

Februar 2015
Nr. 362

Solbad Nachrichten

LC Solbad
Ravensberg



SMOOTH BY DESIGN.



Fresh Foam BORACAY

ACTIVE

SPORTSHOP

Niederwall 6 | 33602 Bielefeld
www.bielefeld@active-sportshop.de
Mail: bielefeld@active-sportshop.de



FEBRUAR

2015

SOLBAD INTERN



Solbad Intern	S. 1-7
Startgelegenheiten f.d. Nachwuchs	S. 11
Startplatzbörse Hermannslauf	S. 12
Sommertour	S. 13- 15
LC Termine	S. 16
Seniorensport	S. 17
Sportlerwahl	S. 27
Vorschau Nacht	S. 28

PRESSE



Presse:	
Silvester-Duell	S. 18
Bestenliste	S. 19-20
Schülersportfest	S. 22
Mittelstreckentag	S. 23
Hochsprungmeeting	S. 24-25

SONSTIGES



Einladung JHV	S. 29
Harzlauf	S. 30

SKATING



ISTM-Ausschreibung	S. 21
--------------------	-------

ERGEBNISSE



S. 31-32

WALKING



Hermannslauftraining	S. 8
Sommerprogramm	S. 9
Abteilungsversammlung	S. 10



Das Titelbild
...zeigt Aaron Thieß
beim Schülersportfest
in Bielefeld

Foto: Haller Kreisblatt

Wir bedanken uns beim Haller Kreisblatt und beim Westfalen-Blatt für Berichte und Fotos in dieser Ausgabe.

AUSSCHREIBUNGEN

11. Sparkassen-Triathlon
in Versmold

Infos & Online-Anmeldung unter www.LCSOLBAD.de

10. Februar 2015
Kurt-Georg-Kinzig-Parkstadion

Individuelle Abstände:
Kurzdistanz - 40 km Radfahren - 10 km Laufen
Vollstrecke - 20 km Radfahren - 5 km Laufen
Staffeltriathlon
500 m Schwimmen - 20 km Radfahren - 5 km Laufen

alle Infos: www.lcsolbad.de

LC Solbad Ravensberg

40 Jahre

Die Nacht von Borgholzhausen

S. 28

In fünf Monaten steigt die 40. Ausgabe der „Nacht von Borgholzhausen“. Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren. Die Online-Anmeldung wird Ende Februar geschaltet, die Flyer folgen Anfang März. Wer noch Anregungen, Ideen oder einfach nur mithelfen möchte, kann sich gerne bei Andreas Stockhecke oder Antje Strothmann melden.

DRAISINEN-SPASS
mit dem LC Solbad Ravensberg
von Rinteln bis ins Extertal

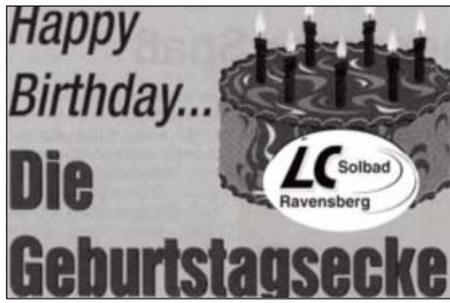
Sommertour S. 13-15

Sonntag
16. August

Bitte aufpassen!

Bewegender Spass auf der Grünen Linie!

Radfahren auf Schienen - dieses besondere Vergnügen...
Gästen mit Draisine-Touren auf der Strecke der historischen...
auf 18 km geht es durch die reizvolle Landschaft des Exter...
und Feldern, behäbigen Bauernhöfen und kleinen Weibern. H...
zur Rast ein. Einkehr ist unterwegs möglich.
Wie ihr euch eine solche Draisine vorstellen müßt? Nun, das ist ein...
Gefährt mit Sieben-Gangschaltung, einem Satelliten-Ordnungssystem und Bahnhöf...
Gangssicherung. Mit einer Draisine können maximal vier Personen fahren, zwei die...
Dräube in die Pedale treten und zwei, die sich gemächlich chauffieren lassen. Klar, dass...



- 01.02. Dieter Gorges **60 Jahre**
- 01.02. Daniel Kühnpast **20 Jahre**
- 01.02. Sascha Greshake
- 02.02. Marion Stolpmann
- 03.02. Monika Böhne
- 03.02. Elke Diekhaus
- 03.02. Victoria Willcox-Heidner
- 04.02. Gabriele Bredenbals
- 04.02. Dr. Hans Scheller
- 05.02. Lena Christin Remmert
- 05.02. Lara Celine Remmert
- 05.02. Annegret Büscher
- 06.02. Annegret Albersmann
- 06.02. Axel Matthies
- 06.02. Katharina Kemper **30 Jahre**
- 07.02. Helmut Spira
- 08.02. Christina Musielak

- 08.02. Kerstin Oldemeyer
- 09.02. Hartmut Derr
- 09.02. Hans Godt
- 11.02. Siegfried Kemper
- 11.02. Markus Konstantin Potthast
- 11.02. Volker Tarrach
- 12.02. Karl-Ludwig Horst
- 12.02. Thomas Bekel
- 13.02. Anke Zurmühlen
- 13.02. Frank Dorn
- 13.02. Matthias Kositzke **40 Jahre**
- 14.02. Jürgen Scharmacher **65 Jahre**
- 14.02. Eva Kötter
- 14.02. Annette Koop
- 15.02. Hans-Wigh Elten
- 15.02. Romy Urban
- 15.02. Sven Drees
- 15.02. Wolfgang Flottmann-Schwanke
- 16.02. Elke Franz-Pohlmann
- 17.02. Marion Hänel
- 18.02. Günther Hartke
- 18.02. Walter Stöner
- 19.02. Helga Schack
- 19.02. Dieter Wessel
- 20.02. Anika Beckwermert
- 20.02. Niels Beckwermert
- 21.02. Andreas Korte
- 22.02. Clemens Dickob

- 22.02. Hermine Rösler
- 22.02. Holger Steuer
- 22.02. Katrin Schneider
- 24.02. Patrick Naerger
- 24.02. Birgit Scheibig
- 25.02. Siemke Lüdorf
- 25.02. Brigitte Schwarz
- 25.02. Aaron Thieß
- 25.02. Jan-Erik Heckel
- 25.02. Daniel Knoepke
- 26.02. Janis Löffeld
- 26.02. Dirk Rüter
- 27.02. Henk Snepvangers
- 27.02. Fabia Ruhe
- 28.02. Reinhard Roy
- 28.02. Holger Beck

10 Jahre



Als neue Mitglieder begrüßen wir:

- Reinhard Roy Triathlon
- Ute Upmann Radsport
- Wilfried Möller Leichtathletik

Aktueller Mitgliederstand: 719

Austritte:

- Hartwig Becker Radsport



GERRY WEBER WORLD

GERRY WEBER SPORTPARK

**TENNIS · SQUASH · BADMINTON · KINDERGEBURTSTAGE
INDOOR SOCCER und vieles mehr...**

Gausekampweg 2 · 33790 Halle/Westfalen · Telefon: 05201/818-890
info@sportpark-halle.de · www.sportpark-halle.de
Wilson · K-Swiss · Dunlop · Nike · Adidas · Babolat · Prince

LANDFLEISCHEREI GOLDBECKER



- Eigene Landwirtschaft mit Schweinehaltung und Bullenmast
- Wir schlachten noch selbst
- ca. 120 Wurst- und Schinkensorten
- Dienstag und Donnerstag ab 11 Uhr Mittagstisch

Das Goldbecker-Team freut sich auf Ihren Besuch !



**Fleischermeister
Bernd Goldbecker
Inh. A.+B. Goldbecker**

Am Uphof 9 | 33829 Borgholzhausen | Fon 0 54 25 / 933 158 | Fax 933 742 | Mo. bis Fr. 7-19 Uhr | Samstag 7-14 Uhr



Redaktionsschluss für die Ausgabe

März

am 20. Februar

Alle Beiträge, die nach diesem Datum eingehen, werden in der nächsten Ausgabe berücksichtigt.



Mit 70 Jahren ist Schluss

Ein Jahr hat Friedhelm Boschulte, wie versprochen, dem neuen Vorstand noch mit Rat und Tat zur Seite gestanden, Veranstaltungen organisiert und das Amt des Sportwartes übernommen. Nun legt er alle Verantwortung in jüngere Hände.

„Ich werde dieses Jahr 70 und möchte jetzt meinen wohlverdienten Ruhestand genießen,“ so die Aussage von Friedhelm Boschulte.



Impressum:

Solbad-Nachrichten
Vereinszeitung des
LC Solbad Ravensberg
Freistr. 3
33829 Borgholzhausen
05425/7135

Redaktionsanschrift:
Schlehenstr. 7
33803 Steinhagen
Tel.: 05204/920785

e-mail: dpl.luenstroth@t-online.de

Redaktion:
Sabine Lünstroth (05204/920785)

Herausgeber:
DIGITAL PRINT Sabine Lünstroth
Tel.: 05204/920785
Schlehenstr. 7, 33803 Steinhagen

Vertrieb:
Christiane Meier- Flottmann
LC-Geschäftsstelle

Anzeigen:
Sabine Lünstroth (05204/920785)
e-mail: dpl.luenstroth@t-online.de

Für den Inhalt verantwortlich:
LC Solbad Ravensberg e. V.
Die mit Namen gekennzeichneten Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion oder des Herausgebers wieder.

Erscheinungsweise: monatlich

Druckauflage: 800

Kostenlose Ausgabe für Mitglieder des LC Solbad Ravensberg

Die Homepage des LC Solbad Ravensberg finden Sie im Internet unter:
www.lcsolbad.de
e-mail: markus.pape@lcsolbad.de



Schuhe + Sport

Reichelt

Im Herzen von Halle!

Unser kostenloser Service für Sie:

Laufbandanalyse
Elektronische Fußvermessung
Erstellung einer Belastungsdiagnose
Aushändigung des Fußpasses

unsere Schuhmarken:



unsere Sportmarken:



Schuhe Equipment und Textil



unser Markenangebot
auf 400 m²
Verkaufsfläche:

Bahnhofstr. 6 – 33790 Halle – Tel. 05201-2356

Öffnungszeiten:
Täglich von 9 – 19 Uhr durchgehend
Samstags bis 14 Uhr und
den 1. Samstag im Monat bis 16 Uhr geöffnet.

....denn wir wollen, dass Sie in Halle einkaufen!



Luisenturmlauf am 08.03.2015

Natürlich werden zu diesem Ereignis wieder fleißige Helfer benötigt, sei es im Stadion, an der Strecke oder im Wettkampfbüro. Die bisherigen Helfer werden wieder angesprochen, neue und interessierte Helfer melden sich bitte bis zum **1.März** bei Andreas Stockhecke stockhecke.andreas@freenet.de. Jeder Helfer bekommt Verpflegung und einen Rucksack.

