rsv-borgholzhausen.de	
Sportabzeichen	Wilhelm Habighorst	0151/27619558
	wilhelmhabighorst@t-online.de	
Internet-Auftritt	Nicole Jahnke	0172/2850270
	nicole.jahnke@rsv-borgholzhausen.de	
Social Media / Instagram	Gina Ewert	0160/99076277
	gina.ewert@rsv-borgholzhausen.de	

Kleiner (bisheriger) Veranstaltungskalender

August	26.08.	Bahnmeeting



- * Das Deutsche Sportabzeichen ist ein Leistungsabzeichen und kann auf den Leistungsstufen Bronze, Silber und Gold erworben werden. Es gelten die Bedingungen für das Alter, das im Jahr der Prüfung erreicht wird. Die Verleihung erfolgt durch die Ausstellung einer Urkunde. Für den Erwerb empfiehlt sich eine gezielte körperliche Vorbereitung mit qualifiziertem Training, wie es vor allem von [Sportvereinen, aber auch von Sportabzeichen-Treffs](#) angeboten wird. Am Training und den Prüfungen darf nur teilnehmen, wer gesund ist.



Anne Kügler



MK (Martina Kölsch)

...wie bist du auf uns aufmerksam geworden?

Durch zwei Freunde. Das war ein toller Tipp.

MK ... ist Laufen deine Lieblings Sportart?

Auf jeden Fall.

MK ...worüber freust du dich am Wochenende am meisten ?

Einen guten Ausgleich zwischen Familie/ Sport und Entspannung.

MK ...welche Hobbys hast du außerhalb des Sports?

Spaziergänge und im Garten entspannen sind zum Beispiel auch Hobbys von mir.

MK ...womit kannst du dich garantiert motivieren, wenn du mal so richtig lauffaul bist ?

Interviews oder Berichte von Sportlern anhören.

MK ...welche sportlichen Ziele hast du in nächster Zeit?

Diverse Läufe, wie zum Beispiel den Böckstiegel Lauf und im November einen Halbmarathon in Essen.

Natürlich wäre es auch schön noch ein bisschen schneller zu werden.

MK ...worüber freust du dich so richtig?

Mit lieben Menschen gemeinsam Zeit verbringen zu dürfen.

MK ...mit welcher bekannten Laufpersönlichkeit würdest du gerne mal einen Marathon laufen?

Henning Baum, er ist zwar keine Laufpersönlichkeit, aber schon seit vielem Jahren sehr sportlich.

MK ...hast du Verbesserungsvorschläge an die LA - Abteilung des RSV Borgholzhausen?

Nein mir fällt keine ein.

MK ...wenn du für kurze Zeit Bundeskanzlerin wärst, was würdest du sehr gerne ändern?

Eine bessere Wertschätzung der sozialen Berufe und bessere Arbeitsbedingungen.

1-2 Std Sport für jeden Arbeitnehmer /Arbeitgeber verpflichtend und das als Dienstzeit.



Herzlichen Glückwunsch!

02.08.	Frauke	Schnelle	
05.08.	Heike	Hohnhorst	
05.08.	Anne	Dreier	
05.08.	Volker	Meise	65 Jahre
05.08.	Udo	Kerwien	
06.08.	Andreas	van Westen	
07.08.	Andrea	Kahl	
07.08.	Nicole	Jahnke	
08.08.	Werner	Kampwerth	80 Jahre
09.08.	Linus	Ernst	
10.08.	Joerg	Ermshausen	
10.08.	Max	Szymanski	
11.08.	Lilli	Buller	
12.08.	Alma-Luise	Skarupke	
	Arne-		
12.08.	Magnus	Weßling	
13.08.	Stefanie	Limberg	
18.08.	Heinrich	Düpmann	
19.08.	Ines	Dickob	
19.08.	Daniela	Mende-Gbrruek	50 Jahre
21.08.	Heiko	Redecker	
22.08.	Annette	Bossow	
22.08.	Gunnar	Feicht	
22.08.	Hella	Nolkemper	
22.08.	Daniel	Hagemeier	
24.08.	Sascha	Ellerbrock	
25.08.	Armin	Ruhe	65 Jahre
25.08.	Lovis Wenzel	Andernacht	
25.08.	Jakob	Wagner	
25.08.	Oscar	von Wendorff	
26.08.	Violetta	Sudermann	
27.08.	Hanna	Limberg	
29.08.	Sarah	Strothmann	
29.08.	Gabriela	Hanneforth	60 Jahre
29.08.	Alexandra	Herbers	
30.08.	Dagmar	Beune	
30.08.	Axel	Bartling	
31.08.	Lia	Smykalla	

Wer seine Daten in Zukunft nicht mehr in der Geburtstagsliste veröffentlicht haben möchte, teilt das bitte per Mail mit.