Siegerchronik Luisenturmlauf

12,5 km	2004	Ingmar Lundström	LC Solbad	40:55 Min
12,5 km	2004	Annegret Albersmann	LC Solbad	56:53 Min
21,1 km	2004	Jörn Strothmann	LC Solbad	1:18:39 Std
21,1 km	2004	Antje Strothmann	LC Solbad	1:31:20 Std
12,5 km	2005	Wolfgang Wellensiek	SV Brackwede	45:08 Min
12,5 km	2005	Antje Brinkmann	SV Brackwede	53:57 Min
21,1 km	2005	Jörn Strothmann	LC Solbad	1:26:29 Std
21,1 km	2005	Kirsten Heckmann	SV Brackwede	1:37:25 Std
12,5 km	2006	Ingmar Lundström	LC Solbad	41:35 Min
12,5 km	2006	Antje Strothmann	LC Solbad	49:40 Min
21,1 km	2006	Michael Amstutz	NonStop Ultra Brakel	1:22:15 Std
21,1 km	2006	Kirsten Heckmann	SV Brackwede	1:30:46 Std
12,5 km	2007	Axel Keil	SC Melle	43:15 Min
12,5 km	2007	Ilona Pfeiffer	LC Solbad	46:32 Min
21,1 km	2007	Ingmar Lundström	DJK Gütersloh	1:16:56 Std
21,1 km	2007	Kirsten Heckmann	SV Brackwede	1:30:46 Std
12,5 km	2008	Ingmar Lundström	DJK Gütersloh	40:12 Min
12,5 km	2008	Ilona Pfeiffer	LC Solbad	45:18 Min
21,1 km	2008	Jörn Strothmann	LC Solbad	1:21:52 Std
21,1 km	2008	Kirsten Heckmann	SV Brackwede	1:34:47 Std
12,5 km	2009	Ulrich Petri	VfL Wolfsburg	43:05 Min
12,5 km	2009	Estefanie Valles Fernandez		56:35 Min
21,1 km	2009	Dirk Strothmann	LC Solbad	1:17:40 Std
21,1 km	2009	Kirsten Heckmann	SV Brackwede	1:28:07 Min
12,5 km	2010	Sebastian Maschmeyer	SC Herringhausen	39:52 Min
12,5 km	2010	Sabine Engels	LC Solbad	45:15 Min
21,1 km	2010	Ingmar Lundström	Active Team	1:13:08 Std
21,1 km	2010	Kirsten Heckmann	SV Brackwede	1:22:39 Std
12,5 km	2011	Thomas Dunkel	TSVE Bielefeld	45:16 Min
12,5 km	2011	Melanie Genrich	DJK Gütersloh	49:22 Min
21,1 km	2011	Elias Sansar	LG Lage Detmold	1:15:19 Std
21,1 km	2011	Kirsten Heckmann	SV Brackwede	1:24:34 Std
12,5 km	2012	Ingmar Lundström	DJK Gütersloh	43:02 Min
12,5 km	2012	Ilona Pfeiffer	LC Solbad	49:05 Min
21,1 km	2012	Elias Sansar	LG Lage Detmold	1:17:27 Std
21,1 km	2012	Silke Pfennig Schmidt	SV Brackwede	1:25:46 Std
12,5 km	2013	Murat Bozdumaman	LG Burg Wiedenbrück	37:22 Min
12,5 km	2013	Ilona Pfeiffer	LC Solbad	40:05 Min
21,1 km	2013	Christian Teich	ASG Teutoburger Wald	1:08:45 Std
21,1 km	2013	Franzi Schmidt	TSVE Bielefeld	1:27:58 Std
12,5 km	2014	Ingmar Lundström	DJK Gütersloh	43:21 Min
12,5 km	2014	Michele Rannacher	DJK Gütersloh	50:33 Min
21,1 km	2014	Elias Sansar	LG Lage Detmold	1:17:20 Std
21,1 km	2014	Franzi Bossow	TSVE Bielefeld	1:29:32 Std

**Stadtsportverband
Borgholzhausen**

Stadt



Borgholzhausen
Der Bürgermeister



Borgholzhausen, den 10. Januar 2015

Liebe Sportabzeichenteilnehmerinnen,
liebe Sportabzeichenteilnehmer,



auch im Jahre 2014 haben mehr als 350 Schüler und Erwachsene in den Vereinen und Schulen der Stadt Borgholzhausen die Herausforderung Sportabzeichen angenommen und die Anforderungen erfüllt.

Deshalb laden wir ganz herzlich zur Ehrung ein,
die am

**Freitag,
d. 27. Februar 2015,
um 19.00 Uhr
Haus Hagemeyer-Singenstroth
(Großer Saal!!)**

stattfindet.

Es handelt sich um die Ehrung der Vereinsteilnehmer. Die in den Schulen erworbenen Abzeichen wurden oder werden in den Schulen verliehen.

Die Sportabzeichen und Urkunden werden überreicht.

Auch die Siegerehrung im Vielseitigkeitswettbewerb des LC Solbad Ravensberg findet bei dieser Gelegenheit statt.
Um Anmeldung bis zum 20. Februar bei Wilhelm Habighorst
(Tel: 05428 929680 oder WilhelmHabighorst@t-online.de)
wird gebeten!

Wir freuen uns auf alle, die im letzten Jahr das Sportabzeichen erwerben konnten. Interessierte, die das Sportabzeichen 2015 kennenlernen möchten sind natürlich auch willkommen.

Mit sportlichen Grüßen

Klemens Keller
Bürgermeister

Dr. Hans Scheller
Vors. Stadtsportverband

Einladung

Ansprechpartner des LC Solbad Ravensberg

Vorsitzender:

Hubert Kaiser

(0151/14292351)

mail: hubert.kaiser@bitel.net

Geschäftsführung

Sabine Lünstroth

05425/7135

info@lcsolbad.de

Mitgliederverwaltung:

Christiane Meier- Flottmann

(05421/81411)

cmeiflo13@t-online.de

Behindertensportbeauftragter

Georg Drees

drees@tbw-waf.de

Sportabzeichen-Obmann:

Wilhelm Habighorst

(05428/929680)

mail: wilhelmhabighorst@t-online.de

Leichtathletik

Andreas Stockhecke

(0170/2814767)

mail: stockhecke.andreas@freenet.de

Lauftreff

Martina Kölsch

(05425/7026)

mail: dammann.koelsch@t-online.de

Inline:

Johannes Gerhards

(0521/63447)

mail: john@loveandskate.de

Koordination Radsport

Mountain-Bike:

Günter Schillings

(0162-3267597)

Ergebnisse

Sabine Lünstroth

(05425 – 7135)

mail: info@lcsolbad.de

Triathlonsprecher/Training Rad Straße:

Udo Lange

(05423/5628)

mail: udolange@gmx.de

Hubert Kaiser

mail: hubert.kaiser@bitel.net

Walking

Elke Kahmann

05421/4698

Birgitt Lange

mail: adi.lange@t-online.de

05203/884823

Ihr Leben verdient individuellen Schutz.

Jedes Leben schreibt seine eigenen Geschichten. Aber leider nicht immer nur schöne. Informieren Sie sich daher rechtzeitig über Ihre existenziellen Risiken, damit Sie für den Fall der Fälle bestens abgesichert sind. Auf schnelle Hilfe und unseren persönlichen Service können Sie sich in jedem Fall verlassen.

Lars + Tanja Lehmann

Allianz Hauptvertretung
Freistr. 8, 33829 Borgholzhausen

lars.lehmann@allianz.de

www.allianz-lars-lehmann.de

Tel. 0 54 25.93 02 21

Fax 0 54 25.93 02 23

Allianz 



Wir machen Kommunikation komfortabel !

telecomfort GmbH

Ihr Partner für:

mit
vor Ort
Service

- DSL / Festnetz / Mobilfunk
- mobiles Internet
- Freisprecheinrichtungen
- und Zubehör



Partner

33829 Borgholzhausen

Freistr. 14

Tel. 05425/954088-0

www.telecomfort.de

33775 Versmold

Münsterstr. 23

Tel. 05423/474593

info@telecomfort.de



Damme

Malerfachbetrieb

Malerarbeiten | Tapezierungen
Bodenverlegung | Laminat & Parkett
Fassadenbeschichtung | Vollwärmeschutz

Malermeister

Oliver Damme

Haller Weg 7

33829 Borgholzhausen

Tel.: 05425/955318

Fax: 05425/9338931

Mobil: 0171/3781461

E-Mail: Oliver-Damme@web.de

Neujahrsempfang



im Jahre 2015



Immer wieder schön

Zu den ganz alten Traditionen des Vereins gehört der Neujahrsempfang. Am 1. Sonntag im neuen Jahr treffen sich alle Generationen aus allen Abteilungen. Während die einen sich vorher sportlich betätigen, kommen die anderen direkt aus der warmen Stube. Zum ersten Mal wurden die rund hundert Gäste vom neuen Vorsitzenden, Hubert Kaiser, begrüßt. Kurz ließ er das vergangene Jahr Revue passieren, um dann auf die kommenden Highlights aufmerksam zu machen. Der Radsportabteilung, die dieses Jahr die Bewirtung übernommen hatte, gebührt ein großes Lob. Die Besucher ließen sich nicht nur die angebotenen Speisen schmecken, sondern waren vom Rundumservice begeistert. Alles in allem, es war eine gelungene Veranstaltung, auf der viel gelacht, debattiert und diskutiert wurde. Vielen Dank noch an Gaby König für die schönen Bilder.

Namen und Nachrichten

Aufgrund der erfreulich großen und zunehmenden Resonanz des Stadionlauftreffs in Borgholzhausen, bietet der LC Solbad Ravensberg dieses Jahr keinen **Laufkurs** für Anfänger oder Wiedereinsteiger an.

„Die ausgebildeten Betreuer sind alle im Einsatz um die gute Qualität der verschiedenen Laufgruppen zu gewährleisten“, so die Aussage der Lauftreffleiterin **Martina Kölsch**. Laufanfänger sind trotzdem jederzeit herzlich willkommen, je nach Leistungsstand werden sie in die bestehenden Gruppen integriert und liebevoll aufgebaut.

Aus für den Norderney-Lauf

Differenzen nach dem Norderney-Lauf 2014 hatten zu einer Absage der beliebten Veranstaltung für die Zukunft geführt. Ende des Jahres signalisierte der Veranstalter doch eine Fortführung. Dieser Aussage vertraute **Bernd Lüdemann** und erarbeitete eine Ausschreibung. Die Fahrt sollte dieses Jahr über drei Tage gehen. Alle Arbeit umsonst, neue Streitigkeiten haben jetzt eine endgültige Absage ergeben. An dem Lauf hatten letztes Jahr auch etliche LCÉR teilgenommen.

Restaurant **Haus Hagemeyer Singenstroth**

Tanztee

Live mit der Tanzband **SUNNYS**



Telefon (0 54 25) 9 20 23, Borgholzhausen
www.haushagemeyersingenstroth.de

Hermannslauftraining im LC Solbad

Der Hermannslauf 2015 wird am 26. April 2014 stattfinden.

Der LC Solbad startet mit einem Walkingtraining zur Vorbereitung für den Hermannslauf am 14. Februar 2015. Das Training umfasst 10 Trainingseinheiten und wird von zwei Übungsleiterinnen durchgeführt. Das Training beginnt mit einer Dauer von 1,5 Stunden und verlängert sich dann von mal zu mal.

Am 19. Januar 2015 findet bereits ein Probetraining statt. Veranstalter ist der LC Solbad. Ein Bus wird uns gegen einen Kostenbeitrag zu einem Punkt an der Strecke bringen.

Gäste, auch wenn Sie nicht am Hermannslauf teilnehmen, sind pro Einheit mit 1,00 € beim Training herzlich willkommen.

So. 22. März 2015 Probetraining Hermannslauf
Veranstalter LC Solbad – Unkostenbeitrag
(näheres wird noch bekanntgegeben)

Trainingstermine und Orte: Uhrzeit immer 14.30 Uhr

<i>Februar</i>	<i>Ort</i>
Sa. 14.	Parkplatz Clever Schlucht – Wanderparkplatz, 33829 Borgholzhausen
Sa. 21.	Sportplatz Werther, Werther
Sa. 28.	Röwekamp Schützenhaus, Dissen
<i>März</i>	
Sa. 08.	Luisenturmlauf – Start 10.00 Uhr
So. 14.	Parkplatz Schützenberg, Spitzenkamp, 33790 Halle
Sa. 21.	Parkplatz Friedrichshöhe, Kaistraße, 33803 Steinhagen - Amtshausen
Sa. 28.	Parkplatz Werther Straße – Wanderparkplatz, 33790 Halle
<i>April</i>	
Sa. 04.	Parkplatz Clever Schlucht – Wanderparkplatz, 33829 Borgholzhausen
Sa. 11.	Parkplatz Ascheloh, Grüner Weg
Sa. 18.	Parkplatz Ascheloh, Grüner Weg
Sa. 26.	14.00 Uhr treffen wir uns am Eingang vom Gymnasium Am Waldhof in Bielefeld um die Startunterlagen abzuholen.

A. BOCKSTETTE

BORGHOLZHAUSER AUTOVERTRIEB

Teutoburger Straße 27
33829 Borgholzhausen

Tel.: 05425 / 930303

Fax: 05425 / 5005

www.autohaus-bockstette.de



Sommerprogramm der Walker

Dienstags

- | | |
|------------|---|
| 03.03.2015 | 9.00 Uhr Wanderparkplatz Friedrichshöhe, Amshausen
Fahrgemeinschaften 8.30 Uhr ab Stadion |
| 07.04.2015 | 9.00 Uhr Parkplatz Hesseltal, Freizeitheim |
| 05.05.2015 | 9.00 Uhr Ascheloh Parkplatz unterhalb Jugendheim |
| 02.06.2015 | 9.00 Uhr Parkplatz Gasthaus Röwekamp, Dissen
Fahrgemeinschaften 8.45 Uhr ab Stadion |
| 07.07.2015 | 9.00 Uhr Wanderung in und um Melle mit
Manfred Radtke (anschließend Abschluß in einem Café)
Fahrgemeinschaften / Anmeldung erforderlich |
| 04.08.2015 | 9.00 Uhr Parkplatz zur Ravensburg (unterhalb der Burg) |
| 01.09.2015 | 9.00 Uhr Rund um's Mödsiek (Parkplatz Hallenbad, Halle)
Fahrgemeinschaften 8.45 Uhr ab Stadion |
| 06.10.2015 | 9.00 Uhr Tatenhausen (Parkplatz am Schloß)
Fahrgemeinschaften 8.45 Uhr ab Stadion |



Dauer der Touren ca. 90 Min.

An diesen Terminen findet **kein** Training in Borgholzhausen statt.

An allen anderen Dienstagen treffen wir uns wie gewohnt um 9.30 Uhr am Stadion !



Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 11.30 - 14.30 Uhr und 17.00 - 23.00 Uhr
Di.: Ruhetag
Sa.: 17.00 - 23.00 Uhr
So. u. Feiertage 11.30 - 23.00 Uhr

Falafel - Shawarma -

frische Salate - Pizza

Alle Gerichte auch zum mitnehmen!

Inhaber: Abdul-Nasser Abdul-Razzak

Kaiserstrasse 7

33829 Borgholzhausen

Telefon: 05425 -955802



Bitte beachten : NEUER TERMIN !!!

Einladung zur Abteilungsversammlung 2015
der Walking-Abteilung

Durch die Verschiebung der JHV des Gesamtvereins, haben wir uns ebenfalls für einen neuen Termin entschieden.

**NEUER TERMIN : 11. März 2015 19.00 Uhr Gasthaus Hagemeyer-Singenstroth,
Borgholzhausen**

Folgende Themen stehen auf der Tagesordnung

- Wahlen Abteilungsleiter und Stellvertreter
- Wahl eines Pressewartes
- Wahlen Festausschuss
- Sonstiges
 - Training Dienstags und Mittwochs
 - Sommerprogramm Mittwochs
 - Jahresprogramm Dienstags
 - Betriebsbesichtigung / Ausflug
 - Themen, die euch am Herzen liegen !!

Anregungen und Vorschläge bitte kurzfristige an :

Elke Kahmann
(Tel. 05421 / 46 98)

Birgitt Lange
(Tel. 05203 / 88 48 23 E-Mail: adi.lange@t-online.de)

Heinrich Barteldrees

FRUCHTSAFTKELTEREI

*Fruchtsäfte fördern
die Gesundheit!*



33790 Halle/Westf. · Lotkampsweg 12
Tel. (05201) 2374 · Fax (05201) 665699

Startgelegenheiten für den Leichtathletik-Nachwuchs im Februar

Neben den OWL-Schüler-Hallenmeisterschaften stehen zwei Schüler-Sportfeste in der Bielefelder Seidensticker-Halle und ein Hallenmehrkampf in Melle in den nächsten Wochen auf Wettkampf- Programm. Beim als „Schüler-Team-Cup“ ausgeschriebenen Termin am 28.Februar 2015 wollen wir ein starkes Team aufbieten.

- So 08.02. OWL-Hallenmeisterschaften U16 und U14 in Paderborn (Meldungen bis 30.Januar)**
U16: 60m, 60mH, (nur M/W15: 300m), 800m, Weit, Hoch, Stab, Kugel.
U14: 60m, 60mH, 800m, Weit, Hoch, Stab, Kugel.
- Sa 14.02. Schüler-Hallensportfest der BTG (Meldungen bis 10.Februar) - Beginn: 11 Uhr**
U16: 60m, 60mH, 300m, 800m, Weit, Hoch
U14: 60m, 60mH, 800m, Weit, Hoch
U12: 50m, 800m, Weit
U10: 50m, Weit, Schlagball
U08: Kinderleichtathletik
- Sa 28.02. Schüler-TEAM-Cup der SV Brackwede (Meldungen bis 20.Februar) - Beginn: 11 Uhr**
U16: 60m, 60mH, 800m, Hoch (AH männl. 1,24m/ weibl. 1,16m), Weit, Kugel
U14: 60m, 60mH, 800m, Hoch (AH männl. 1,16m/ weibl. 1,08m), Kugel
U12: 50m, 800m, Hoch (AH männl. 1,04m, weibl. 0,96m), Weit
(in den technischen Disziplinen max. 2 Starter eines Vereins, bei den Läufen 3 Teilnehmer pro Jahrgang)
- So 01.03. offene Kreismeisterschaften im Hallen-Mehrkampf des SC 03 Melle**
(Meldungen bis 24.Februar) -,Beginn: 11 Uhr
U16: Vierkampf aus 2x35m, Kugelstoß 4kg, Hochsprung, 7 Rundenlauf
U14: Vierkampf aus 2x35m, Kugelstoß 3kg, Hochsprung, 7 Rundenlauf
U12: Vierkampf aus 2x35m, Medizinballstoß 1000g, 4er Hupf, 5 Rundenlauf
U10: Vierkampf aus 2x35m, Medizinballstoß 800g, 5er Hupf, 5 Rundenlauf

Die Meldungen für die Teilnehmer des LC Solbad Ravensberg koordiniert
Antje Strothmann (antje@sspin.de).

Bei Interesse bitte beim Training mit Antje besprechen oder per Mail an die genannte Adresse.

Letzte Hoffnung Startplatzbörse

HERMANNSLAUF: 44. Auflage nach wenigen Stunden ausgebucht

■ **Bielefeld (nw).** Nur wenige Stunden nach Start der Online-Anmeldung war der 44. Hermannslauf ausgebucht. Wie bereits in den Vorjahren war die Teilnehmer-Obergrenze von rund 7000 Teilnehmern rasch erreicht. Acht Stunden nach der Öffnung der Anmeldung in der Nacht von Montag auf Dienstag vermeldete der Hermannslauf-Veranstalter TSVE 1890: „Nichts geht mehr.“

Der Verein bedauert, dass nicht mehr Teilnehmer zugelassen werden können und nimmt daher keine Anmeldungen mehr entgegen. Wegen der Engpässe auf der Strecke und vor

allem im Zielbereich ist eine Vergrößerung des Starterfelds nicht möglich.

Allen, die sich nicht mehr rechtzeitig einen Startplatz sichern konnten, bleibt noch die Möglichkeit, sich über die offizielle Hermannslauf-Startplatzbörse eine Startnummer zu sichern. Teilnehmer, die nicht am 26. April an den Start gehen, haben dort Gelegenheit, ihren Startplatz zur Übernahme anzubieten. Die Startplatzbörse ist ab Anfang Februar verfügbar; weitere Informationen dazu auf der Homepage www.hermannslauf.de. Am Samstag, 10. Januar, startet um

14 Uhr die Hermannslauf-Vorbereitung des TSVE. Treffpunkt: Uni, Parkplatz unterhalb des Sportplatzes/Laufbahn der Uni. Das Training ist gleichermaßen geeignet für ambitionierte Hermannsläufer, die ihre Leistung verbessern wollen, sowie für Laufanfänger, die aber schon mindestens 1,5 Stunden im hügeligen Gelände ohne Gehpause durchlaufen können. Das Training ist offen.

Anmeldungen für den gemeinsam mit der Sparkasse organisierten 5. Mini-Hermann für Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahren nimmt der TSVE noch bis Ende März entgegen.



Gaststätte & Pizzeria Inh. Thomas Windhager

'Am Uphof'

Am Uphof 2-6 | 33829 Borgholzhausen
Fon 0 54 25 - 53 97

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 16 - 1 Uhr
Samstag 17 - 1 Uhr
Sonn- + Feiertage 11 - 1 Uhr

Öffnungszeiten Küche:
Mo - Do 17 - 22 Uhr
Freitag + Samstag 17 - 23 Uhr
Sonn- + Feiertage 12 - 14 Uhr und 17 - 22 Uhr

- Alle Speisen auch außer Haus -

Werbetechnik

Aktuelles Angebot

Wir entwickeln und produzieren:

- **Digitaldrucke**
in gigantischen Größen auf verschiedenen Materialien
PVC-Folien & Banner
Stoffmaterial
Planenmaterial
- **Beschriftungen**
für Fahrzeuge, Schilder, Banner, Fensterscheiben uvm.
- **Displays**
zahlreiche Arten von Displays für Messen & Events
- **Lichtwerbung**
wir beraten, bauen und installieren Ihre individuelle Lichtwerbeklamme
- **Flyer, Textildruck,**
Visitenkarten, Stempel und mehr...

ab 99,- zzgl. MwSt.

schriftart
Digitaldruck
Beschriftung
Lichtwerbung

05201 66 85 75
www.schriftart-info.de

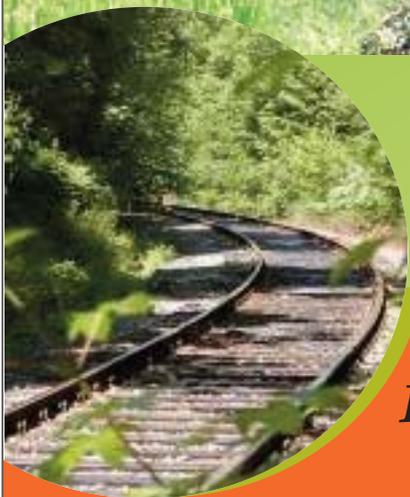
DRAISINEN-SPASS

mit dem LC Solbad Ravensberg
von Rinteln bis ins Extertal



Sonntag
16. August

Bitte
aufsteigen!



Bewegender Spaß auf der ganzen Linie!

Radfahren auf Schienen - dieses besondere Vergnügen ermöglicht Rinteln seinen Gästen mit Draisinen-Touren auf der Strecke der historischen Extertalbahn.

Auf 18 km geht es durch die reizvolle Landschaft des Extertals, vorbei an Wiesen und Feldern, behäbigen Bauernhöfen und kleinen Weilern. Halteplätze laden zur Rast ein. Einkehr ist unterwegs möglich.

Wie ihr euch eine solche Draisine vorstellen müßt? Nun, das ist ein wahres High-Tech-Gefährt mit Sieben-Gangschaltung, einem Satelliten-Ortungssystem und Bahnübergangssicherung. Mit einer Draisine können maximal vier Personen fahren, zwei die fleißig in die Pedale treten und zwei, die sich gemütlich chauffieren lassen. Klar, dass Wechseln erlaubt ist...

SIMPLY CLEVER

ŠKODA



Der Neue ŠKODA Rapid Spaceback.
Raumgefühl in jeder Dimension.

Jetzt bei uns
Probe fahren.