Sabine.luenstroth@rsv-Borgholzhausen.de

Dieser traditionsreiche Staffelmарathon am 05.07.2026 in Rheda-Wiedenbrück ist ein ‚That’s a must‘, und zwar jedes Jahr wieder. knackige Distanzen von 2 km Runden im Wechsel mit den jeweiligen Teammitgliedern

tolle, flache und gut befestigte Strecke durch den historischen Schlosspark ohne nervige Straßenquerungen

super Atmosphäre im Schloss/Rosengarten

charmante Gastgeber mit tollem ‚Drumherum‘ insgesamt,

Kuchen und Getränke satt

trotz Wettkampfmodus entspanntes, und mit der großen Lauf-Community des Altkreises und darüber hinaus,

tolles familiäres Ambiente

riesengroße Picknick/Relax Wiese direkt an der Strecke

All dieses haben sich 26 Aktive! des RSV Borgholzhausen nicht entgehen lassen 🍷

Und das dickste Kompliment an Alles und Jeden war eigentlich, als Lilly sagte, dass es mit Regen sogar noch besser war.

Damit waren alle Regenfrustrierten wieder getröstet. 😊

Schnelle Beine, noch schnellere Beine, der RSV hatte tolle Teams dabei, und wenn wir nächstes Jahr Amanal ganz lieb fragen,

ob er bei uns mitläuft, bekommen wir auch einen coolen blauen ‚Käfer‘ 🚗.

Klasse war auch noch das Dankeschön vom Veranstalter, der sich noch persönlich bei uns bedankt hat,

dass wir wieder mit so einer großen Gruppe gekommen sind.

Vielen Dank an **Martina Kölsch** für die Mühe zahlreiche Läufer zu motivieren und für den schönen Bericht!

Der 13. SM in Rheda- Wiedenbrück ist (voraussichtlich) am: 04. Juli 2027



Sportabzeichen



2026



■ *Einer für Alle.*

Sportabzeichenaktion des LC Solbad /RSV

Termine 2026

Sportabzeichensaisonstart im Ravensberger Stadion: Freitag, 24.04.2026 um 17:15 Uhr

In der Zeit vom 24. April bis 9. Oktober

Radfahren für alle Sportabzeichenanforderungen

Samstag, 15.08.2026 um 9:30 Uhr Treffpunkt Ex-Bostik-Verwaltung, Borgholzhausen

Sonntag, 20.09.2026 um 9:30 Uhr Treffpunkt Ex-Bostik-Verwaltung, Borgholzhausen

Schwimmen für alle Sportabzeichenanforderungen

Donnerstag, 24.09.2026 um 18:00 Uhr Treffpunkt Lindenbad Halle/Westf.

Donnerstag, 8.10.2026 um 18:00 Uhr Treffpunkt Lindenbad Halle/Westf.

Donnerstag, 12.11.2026 um 18:00 Uhr Treffpunkt Lindenbad Halle/Westf.

Walking (Ausdauer)

Samstag, 12.09.2026 um 10:00 Uhr Treffpunkt Cafe Lefelmann Versmold

Sportabzeichenaktionstag: 4. Juli 2026 (14:00 bis 17:00 Uhr)

„Sportabzeichen statt Frühschoppen“ im Ravensberger Stadion

Sonntag, 8. November 2026 von 10:00 bis 11:30 Uhr

Donnerstag, 31. Dezember 2026 von 10:00 bis 11:30 Uhr

Der reguläre Sportabzeichenbetrieb findet bis zum 9. Oktober jeden Freitag (Ausnahmen siehe oben!) von 17:15 Uhr bis ca. 19:00 Uhr im Ravensberger Stadion statt-

Änderungen vorbehalten!

Bitte meldet Euch zu den Rad-, Walk- und Schwimmterminen an!!!

Auskünfte u. Anmeldungen: Wilhelm Habighorst Tel: 05428 9289983 oder WilhelmHabighorst@t-online.de