Abbildung zeigt Sonderausstattung

Der Neue ŠKODA Rapid Spaceback. Sportliches, junges Design: Das bietet Ihnen dieser temperamentvolle Kompakte mit großzügigem Platzangebot. Gleichzeitig weiß er mit cleveren Details und vielen komfortablen Individualisierungsmöglichkeiten im Alltag zu überzeugen. Testen Sie ihn bei einer Probefahrt. Wir freuen uns auf Sie.

Kraftstoffverbrauch für alle verfügbaren Motoren in l/100 km, innerorts: 7,4 - 4,8; außerorts: 4,8 - 3,4; kombiniert: 5,8 - 3,9; CO₂-Emission, kombiniert: 134 - 104 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007).



Autohaus Brinker GmbH

Haller Straße 79, 33334 Gütersloh-Isselhorst

Tel.: 05241 96010, Fax: 05241 960111

info@autohaus-brinker.de, www.autohaus-brinker.de



Programmablauf

16. August 2015

Treffpunkt: Stadion Borgholzhausen

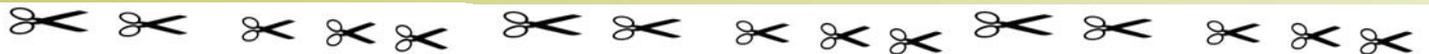
8.30 Uhr – 10.00 Uhr	Hinfahrt nach Rinteln / Fahrtzeit ca. 1,5 Std. Frühstück im Bus mit Kaffee, Tee, Brötchen
10.00 Uhr.- 13.30 Uhr	Draisinenfahrt Rinteln – Alverdissen / ca. 18 km Hinfahrt ca. 3,5 Std. inkl. Pausen Selbstverpflegung oder Gastronomie an der Strecke
13.30 Uhr.-15.00 Uhr	Grillcatering in Alverdissen
15.00 Uhr.- 17.00 Uhr	Draisinenfahrt Alverdissen – Rinteln / ca. 18 km Rückfahrt ca. 1.5 Std.
17.00 Uhr – 18.30 Uhr	Rückfahrt nach Borgholzhausen

Kosten für Mitglieder pro Person 7,50 €
Familienangehörige/Bekannte/ Freunde 15,00 €

Kinderermäßigung wird vom Veranstalter nicht angeboten!

Wichtig!!!!

Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis zum 22. Februar
Anmeldeformular s. unten oder online unter
www.lcsolbad



Anmeldung

Hiermit melde ich mich/uns verbindlich zum Tagesausflug am 16. August 2015 an.

Name/Familie

Anzahl Vereinsmitglieder _____

Anzahl Nichtmitglieder _____

Den entsprechenden Selbstkostenbeitrag bitte auf das Konto bei der Kreissparkasse Halle:
LC Solbad Ravensberg, IBAN: DE98480515800003008158, BIC: WELADED1HAW
Stichwort „Tagesausflug“ überweisen.

Wir bitten um Verständnis, dass wir bei Nichtantritt, die Kosten nicht ersetzen können.

Postanschrift: LC Solbad Ravensberg, Freistr. 3, 33829 Borgholzhausen

Termine	Februar
01.02.	<u>Lüchtringen</u>
	OWL-Crossmeisterschaften / 35. Pokal-Crosslauf
	0,43 km / 0,86 km / 1,4 km / 2,7 km / 7,9 km
08.02.	<u>Hamm</u>
	41. Winterlaufserie
	2. Lauf
	15 km
	ChampionChip
15. Feb.	<u>Bielefeld</u>
	OWL Hallenmeisterschaften 2015
21.2.	Bielefeld-Stieghorst
	Jubiläumslauf zum 30-jährigen Bestehen des SuS
	Phoenix Bielefeld 09
	6 km + Walking / 21,2 km / 42,195 km / 50,03 km
22.02.	<u>Hamm</u>
	41. Winterlaufserie
	3. und letzter Lauf
	Halbmarathon
	ChampionChip
	<u>Vorschau</u>
8.3.	<u>Luisenturmlauf</u>
29.3.	<u>Dalkelauf Gütersloh</u>
	10 km u. Halbmarathon

Leichtathletik-Trainingszeiten für Schüler und Jugendliche

Leistungstraining (Lauf, Jugendliche) bei Horst Hammer

Montag, Mittwoch*, Freitag im Ravensberger Stadion
Trainingsbeginn 17 bzw. 19 Uhr im Wechsel, Dauer ca. 2h
* mittwochs nach Absprache in der Seidenstickerhalle, Bielefeld

Leichtathletik-Aufbau-Training (Schüler u. Jugendliche) bei Igor Rebkalov

Montag im Ravensberger Stadion – 18 bis 20 Uhr
Donnerstag – 16.30 bis 18 Uhr Sporthalle Borgholzhausen (Schüler)
18.15 bis 20 Uhr Turnhalle Süd (Jugendliche)

Leichtathletik-Grundlagen-Training (Schüler/innen) bei Cordula Reinhardt (ggf. Vertretung

Antje Strothmann; Gruppenhelferinnen Zora Husmann, Charlotte Lampe)

Donnerstag 16.30 bis 18.00 Uhr in der Turnhalle Süd (GS Burg Ravensberg)

Grosse-Coosmann Sportreisen

LAUFENWELTWEIT

Eine Auswahl unserer schönsten Laufreisen

Two Oceans Ultra- und Halbmarathon	03.04.2015
Rio de Janeiro Marathon	26.07.2015
Chicago Marathon	11.10.2015
NYC Marathon	01.11.2015

Jetzt anmelden und Startplatz sichern!

www.laufenweltweit.de
www.facebook.com/laufenweltweit



Wir bedrucken, beflocken:



Trikot, T-Shirt, Sweat-Shirt,
Aufnäher, Jogginganzüge,
Kapuzenpullover ...

Lüttig GbR · GT-Friedrichsdorf · Tel. 05209/3221

Statistik zeigt: Senioren-Leichtathletik lebt

Die Seniorenleichtathletik lebt, das zeigen die Statistiken der letzten Jahre mehr als deutlich. Auch wenn die Teilnehmerzahlen bei Deutschen Seniorenmeisterschaften nicht mehr die Werte der 90er Jahre (ca. 3800 TN) erreichen, haben sie sich doch in den letzten Jahren bei etwa 2.600 Teilnehmern stabilisiert. Die Teilnehmerzahl hängt zum einen vom Austragungsort ab, zum anderen aber sicherlich auch mit einem geänderten Freizeitverhalten der Senioren, den zunehmenden

Konkurrenzveranstaltungen anderer Sportarten und Lifestyle-Disziplinen zusammen. Andererseits hat sich aber auch der Laufsport gerade im Volks- und Straßenlauf sehr stark weiterentwickelt. 2013 wurde mit 2,248 Millionen Läufern aller Altersklassen an über 3400 genehmigten Volks- und Straßenläufen sogar ein neuer Rekord aufgestellt. Viele betreiben ihren Laufsport darüber hinaus ohne Wettkampfabsticht bei den knapp 4000 DLV-Lauf-/Walking-TREFFs.

Doch auch die Seniorenleichtathletik hat Schwierigkeiten mit sinkenden Teilnehmerzahlen in den jüngeren Altersklassen. Mit verschiedenen Projekten wird daher versucht dem „Nachwuchsproblem“ entgegenzuwirken. Seit fünf Jahren führt der DLV beispielsweise eine internationale Challenge in zehn Disziplinen gegen Frankreich und Belgien durch.

Dennoch spricht die Mitgliederstatistik des DLV der letzten 10 Jahre gerade im Seniorenbereich eine klare Sprache: In der Altersgruppe 41-60 Jahre ist ein Zuwachs von 8,6% zu verzeichnen, bei den über 60 Jährigen bestätigt die Steigerung um 42% die zunehmende Tendenz von leichtathletischen Aktivitäten älterer Menschen.

Schneller, höher, weiter – der Leistungsaspekt steht im Mittelpunkt

Der Leistungsgedanke spielt auch bei den Senioren eine große Rolle. Laut einer Umfrage von Silke Keller (Uni Hildesheim) stellt die Wettkampforientierung daher die zentrale Motivation für die meisten Athleten dar. Wer Wettkämpfe bestreitet, bereitet sich vor, trainiert folglich regelmäßig. Eine Befragung von deutschen Seniorensportlern aus 2012 hat ergeben, dass die meisten Sportler durchschnittlich 1 ½ - 2 Stunden pro Einheit, dreimal die Woche trainieren. Ein Leistungsabfall mit zunehmendem Alter ist zwar nicht zu verhindern, **aber ein trainierter 70-Jähriger kann durchaus so fit sein wie ein untrainierter 40-Jähriger!**

Wettkämpfen bis ins hohe Alter

Der DLV hat ein eigenes Wettkampfsystem für die Senioren, das ständig überprüft und bei Bedarf den Bedürfnissen der Senioren angepasst wird. Durch die steigenden Zahlen wurde zum Beispiel auch in den höhe-

ren Altersklassen Staffeln und Mannschaftswertungen eingeführt. Das Regelwerk des Deutschen Leichtathletik-Verbandes (DLO) teilt die Startklassen, in fünf Jahres-Schritte, die so genannten Altersklassen ein, beginnend auf Landesebene bei M/W 30, auf Bundesebene bei M/W 35 bis hin zur M/W 85. In allen diesen Wertungsklassen werden altersgerechte Disziplinen ausgeschrieben, die bei den verschiedenen Meisterschaften (regional bei Landesmeisterschaften, bundesweit bei Deutschen Meisterschaften, international bei Europa- und Weltmeisterschaften) ausgetragen werden. Außerdem gibt es Landesbestenlisten, Deutsche Senioren-Bestleistungen sowie Senioren-Europa- und -Weltrekorde. International werden die Senioren im Übrigen als „Masters“ bezeichnet.

Die deutsche Senioren-Wettkampfleichtathletik hat in den letzten Jahren eine positive Entwicklung genommen und stellt jedes Jahr aufs Neue unter Beweis, dass sie international Weltspitze ist. Bei allen großen internationalen Seniorenmeisterschaften der letzten Jahre war das deutsche Team mit großen Mannschaften vertreten, konnte sich stets an die Spitze der Medaillenwertung setzen. Sowohl bei den Hallen-Weltmeisterschaften in Budapest/Ungarn als auch den Europameisterschaften in Izmir/Türkei 2014 war das deutsche Team teilnehmerstärkste und erfolgreichste Nation.

Gesundheit im Vordergrund

Aus gesundheitlichen Aspekten werden bei Deutschen Meisterschaften nicht alle Disziplinen in den ältesten Altersklassen ausgeschrieben (z.B. Hürdenlauf, Hindernislauf, Stabhochsprung) und angeboten. International werden sog. Safety Officer eingesetzt, die Athlet aus dem Wettkampf nehmen, wenn sie sich dabei übernehmen. In Deutschland gibt es diese Safety Officer allerdings nicht. Hier müssen zum einen für

die Teilnahme an Deutschen Meisterschaften Qualifikationsnormen durch die Seniorensportler erfüllt werden. Diese setzen voraus, dass der Sportler seine Disziplin beherrscht und sie regelmäßig trainiert. Zum anderen können die Kampfrichter bei Verdacht der Überlastung einen Athleten aus dem Wettkampf nehmen. Darüber hinaus sind die SeniorensportlerInnen zum regelmäßigen sportmedizinischen Gesundheitscheck aufgefordert. Bei Deutschen und Internationalen Meisterschaften finden außerdem regelmäßig Dopingkontrollen statt.

Die Leichtathletik hat das Glück, dass sie eine Familiensportart darstellt, die Familien vom Kind und Enkel über die Eltern bis hin zu den Großeltern verbindet, bewegt und daher generationenübergreifend punktet. Viele SeniorensportlerInnen sind mit ihren Familien sporttreibend unterwegs und werden durch sie bei ihren nationalen und internationalen Wettkampf-Einsätzen unterstützt.

Zentrale Motivation für den Großteil der Senioren ist zwar die Wettkampforientierung – sich mit anderen messen und vergleichen, besser sein als andere. Aber auch die Geselligkeit, das Treffen mit Freunden, der soziale Aspekt und die Gesundheitserhaltung spielen beim Sporttreiben eine große Rolle. Unter dem Gesichtspunkt des demografischen Wandels, und der damit einhergehenden immer älter werdenden Gesellschaft, bleibt der Seniorenleichtathletik daher auch weiterhin der Blick in eine zusehender Zukunft.



- **Elektroinstallationen** • **EIB** • **E-Check**
- **Telekommunikation** • **Kundendienst**



ETB
Elektrotechnik Thomas Bäcker
Elektrotechnikermeister, BdH

Bahnhofstraße 83 · 33829 Borgholzhausen
Tel. 0 54 25 / 95 57 55 · Fax 93 39 522 · mobil 01 72 / 528 52 10
Meyerfeld 6 a · 33824 Werther · Tel. 0 52 03 / 88 40 45

etb-th.baecker@elektrocitoy.de · www.etb-elektrotechnik-baecker.de

LEICHTATHLETIK: Im Silvester-Duell über 1000 Meter erhöht Dirk Strothmann gegen Bruder Jörn auf 16:13

Borgholzhausen/Miami (clam). 7677 Kilometer Entfernung und ein Ozean zwischen ihnen haben die Borgholzhausener Leichtathleten **Dirk** und **Jörn Strothmann** erneut nicht davon abgehalten, an Silvester ihr traditionelles Bruderduell über 1000 Meter auszutragen. Während Dirk auf der abgemessenen Heimatstrecke in Barnhausen 2:54,97 Minuten für den Kilometer benötigte, war Jörn in Miami im US-Bundesstaat Florida nach 3:00,6 Minuten wieder im Ziel. In der Gesamtwertung erhöhte Dirk somit vor der 30. Auflage am Ende dieses Jahres auf 16:13. Die beiden Athleten vom LC Solbad Ravensberg starteten gleichzeitig. Dirk um 16 Uhr deutscher Zeit, Jörn um 10 Uhr Ostküstenzeit. Die Stoppuhr in Florida bediente Vereinskollege **Nils Milde**, der mit Jörn Strothmann derzeit im Urlaub weilt. Schon 2013 war das traditionsreiche Duell eine transatlantische Angelegenheit gewesen. Damals war Jörn im New Yorker Central-Park unterwegs gewesen und am Ende 17 Sekunden langsamer als der in Barnhausen siegende Dirk. Sollten Dirk und Jörn irgendwann einmal keine Lust mehr auf ein Geschwisterduell verspüren, so ist die Familientradition dennoch wohl zu retten. Am vergangenen Mittwoch traten nämlich erstmals Dirks Töchter **Lisa** und **Sarah** gegeneinander an, die die Laufleidenschaft schon seit längerem gepackt hat. Lisa gewann die Premiere, die beim Strothmann-Nachwuchs über 400 Meter führte.

Remus Zweiter im Riesenfeld

Silvesterläufe in Osnabrück und Gütersloh Altkreis Halle (cwk). Mit Starts bei zwei traditionsreichen Silvesterläufen der Region schlossen heimische Langstreckler ihr Wettkampffahr 2014 ab. In Osnabrück wurde **Elmar Remus** in 33:37 Minuten Gesamtzweiter. Im riesigen, aber breitensportlich ausgerichteten Feld (1561 Finisher) unterlag er nur dem 13 Jahre jüngeren Lokalmatador Marius Hüpel (31:39) und gewann die Jungseniorenklasse M30/35.

„Gegen Marius konnte ich nichts ausrichten, bin aber zufrieden“, bilanzierte Remus. Seine Zeit liegt unter der persönlichen Saisonbestmarke (33:49), doch ist die Osnabrücker Strecke nicht offiziell vermessen. Auf Rang fünf folgte **Daniel Knoepke** (34:32/2. M30), der hier wie seine Ehefrau **Ellen** (mit 40:01 Minuten Gesamtvierte und W30-Zweite) noch für das Ejot Team TV Buschhütten antrat. Seit gestern sind beide als Leichtathleten für den LC Solbad startberechtigt. Zur erweiterten Spitzengruppe zählte auf Rang 18 LC-Senior **Jens Erik Bergmann**. Mit 37:31 Minuten verabschiedete er sich aus der Klasse M45 und rückt in die M50 auf. Weitere Solbad-Ergebnisse: **Amadeus Hegenbarth** 40:45, **Siegfried Kemper** (6. M60) 47:49.

In Gütersloh, wo Favorit Amanal Petros in Streckenrekord von 30:26 Minuten und die junge Jöllenbeckerin Sophie Kohlhasse

(38:49) den Zehnkilometer-Hauptwettbewerb prägten, konzentrierten sich die LC-Talente auf die halb so lange Distanz – mit Erfolg. So gewann **Jan Geisemeier** („Das Rennen lief gut für mich“) als Gesamtneunter in 17:24 Minuten die Jugendklasse U20. Ganz erstaunlich die Leistung des erst 13-jährigen und für den TSVE Bielefeld startenden Wertheraners Neilan Kempmann, der mit 17:51 Minuten Klassensieger wurde. Auch sein Vater Raoul Kempmann (17:53/4. M45) war dabei. **Jessica Geisemeier**, die mit 20:06 Minuten das 20er-Limit streifte, wurde Gesamtzweite hinter der Dülmenerin Aline Florian. Ihr folgte die auf 20:14 Minuten verbesserte Neu-Solbaderin **Katharina Kloppe**. Das Team der Geisemeier-Vierlinge vervollständigten **Janna** (21:05/5. U20) und **Nina** (22:45/6. U20). Ihre Mutter **Bettina Geisemeier** lief die zehn Kilometer und erreichte nach 47:19 Minuten als drittbeste W50-Seniorin das Ziel. Für den einzigen Altersklassensieg des LC auf der Hauptstrecke sorgte **Karl-Friedrich Anwander** (46:46) in der M70. Weitere Ergebnisse – 5 km: **Udo Albersmann** (LC, 3. M55) 22:54. – 10km: **Tim Esselmann** (LC, 11. M35) 43:17, **Reinhard Stricker** (LC 7. M55) 47:39.



SPEZIALITÄTEN AUS DEM RAVENSBERGER LAND



Glocken-Beune



Glocken-Beune GmbH & Co. // Westfälische Fleischwarenfabrik // Hesselteicher Straße 16 // D-33829 Borgholzhausen

www.glocken-beune.de

Birke sechs Mal platziert | Westfälische Bestenlisten der Haupt- und Jugendklassen

Borgholzhausen. Mit den Silvesterläufen wurden die Leichtathletik-Statistiken für 2014 abgeschlossen. 36 Mal haben sich Starter des LC Solbad Ravensberg in den Haupt- und Jugendklassen der westfälischen Top-20-Bestenliste platziert. Einige Jugendliche rückten schon in jeweils höhere Klassen auf, konnten sich also mit derselben Leistung mehrfach platzieren. Die Rangliste der Seniorenklassen folgt gesondert. Was die deutsche Ebene betrifft, so bleibt der LC erstmals seit vielen Jahren ohne DLV-Bestennadeln, die den Top 30 jeder Disziplin vorbehalten sind. In die Top 50 aber haben es immerhin drei Solbader Straßenlaufteams geschafft. Das Frauen-Marathontrio vom Münchner DM-Marathon wird zwar an 27. Stelle geführt. Hier aber vergibt der DLV keine Bestennadeln, weil nur 29 Mannschaften registriert sind. Das ist eine Folge der strengen Auflagen des Verbandes, der zum Beispiel Ergebnisse vom Berlin-Marathon nicht anerkennt, weil dessen Veranstalter keine Mannschaftswertung ausschreibt und dokumentiert. Den 41. Platz in der DLV-Statistik belegt das Zehnkilometer-Frauenteam. Angeführt wird es von zwei Seniorinnen, die auf eine erfolgreiche Saison zurückblicken und sogar den Sprung in die westfälische Bestenliste der Hauptklasse schafften: Die 46-jährige **Sabine Engels** lief den Halbmarathon in 1:28:47 Stunden, die 41-jährige **Victoria Willcox-Heidner** ihre frühere Erfolgsstrecke 5000 Meter – hier wurde sie 2002 für die LG Braunschweig Fünfte der deutschen Meisterschaft – in 18:43,73 Minuten.



Die Solbader Nachwuchsläufer Jan Geisemeier (links) und Pascal Birke tauchen in der westfälischen Rangliste auf.



Wer
weiß,
was er
will,
will ihn.



GEBR | **SPECKMANN**

Industriestraße 1 | 33829 Borgholzhausen
T. (05425) 6222 | www.gebr-speckmann.de

Die beste Platzierung in der deutschen Rangliste –Rang 34 für das männliche Marathonteam –verdankt der LC seinem neuen Leistungsträger **Damian Janus**, der in Essen mit 2:36:40 Stunden seine Zugehörigkeit zur westfälischen Spitze bestätigte und auch als Halbmarathonläufer mit 1:12:06 Stunden überzeugte. **Sascha Greshake**, eigentlich ein sicherer Zweimeter-Hochspringer, musste sich nach langer Wettkampfpause mit 1,95 Metern in seinem einzigen Saisonwettkampf begnügen, zählte aber dennoch zu den westfälischen Top Ten. Das 16-jährige Mittel- und Langstreckentalent **Pascal Birke** trug sich als 50. mit 35:53 Minuten über zehn Kilometer gerade noch in die deutsche Bestenliste ein. Er kann auch 2015 in der Jugendklasse U18 starten, erreicht aber schon jetzt ein halbes Dutzend Platzierungen in der westfälischen Rangliste, davon zwei in der U20. Das Laufteam um Solbad-Trainer **Horst Hammer** ist außerdem vertreten durch die Geschwister **Jan** und **Jessica Geisemeier**, **Robert Schmidtke** und **Paul Moritz Hundeloh**. Ein erfolgreicher Youngster ist auch der 13-jährige **Aaron Thieß**, der auf westfälischer Ebene gleich in sieben Wettbewerben seiner Jahrgangsklasse mitmischte. Seine Trümpfe waren die vertikalen Sprünge: Mit neuen Kreisrekorden im Hochsprung (1,68 Meter) und Stabhochsprung (2,72 Meter) eroberte er jeweils den ersten Platz im Landesverband, platzierte sich bereits in den U16-Klassen und würde in der U14 auch bundesweit ganz vorn dabei sein. Offizielle Bestenlisten für den jüngsten Nachwuchs aber erstellt der DLV nicht –aus pädagogischen Gründen.

Die Solbader Leichtathleten in der westfälischen Rangliste

Männer, 10 km Mannschaft: 16. LC Solbad (Janus, Remus, El-Fakrouni) 1:42:08 Std. Halbmarathon: 16. Damian Janus 1:12:06 Std. Marathon: 12. Janus 2:36:40 Std. Marathon Mannschaft: 6. LC Solbad (Janus, El-Fakrouni, Rostek) 9:00:50 Std. Hochsprung: 10. Sascha Greshake 1,95 m.
Junioren U23, Marathon (2014 nur zwei westfälische U23-Ergebnisse): 2. Oliver Lambrecht 3:07:01 Std.
Frauen, 5000 m: 14. Victoria Willcox-Heidner (W40) 18:43,73 Min. 10 km Mannschaft: 11. LC Solbad (Engels, Willcox-Heidner, Bowenkamp) 2:03:07 Std. Halbmarathon: 18. Sabine Engels (W45) 1:28:47 Std. Halbmarathon Mannschaft: 13.

LC Solbad (Engels, Diekhaus, Reinhardt) 5:06:42 Std., 15. LC Solbad II (Limberg, Potthoff, Böhme) 5:14:44. Marathon, Mannschaft: (2014 nur sieben westfälische Teams bei offiziellen Läufen): 7. LC Solbad (Böhme, Bluhm-Weinholt, Winter) 12:11:04 Std.
Juniorennen, 5000 m: 17. Jessica Geisemeier 20:53,26 Min.

Birke 16:43,47 Min., 9. Schmidtke 17:30,17. 10 km: 12. Birke 35:53 Min., 18. Paul Moritz Hundeloh 37:51.

Weibliche Jugend – U20, 5000 m: 12. Jessica Geisemeier 20:53,26 Min.
Männliche Jugend – M15, Hochsprung: 13. Aaron Thieß (M13) 1,68 m. Stabhochsprung: 15. Thieß 2,72 m. – M14, Hochsprung: 5. Thieß (M13) 1,68 m. Stabhochsprung: 5. Thieß 2,72 m. – M13, 60 m Hürden: 16. Thieß 10,76 Sek. Hochsprung: 1. Thieß 1,68 m. Stabhochsprung: 1. Thieß 2,72 m. Weitsprung: 19. Thieß 4,78 m. Kugelstoß: 4. Thieß 11,74 m. Diskuswurf: 8. Thieß 25,27 m. Vierkampf: 6. Thieß 1803 Pkt.

Männliche Jugend – U20, 3000 m: 15. Pascal Birke (U18) 9:26,32 Min., 20. Robert Schmidtke (U18) 9:41,88. 5000 m: 12. Birke 16:43,47 Min., 19. Jan Geisemeier 17:11,25. – U18, 1500 m: 10. Birke 4:18,66 Min. 3000 m: 7. Birke 9:26,32 Min., 11. Schmidtke 9:41,88. 5000 m: 4.

PERSÖNLICH



Aaron Thieß (13), Leichtathletik-Talent vom LC Solbad Ravensberg, war als einziges Altkreisstarter im Bielefelder Leichtathletik-Cup erfolgreich und wurde dafür jetzt in der Seidensticker Halle geehrt: Mit 3107 Punkten gewann er die U14-Wertung vor dem ein Jahr jüngeren Brackweder Mathis Krüger (2802). Punkte konnten nach dem Modus des Kreis-Leichtathletik-Ausschusses auf allen vier »Etappen« der Freiluft-Meisterschaften im Stadion Rußheide gesammelt werden.



Zweirad Thomas

Fahrräder & Zubehör Handel & Service



Giant, Schauf, Kreidler, Da Silva, Batavus, Pucky

Inh. Thomas Plassmann · Halle-Hesseln am Sportplatz

Hesseler Straße 20 · Tel. 0 52 01/73 48 42

Täglich geöffnet von 10⁰⁰ - 19⁰⁰ · Mittwochs von 14⁰⁰ - 19⁰⁰ · Sa. 9⁰⁰ - 13⁰⁰

**A U S S C H R E I B U N G und E I N L A D U N G****zum 10. Inline Short Track Meeting****am 21. Februar 2015****in der Sporthalle der PAB Gesamtschule in Borgholzhausen****Veranstalter****und Gesamtleitung:** LC Solbad Ravensberg e.V.**Schirmherr:** Klemens Keller, Bürgermeister der Stadt Borgholzhausen**Wettkampfgericht:** DRIV Wettkampfrichter (nach Möglichkeit stellt jeder teilnehmende Verein einen Wettkampfrichter)**Oberschiedsrichter:** Henning Roos**Zusatzprogramm:** Wertungsrennen des **NRW YoungStarCups**
Teamverfolgung für Landesverbandsteams (ab Schüler A)
1 Runde fliegender Start (mit max. 10 Teilnehmern)**Teilnahmeberechtigt:** Damen und Herren aller Klassen mit Lizenz des Deutschen Rollsport- und Inlineverbandes DRIV (entscheidend ist ausschließlich der Eintrag in der DRIV Datenbank). Internationale Sportler mit vergleichbarer Qualifikation. Sofern in einer Klasse weniger als drei Meldungen vorliegen, werden in der entsprechenden Klasse keine Wettkämpfe ausgetragen. Die Läufer haben dann die Möglichkeit, in der nächst höheren Klasse zu starten.

Meldegebühren:	Seniorenklassen	12.00 €
	Aktivenklasse	12.00 €
	Junioren	8.00 €
	Kadetten	8.00 €
	Schüler	8.00 €
	Nachmeldungen	doppelte Gebühr

Meldeschluss: **15. Februar 2015****Meldeadresse:** Die Teilnehmermeldungen sind zu richten an: LC Solbad Ravensberg
Johannes Gerhards, August Bebel Str. 227, 33602 Bielefeld
Tel: 0521-63447 Die Meldungen können auch per Email an die Email-
Adresse info@skatingagentur.de verschickt werden.*Neu! Jetzt auch mit Onlineanmeldung unter www.lcsolbad.de*

LEICHTATHLETIK: Aaron Thieß schnell über die Hürden | Schröder und Stahnke Hochsprungsieger

Bielefeld/Altkreis Halle (cwk). Beim gut besuchten Schülersportfest des VfB Fichte Bielefeld in der Seidensticker Halle stand der Altkreis-Nachwuchs viermal ganz oben auf dem Siebertreppchen. Ein Doppelerfolg in seiner neuen Jahrgangsklasse M14 gelang **Aaron Thieß** (LC Solbad Ravensberg), der beim Hochsprung mit 1,60 m nicht ganz an seine Bestmarke herankam, beim 60-m-Hürdensprint aber deutliche Fortschritte erkennen ließ.

Mit 9,89 unterbot er das Zehn-Sekunden-Limit, das im Vorjahr unter M13-Bedingungen noch nicht in Reichweite für ihn lag, und erfüllte mehr als deutlich die A-Norm für die Westfälischen U16-Hallenmeisterschaften. Den Hochsprung der M12 gewann Kevin Schröder (Spvg. Vermold), der kürzlich schon 1,48 m gemeistert hatte, diesmal mit 1,45 m vor dem Solbader **Tarik Schiller** (1,40 m). Auch mit 4,34 im Weitsprung und mit 8,87 Sek. über 60 m erreichte Schröder »Medaillenplätze«. Hochsprungsieger in der M11 wurde **Henri Stahnke** (LC Solbad) mit ebenfalls ansprechenden 1,33 m.

Bronze für Birke Westfälische U18-Titelkämpfe

Dortmund/Borgholzhausen (cwk). Die ganz große Chance konnte Pascal Birke bei den Westfälischen U18-Jugendmeisterschaften in der Dortmunder Körnig-Halle nicht nutzen. Für seinen engagierten 1500-m-Lauf aber wurde er immerhin mit »Bronze« belohnt, nachdem die Voraussetzungen alles andere als optimal waren: Am Donnerstag und Freitag musste der 16-Jährige noch eine Verspannung im Unterschenkel behandeln lassen.

„Wir hatten uns schon auf eine Absage eingestellt“, berichtet sein Trainer Horst Hammer, „aber am Vorabend bekam Pascal dann doch grünes Licht für den Start.“ Und trotz des Handicaps wäre die geplante Taktik fast aufgegangen: Über fünf von sieben-einhalb Runden lag das mit der besten Vorleistung gemeldete LC-Talent in Führung, wehrte mehrere Angriffsversuche ab. Als auf den letzten 50 Metern die Kraft schwand, konnte Birke den Kamener Maximilian Feist (4:20,63 Min.) und den Paderborner Jakob Willeke (4:21,66) nicht mehr gefährden, rettete in 4:22,2 Min. aber den 3. Platz im Zehnerfeld.



Aaron Thieß



Till Heienbrok



Henri Stahnke




Montag bis Samstag
von 7:00 bis 21:00 Uhr

Niehoff

Jammerpatt 2 • Borgholzhausen



LEICHTATHLETIK: SVB-Mittelstreckentag

Fotos: Antje Strothmann

Bielefeld/Altkreis Halle (cwk). Vier Laufstrecken in der Seidensticker Halle: Der SVB-Mittelstreckentag, zugleich Auftakt zum Volksbank-Schülercup 2015, konzentrierte sich wieder ganz auf die 800-m-Distanz.

Dass die elektronische Zeitmessung komplett ausfiel war besonders ärgerlich für den Solbader **Nils Milde**, der sich hier für die DM qualifizieren wollte. Mit 2:01,3 Min. unterbot er die geforderte M40-Norm (2:12,00) um mehr als zehn Sekunden –vergeblich, weil nur noch die Elektronik zählt. In den Bestenlisten werden »Handzeiten« immerhin als Fußnote aufgeführt. Zwei U20-Läufer vom LC Solbad Ravensberg starteten im B-Einlagelauf, den **Robert Schmidtke** (2:08,9 Min.) und 800-m-Debütant **Paul Moritz Hundeloh** (2:10,5) beendeten. „Ich wollte schneller laufen und habe Führungsarbeit geleistet; doch zuletzt wurden die Beine schwer“, bedauerte Schmidtke.

In den Schülercuprennen gelang dem hier für das Evangelische Gymnasium/LC Solbad laufenden Wertheraner **Neilan Kempmann** (M 14, Freiluft-Bestzeit 2:23,98) ein Leistungssprung: Als Klassensieger mit 2:18,2 blieb er erstmals unter 2:20 Minuten. Seine Schulkameradin Verena Braun (2:43,9) lag in der W14 vorn; den W10-Sieg teilte sich **Sarah Strothmann** Grundschule Borgholzhausen/LC Solbad mit der zeitgleichen Bielefelderin Nele Trümper.



v. l. Malin Bruhns, Finja Steiniger, Liv Kempmann u. Sarah Strothmann

Momente zum Anfassen.

Fotobalance steht für:

Die Leidenschaft zur Sportfotografie. Wir rücken sportliche Leistungen ins rechte Licht und erhalten da durch sportliche Momente zum Anfassen - einen dynamischen Sekundenbruchteil eines Moments, auf den wir sonst nie einen so langen Blick werfen könnten, technisch perfekt eingefroren.

FOTOBALANCE

LEICHTATHLETIK: Hochsprungsieger in Düsseldorf

Altkreis Halle (cwk). Bei den NRW-Seniorenmeisterschaften in Düsseldorf sprangen für die heimischen Leichtathleten ein Einzeltitel und weitere Medaillenplätze heraus. Dazu kam in den 4x200-m-Staffeln ein doppelter Triumph für die Startgemeinschaft (StG) Werther/Brackwede/Kirchlinde.

Hochspringer Helmut Rahlmann (TV Werther), im Vorjahr M50-Fünfter und gerade erst in die M55 aufgerückt, gewann mit 1,53 m seinen ersten Titel überhaupt – vor dem ohne Fehlversuch lange führenden Falko Becker (TV Erkelenz, 1,50 m). Dem 3000-m-Favoriten der M35, Karsten Kuck vom ASV Duisburg (9:07,96 Min.), konnte **Elmar Remus** (LC Solbad Ravensberg) nicht folgen, bezwang aber als Vizemeister mit ansprechenden 9:23,25 Min. die übrige Konkurrenz. Grund zur Freude hatte auch sein LC-Vereinskollege **Lars Flaschel-Steiniger** (M 45), der sein erstes Meisterschaftsrennen als 800-m-Siebter mit persönlicher Bestzeit abschloss und die erstaunliche prophetische Gabe des Trainers bestätigte: „2:18,33 Min. war der Tipp von **Horst Hammer**, 2:18,34 sind herausgekommen.“ Nach dem 800-m-Lauf der M40 strahlte Perez Kersten (Steinhagen/SV Brackwede, 2:14,17 Min.) über Bronze: „Mit Rang drei hatte ich nie gerechnet, taktisch ist es gut für mich gelaufen.“

Bei den Westfälischen U20-Jugendhallenmeisterschaften in Paderborn traf der Solbader **Robert Schmidtke** auf starke 800-m-Konkurrenz, lief aber als Elfter mit 2:06,53 Min. eine neue persönliche Bestzeit.

Zwei jüngere Talente waren beim Clarholzer Hochsprungmeeting erfolgreich: **Aaron Thieß** (LC Solbad) bestätigte sein Niveau mit 1,64 m und wurde M14-Zweiter; Kevin Schröder (Spvg. Versmold) siegte in der M12 mit beachtlichen 1,44 m.



Aaron Thieß wurde optimal von Sascha Greshake betreut.

LEBENSFREUDE ■

„Wir sind gerne zusammen unterwegs. Bei jedem Wind und Wetter. Dank den wasserabweisenden Hörgeräten von Gerland, verstehen wir uns noch viel besser.“

DESHALB SIND WIR GERLÄNDER.



Gerland Hörgeräte

Freistrasse 3 | 33829 Borgholzhausen | Tel. 05425.9556655
Bahnhofstrasse 34 | 33790 Halle | Tel. 05201.8563863
www.gerland.de

Gerland
H Ö R G E R Ä T E



Bjarne Heidner



Geschafft: Nachdem er erstmals 2,06 Meter überwunden hat, ballt ein glücklicher Sascha Greshake die Fäuste.

FOTOS: H. MARTINSCHLEDDER

Jubel über Bestleistung

LEICHTATHLETIK: Sascha Greshake startet beim Clarholzer Hochsprung-Meeting optimal ins Jahr

■ **Borgholzhausen (cwk).** Wie bereits gestern gemeldet, bestand Sascha Greshake beim Clarholzer Hochsprung-Meeting die erste Bewährungsprobe des Jahres mit Bravour. Überzeugend nicht nur seine neue persönliche und Altkreis-Hallenbestmarke von 2,06 m, sondern auch seine Platzierung: Rang 4 in einem 16-köpfigen Männerfeld, das sich überwiegend aus Zwei-Meter-Springern zusammensetzte.

„Der Platz war optimal“, freute sich Greshake zu Recht. Denn vor ihm lagen nur der starke Holländer Martijn Nuijens (2,18 m) und die Leverkusener Benjamin Ellerbrock und Sebastian Kneifel (je 2,12 m). Ellerbrock zählte 2008 mit 2,15 m zu den Top Ten in Deutschland; Kneifel hatte ein Jahr zuvor sogar 2,17 m gemeis-

tert. Als Überraschungs- und Prestigeerfolg aber darf Sascha Greshake verbuchen, dass er den gleichaltrigen Hannoveraner Jan Hentel (2,02 m) auf den 5. Rang verwies. Der zählte im vorletzten Jahr mit 2,15 m zur absoluten Jugend-Elite des DLV.

Vor zwölf Monaten hatte er bei diesem Meeting als Siebter 2,02 m erzielt; vorgestern hätte es fast schon zu 2,09 m gereicht. „Meine Versuche über diese Höhe fühlten sich gut an, besser als die über 2,06 m“, berichtete er. Für 2,06 m hatte er drei Sprünge benötigt. Schon bei der Anfangshöhe dieses Wettbewerbs (1,85 m) war der Schützling von Gregor Winkler eingestiegen; ebenso wie die folgenden Höhen von 1,90, 1,94 und 1,98 meisterte er sie problemlos im ersten Anlauf. Bei 2,02 m musste er den ersten Fehlversuch hinnehmen, der



Mit Schwung: Greshake springt über die Latte.

zweite Sprung war erfolgreich. „Insgesamt bin ich sehr zufrieden und derzeit auch ohne Beschwerden“, blickt er optimistisch nach vorn. Die nächste Aufgabe wartet schon am kommenden Sonntag beim traditionellen Hochsprungmeeting in Unna.

Sascha Greshake hat großen Anteil daran, dass der Hochsprung durch die aktuellen Ereignisse noch mehr zur Paradeisziplin des Leichtathletik-Kreises geworden ist. In Clarholz verlor er zwar das indirekte Duell mit dem Bielefelder Mateusz Przybylko, der sich im Jugendwettbewerb auf 2,11 m steigerte. Doch er hat die Chance, demnächst zu dem knapp vier Jahre jüngeren Talent aufzuschließen. Die Eins hinter dem Komma reizt auch ihn, mit einer Prognose aber hält sich der bescheidene Altkreisrekordler zurück.

Dr. jur. Holger Rostek
Fachanwalt für Strafrecht

Dr. jur. Lutz Klose
Fachanwalt für Strafrecht

Peter Rostek
Fachanwalt für Strafrecht

Katja Floegel

Jan-Christian Hochmann

Dr. Rostek

Dr. Klose

Partner GbR

Rechtsanwälte

Laufend gut beraten!

August-Bebel-Str. 225 - 33602 Bielefeld - Tel. 0521/ 96 41 20 - www.kanzlei-rostek.de



Fon 0172/5 37 00 15

oder 0171/7 93 23 70

Fax 0 54 25/74 04

⇒ Muldenservice von 3 m³ bis 20 m³

⇒ keine Standgebühr bis zu 6 Wochen

⇒ kostenlose Schrottentsorgung

⇒ Minibaggerverleih

⇒ schnell und

⇒ zuverlässig

Friedrich Elbracht
Kleekamp 137a · 33829 Borgholzhausen

Zieglersche
APOTHEKE

Inh. Jochen Zinnel



Freistraße 7
33829 Borgholzhausen

Tel.: 05425 / 221

Fax.: 05425 / 930028

<http://www.zieglersche-apotheke.de>
zieglersche-apotheke@t-online.de



HK vom 24.01.2015

Herzlichen Glückwunsch!

2014

Alle Geehrten auf einen Blick

Sportler des Jahres

1. **Julian Kunzenbacher**
(Golf/GC Teutoburger Wald)
2. **Timo Vahlenkamp**
(Golf/GC Teutoburger Wald)
3. **Damian Janus**
(Leichtathletik/LC Solbad)
4. **Robert Rohregger**
(Leichtathletik/Steinhagen)
5. **Heiner Steinkühler**
(Handball/SF Loxten)
6. **Dennis Bresser**
(Fußball/BV Werther)
7. **Louis Henkefend**
(Kartsport/Versmold)
8. **Ingo Stolzmann**
(Schwimmen/SCSA)
9. **Horst und Bodo Raschke**
(Kegeln/VSG Versmold)
10. **Mark Schomaker**
(Kampfsport/TV Werther)

Sportlerin des Jahres

1. **Luisa Meyer auf der Heide**
(Tennis/TC BW Halle)
2. **Jacqueline Schweichert**
(Karate/Dojo Mushin Halle)
3. **Jana Mechsner**
(Kegeln/Werther)
4. **Karolin Kuhlmann**
(Schwimmen/SCSA)
5. **Katharina Müller**
(Eistanz/Halle)

6. **Christine Schubert**
(Schwimmen/Steinhagen)
7. **Marianne Wiens**
(Handball/Spvg. Steinhagen)
8. **Luisa Flottmann**
(Steinstoßen/Borgholzhausen)
9. **Victoria Willcox-Heidner**
(Leichtathletik/LC Solbad)
10. **Christina D'Ilio**
(Fußball/TuS Langenheide)



ZUM
4. MAL

8
JAHRE
2005 - 2013

GANZ
VORN!

Olafs Laufladen
auf Platz eins

Kundenfreundlichkeit beim Einkaufen im Test
Gütersloh (NW). Gütersloh macht sich als Einkaufsstadt immer besser.
nen. Michael Fe...

Quelle: NW, 28. März 2013

Münsterstraße 25 | 33330 Gütersloh | Telefon: 0 52 41- 40310 44 | Telefax: 0 52 41- 40310 45
info@olafs-laufladen.de | www.olafs-laufladen.de | Mo. - Fr. 10.00 - 19.00 Uhr · Sa. 9.30 - 17.00 Uhr

40 Jahre

Die Nacht von Borgholzhausen





In fünf Monaten steigt die 40. Ausgabe der „Nacht von Borgholzhausen“. Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren. Die Online-Anmeldung wird Ende Februar geschaltet, die Flyer folgen Anfang März. Wer noch Anregungen, Ideen oder einfach nur mithelfen möchte, kann sich gerne bei Andreas Stockhecke oder Antje Strothmann melden.

Bäckerei · Konditorei



WELPINGHUS

Genießer gesucht.

Für handgemachte Backwaren, herzhafte Snacks, traumhaftes Frühstück, süße Köstlichkeiten, besondere Kaffeespezialitäten und mehr bei **Welpinghus** in Borgholzhausen und Steinhagen.

www.konditorei-welpinghus.de

- ✓ Traditionelle Herstellungsverfahren und lange Teig-Reifezeiten
- ✓ Ausgewählte hochwertige Zutaten für besonderen Geschmack
- ✓ Reichhaltiges Naturland-zertifiziertes Biosortiment

Konditorei Welpinghus Backstube
Kirchstraße 11
33829 Borgholzhausen
Tel. 0 54 25 / 94 41 - 0

Hauptgeschäft
Kaiserstraße 4
33829 Borgholzhausen
Tel. 0 54 25 / 94 41 - 0

Caféhaus
Woedener Straße 3
33803 Steinhagen
Tel. 0 52 04 / 92 56 - 55



Handgemachte Qualität seit 1770.



Alles
andere ist
WURST!



Lammerschmidt

QUALITÄT AUS DEM OSNABRÜCKER®



Familienfleischerei seit 1898

jährlich prämiert durch die deutsche
Landwirtschaftsgesellschaft



Hauptstr. 27 • 49326 Melle-Neuenkirchen • Tel: 0 54 28/9 41 50
info@lammerschmidt.de • www.lammerschmidt.de

Jahreshauptversammlung

27.03.2015



Hiermit laden wir zur Jahreshauptversammlung des LC Solbad Ravensberg

am Freitag, den 27. März 2015,

Beginn 19.00 Uhr

in das Haus Hagemeyer-Singenstroth, Borgholzhausen ein.

Wir würden uns sehr freuen, wenn wir wieder zahlreiche Mitglieder begrüßen dürfen.

Tagespunkte

Feststellung der Anwesenden und Stimmberechtigten

Genehmigung der Tagesordnung

Ehrungen

Bericht des Vorstandes

Bericht der Kassenprüfer

Entlastung des Vorstandes

Anträge

Trainingsangebote- Kurse- Reiseplanungen

Aussprache

Verschiedenes

Veranstaltungsplanungen 2015/Vorlegung eines Gesamtplanes aller Gremien im LC

*Anträge zur Tagesordnung sind bis zum 10. März 2015
in schriftlicher Form beim Vorstand zu stellen.*

Der Vorstand LC Solbad Ravensberg

Sehr geehrter Herr Dr. Mußgnug,
stellvertretend für alle Vereinsmitglieder des Sportvereins Stahl Thale möchte ich Ihnen,
Ihren Vereinsmitgliedern und Ihren Lieben, ein gesundes und sportreiches Jahr wünschen.

Die Freude war groß über Ihren Brief den ich leider heute erst beantworten kann.
Solch eine Resonanz tut gut und lässt das Team der Harzlauforganisatoren noch emsiger an
den anstehenden Aufgaben arbeiten.

War doch der Lauf vor drei Jahren schon Tod geschrieben. Ein neues Konzept, die
Veränderung der Örtlichkeit und die Einbindung in das für Thale typische Fest „Hexoween“,
geben uns recht mit diesem neuen Team weiter zu machen.

Im Namen aller sei noch einmal Dank gesagt für Ihre aufmunternden Worte.

Im Internet habe ich mich mit dem Verein LC Solbad Ravensberg beschäftigt. Der
Augenmerk liegt offensichtlich auf den Ausdauersportarten und der allgemeinen Fitness.
Hier kann Thale, auf Grund seiner geographischen Lage viel an Trainings- und
Wettkampfmöglichkeiten bieten.

Gerne möchte ich Sie und auch andere Sportfreunde zum diesjährigen Wochenende
Oktober 2015 einladen.

Der Harzlauf wird am 25.10.2015 sein. Das gesamte Wochenende ist wieder geprägt mit der
Veranstaltung „Hexoween“. Sollte Interesse bestehen, bin ich gerne bereit, mich um
Unterkünfte zu kümmern, auch einer Übernachtung in einer Turnhalle steht nichts im Wege.
Es ist zur Tradition geworden, dass am Tag zuvor, also dann am 24.10. die Strecke
organisiert „bewandert“ wird.

Sehr geehrter Herr Dr. Mußgnug, hoffend auf positive Resonanz, wünsche ich allen
Sportfreunden Gesundheit


Frank Hirscheilmann
VV Stahl Thale



Infos: www.harzlauf-thale.de



Die Termine im Überblick

Der Nightcup geht über 6 Veranstaltungen,
4 kommen in die Wertung.

16. Mai 2015

Volksbanken-Nightrun Harsewinkel

20. Mai 2015

Klosterlauf Marienfeld

30. Mai 2015

Isselhorster Nacht

13. Juni 2015

Gütersloh läuft (Stadtspark)

20. Juni 2015

Nacht von Borgholzhausen

26. Juni 2015

Oesterweger Feuerwehrlauf

Die Online-Anmeldung startet am 1.1.2015
auf www.volksbanken-nightcup.de

Startgeld 44.-€

30

Getränke
STEINER
Flüssiger Rundumservice mit Tradition

GETRÄNKE STEINER

Michael Steiner
Bielefelder Straße 25
33829 Borgholzhausen
Telefon (0 54 25) 2 73
www.getraenke-steiner.de

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag bis Freitag
durchgehend von 9 bis 19 Uhr,
Samstag
durchgehend von 8 bis 14 Uhr

LIEFERSERVICE:

Wenn Sie mal
keine Lust aufs Kisten-
schleppen haben:
Kein Problem,
Steiner bringt's!
Wir transportieren Ihre
Getränke einfach und
schnell nach Hause
oder ins Büro.

Fehlt Ihnen noch die Bierzelt-
garnitur, oder brauchen Sie
z. B. noch eine Zapfanlage
für Ihre Gartenparty?

Kein Problem – wir haben
alles was Sie brauchen.
Und sollte es Ihnen an
Personal fehlen, besorgen wir
Ihnen gern qualifizierte
Kräfte, die sich während Ihrer
Feier um das Wohl Ihrer Gäste
kümmern.

UNSER ANGEBOT:

- Bierzeltgarnituren
- Stehtische und Marktschirme
- Theken und Kühlschränke
- Schankwagen und Kühlanhänger
- Zapfanlagen
- verschiedene Gläser

Ergebnisse Dezember/Januar zusammengestellt von Sabine Lünstroth

Nachtrag 14.12.2015 Weihnachtscross, 16 km. **Sorry!!**

16. W45	Gutknecht, Claudia	1:30:36Std.
22. W45	Akkermann-Mohns, Beatrixe	1:32:58Std.
8. W50	Kampmann, Andrea	1:33:47Std.
22. W35	Schneider, Katrin	1:41:12Std.
24. W20	Kemper, Katharina	1:42:53Std.
17. W40	Grube, Andrea	1:48:53Std.
15. W50	Kühnel, Marion	1:52:01Std.
24. W35	Varnholt, Melanie	1:52:51Std.
38. W45	Schlie, Cornelia	1:52:51Std.

31.12.	Gütersloher Silvesterlauf	
	10 km	
11. M35	Tim Esselmann	43:17 Min.
26. M40	Heiko Redeker	46:03 Min.
1. M70	Karl Fr. Anwander	46:46 Min.
3. W50	Bettina Geisemeier	47:19 Min.
7. M55	Reinhard Stricker	47:39 Min.
75. M50	Fritz Geisemeier	52:19 Min.
20. W50	Andrea Kahl	1:05 Std.
	5 km	
1. MJU20	Jan Geisemeier	17:24 Min.
2. WJU20	Jessica Geisemeier	20:06 Min.
3. WJU20	Katharina Kloppe	20:14 Min.
5. WJU20	Janna Geisemeier	21:05 Min.
6. WJU20	Nina Geisemeier	22:45 Min.
3. M55	Udo Albersmann	22:54 Min.
4. W40	Kathrin Schwarzer	27:44 Min.
	OTB Silvesterlauf	
	5,6 km	
4. M60	Bernhard Hippler	27:05. Min.
	10 km	
1. M30	Elmar Remus	33:36 Min.
4. M40	Jens Eric Bergmann	37:30 Min.
18. MH	Amadeus Hegenbarth	40:44 Min.
21. WH	Katharina Kemper	54:42 Min.
10.01.	Dortmund	
	800 m	
11. U18	Robert Schmidtke	2:06:53 Min.
11.01.	Senioren-Hallenmeister-	
	schaften	
	3000 m	
2. M35	Elmar Remus	09:23:25 Min.
	800 m	
7. M45	Lasse Flaschel-Steiniger	02:18:33 Min.
	60 m	
12. M60	Günther Hartke	10,75 Sec.

	Hochsprungmeeting	
2. M14	Aaron Thieß	1,64 m
10. MH	Sascha Greshake	1,97 m
17.01.	Hallensportfest	
M14	60 m	
3. Platz	Aaron Thieß	8,79 sec
	60m Hürden	
1.Platz	Aaron Thieß	9,89 sec
	Hochsprung	
1.Platz	Aaron Thieß	1,60m
M12	60 m	
5.Platz	Tarik Schiller	9,27 sec
	Hochsprung	
2.Platz	Tarik Schiller	1,40m
M11	60m	
3.Platz	Henri Stahnke	8,39 sec
	Hochsprung	
1.Platz	Henri Stahnke	1,33m
	Weitsprung	
3.Platz	Henri Stahnke	3,73m
W11	50 m	
7.Platz	Laura Klare	8,15 sec
22.Platz	Greetje Stockhecke	9,25 sec
	Hochsprung	
4.Platz	Malin Bruhns	1,20m
	Weitsprung	
9.Platz	Laura Klare	3,62m
22.Platz	Greetje Stockhecke	3,12m
W10	50 m	
6.Platz	Sarah Strothmann	8,46 sec
	Hochsprung	
2.Platz	Sarah Strothmann	1,05m
	Weitsprung	
9.Platz	Sarah Strothmann	3,17m
M7	Dreikampf	
4.Platz	Till Heienbrok	373 Punkte
	Westfälische Hallenmeister-	
	schaften Dortmund	
	1500m	
3. MU18	Pascal Birke	4:22,22 min
23.01.	SVB Mittelstreckentag	
	800 m	
9. M7	Till Heinbrok	3:36,9 Min.
3. M10	Bjarne Heidner	2:58,6 Min.
1. M14	Neilan Kempmann	2:18,2 Min.
1. W10	Sarah Strothmann	3:12,7 Min.

M7	Dreikampf	
4. Platz	Till Heienbrok	373 Punkte
	Westfälische Hallenmeisterschaften Dortmund	
	1500m	
3. MU18	Pascal Birke	4:22,22 min
23.01.	SVB Mittelstreckentag	
	800 m	
9. M7	Till Heienbrok	3:36,9 Min.
3. M10	Bjarne Heidner	2:58,6 Min.
1. M14	Neilan Kempmann	2:18,2 Min.
1. W10	Sarah Strothmann	3:12,7 Min.
14. W10	Finja Steiniger	3:35,0 Min.
4. W11	Malin Bruhns	2:55,9 Min.
3. W15	Charlotte Lampe	2:54,4 Min.
4. W16	Zora Husmann	2:57,5 Min.

1. M40	Nils Milde	2:01,3 Min.
2. MJU20	Robert Schmidtke	2:08,5 Min.
3. MJU20	Paul Moritz Hundeloh	2:10,5 Min.
	1. Lauf Volksbankcup	
	800 m	
9. M7	Till Heienbrok	3:36,90 Min.
	Laufserie Hamm	
29. M20	Hassimou Barry	42:54 Min.
52. M20	Telly Jallow	53:05 Min.
7. M70	Friedhelm Boschulte	1:00 Std.

Der Marathonläufer absolviert die Schlussrunde im Stadion und springt schließlich auch noch über eine Hürde. "Unglaublich! Einfach unglaublich!" murmelt einer tief beeindruckt immer wieder vor sich hin. Sein Nachbar ist nicht seiner Meinung: "Was heißt hier unglaublich - bei einem solchen Anlauf!"

In der Brigitte ist ein Artikel "Marathon in 5 Monaten" Ich dachte, du wolltest endlich mal unter 2 Std. laufen!

Teilnehmerlimit beim Luisenturm- lauf erreicht

Online/Papieranmeldungen für den Luisenturmlauf am 8. März 2015 sind nicht mehr möglich. Das gilt auch für Nachmeldungen am Veranstaltungstag. Für Läufer, die dennoch nicht auf einen Start verzichten möchten, ist eine Startplatztauschbörse eingerichtet worden. Interessenten können sich über folgenden Link auf einer Warteliste eintragen: <https://adobeformscentral.com/warteliste>



Hilfe,

es ist weit nach Mitternacht und ich durchsuche noch Laufveranstaltungen. Sollte euer Ergebnis (mal) wieder fehlen, nicht schimpfen, sondern sofort das Amt der Ergebnissuche übernehmen.

Im Moment fühle ich mich als Alleinunterhalter der Vereinszeitung, es kommen kaum noch Berichte oder Fotos. Niemand heiratet, von Geburtsanzeigen ganz zu schweigen. Die Auswahl der Titelbilder wird im Zeichen der Fotohandys zunehmend schwieriger. (z.T. schlechte Auflösung) Also, liebe Solbader, werdet in der einen oder anderen Sache tätig und unterstützt mich wieder bei der Erstellung der Solbad Nachrichten.



Hereinspaziert

in unser Café oder auf die Gartenterrasse mit besonderem Ambiente
 - leckere Gebäck- und Lebkuchenspezialitäten
 - ausgesuchte Torten
 - herrlicher Kaffee und herzhaft westfälische Spezialitäten
- Läufer sind herzlich eingeladen

Bei Einkäufen in unserem Hause erhalten LC-Mitglieder bei Vorzeigen der Mitgliedskarte 5%-Rabatt.



Öffnungszeiten des Ladencafés: Montag bis Freitag 08.30 - 18.30 Uhr · Samstag: 08.30 - 13.00 Uhr · Sonntag: 14.00 - 18.00 Uhr
 H. Schulze Ladencafé GmbH, Freistraße 23 in 33829 Borgholzhausen

M
Graf
Metternich
QUELLEN

Natürlich-
GLASKlarer
Genuss!

Reich an wertvollen
Mineralstoffen –
für eine gesundheits-
bewusste Ernährung

viel Magnesium
1 Liter deckt 50%
des Tagesbedarfs

viel Calcium
1 Liter deckt 25%
des Tagesbedarfs

Graf Metternich-Quellen · Karl Schöttker KG
32839 Steinheim-Vinsebeck · Tel. 05233/9405-0

FOR THE
BEHRRWIG

AOK
Die Gesundheitskasse.

**„Nicht nur rund um die Uhr, sondern
auch rund um die Welt versichert.“**

Der AOK-Auslandsreise-Wahltarif – Ihre Krankenversicherung weltweit.
Wir sind da, wenn's drauf ankommt. Deshalb zur AOK NORDWEST.

Gesundheit in besten Händen. www.zur-aok.de

www.C14-bikes.co

**C14 TIME TRIAL "Custom"
Carbon Monocoque**

**C14 Speed Pro "C"
Carbon Monocoque**

Kann ich es mir überhaupt leisten, alt zu werden?

Sprechen
wir über Ihre
Zukunft!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Die Zukunft steckt voller Fragen. Sprechen wir über Ihre und finden wir gemeinsam Antworten. Lassen Sie sich von uns genossenschaftlich beraten:

- persönlich
- fair
- partnerschaftlich

Vereinbaren Sie einen Termin in einer Filiale in Ihrer Nähe, unter 05201 / 181-0 oder auf vb-halle.de



**Volksbank
Borgholzhausen**

Zweigniederlassung der Volksbank Halle/Westf. eG

WIR SIND FÜR P.I.U.M.