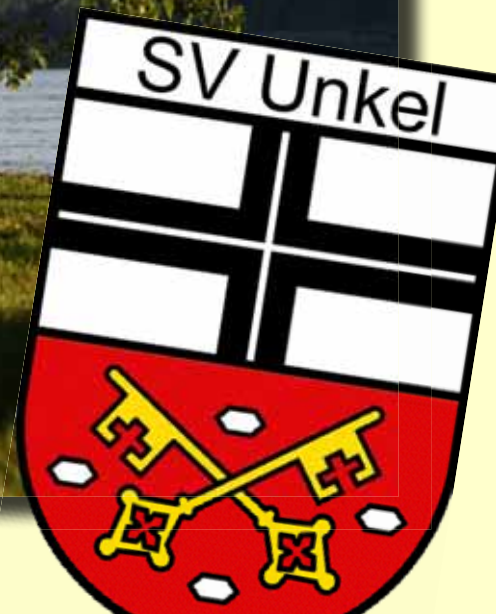


1910 - 2010



Ein Verein in Bewegung
Festschrift

Vorstand und Abteilungen



Die „Führungsrige“ des SV Unkel



Dr. Andreas Bauch

1. Vorsitzender

Aktiv beim Männerturnen; wird auch auf dem Tennisplatz sowie an der Gitarre der Band 17 Inches gesehen.

andreas.bauch@sv-unkel.de



Joachim Johannsen

2. Vorsitzender

Aktiv beim Männerturnen; tanzt gerne mit seiner Frau Stefanie und ist Schullelternsprecher der Grundschule Unkel

joachim.johannsen@sv-unkel.de



Rudolf Weichsel

Geschäftsführer und Hüter der Vereinschronik

Aktiv beim Männerturnen, aber auch mit Gleitschirm und Kajak unterwegs.

rudolf.weichsel@sv-unkel.de



Hermann Profitlich

Kassierer

Aktiv beim Männerturnen, spielt aber auch Tennis und ist mit dem Rad unterwegs.

hermann.profitlich@sv-unkel.de



Brigitte Prax

Pressewartin

Aktiv beim Badminton; zuverlässige Leiterin von Turnieren des Badmintonverbandes Rheinland (und frischgebackene Großmutter!)

brigitte.prax@sv-unkel.de



Günter Bornheim

Schatzmeister

Ehrenmitglied des Vereins

Aktiv beim Männerturnen; schwingt auch Tennis- und Golfschläger.

guenter.bornheim@sv-unkel.de



Die Abteilungen des SV Unkel und ihre Ansprechpartner:

Stehend von links: Rudolf Weichsel (Geschäftsführer), Hans-Willi Korf (Kinder- und Jugendturnen), Karl Hammer (Gymnastik Männer), Dieter Prax (Badminton), Volkmar Regber (Beisitzer), Detlef Stark (Beisitzer), Günter Bornheim (Schatzmeister), Ludwig Conrad (Nordic Walking), Hermann Profitlich (Kassierer) und Joachim Johannsen (2. Vorsitzender).

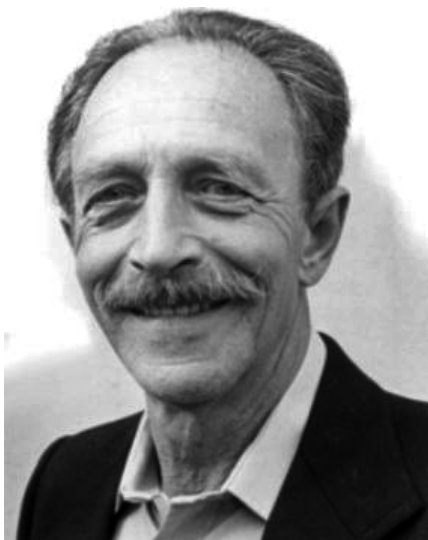
Sitzend von links: Felicita Rinke (Junge Frauen), Dr. Andreas Bauch (1. Vorsitzender), Ingrid Masson (Frauengymnastik) und Brigitte Prax (Pressewartin und Badminton).

Im Bild fehlen Verena Dekreon (Gesundheitssport) und Jakob Wierig (Sozialwart).

Fakten zum SV Unkel:

- Aktuell hat der Verein 281 Mitglieder (Stand 1. Januar 2010).
- 143 davon sind männlich und 138 weiblich
- 76 Mitglieder sind 18 Jahre oder jünger
- 89 Mitglieder sind 61 Jahre oder älter
- Die größte Abteilung ist Badminton mit 124 Mitgliedern
- Die kleinste Abteilung sind die Inaktiven mit 6 Mitgliedern

Mehr Statistiken finden Sie unter www.sv-unkel.de > Abteilungen



Gerd Hirzmann



1955: Pioniere vor dem Netz



Die Mannschaft von 1961



Brigitte Morsbach und Thomas Hagemann, Deutsche Jugend-Vizemeister '75

Die Anfangszeit

Das Spiel mit dem Federball auf der Wiese ist schon seit langer Zeit bei Groß und Klein beliebt. Bereits die Indianer wussten, wie sie sich Spielgeräte für ein Rückschlagspiel fertigen konnten. Englische Offiziere lernten es in Indien als Wettkampfspiel kennen und lieben und brachten es mit nach England, wo es in der Grafschaft Badminton Furore machte. Als bald wurde diese Sportart offiziell und erhielt den Namen „Badminton“. In den 50er Jahren wurde sie auch in Deutschland bekannt, in Beuel etablierte sich der BC Beuel. Hiervon erfuhr von einem Arbeitskollegen auch Gerd Hirzmann, der sich fortan mit einigen Gleichgesinnten sonntags nach dem Hochamt bei sich zu Hause in Unkel am „Alten Turm“ traf, um auf einem planierten Platz mit Originalmaßen und einem provisorischen Netz aus Gardinen eine neue Sportart zu betreiben: das Federballspiel.

Badminton konnte man die Sportart erst nennen, als sie 1961 nach Fertigstellung der Städtischen Turnhalle als wettkampfbetriebene Hallensportart in der neu gegründeten Badmintonabteilung ihren Einzug hielt. Mit den Pionieren Gerd Hirzmann und Reinhold Herrig ging schon bald die Erfolgskurve steil nach oben. Dabei hatten sie jedoch einige Hindernisse zu bewältigen:

- „Dat is ene Poussierverein“ Ein verliebtes Spielerpärchen verriet seine Sportart beim Nachhausegehen nach dem Training durch das Herausgucken der Schläger aus dem Rucksack...
- Sperre nach Kuss während des Trainings

Im sitzamen Unkel waren Liebesbekundungen während des Trainings natürlich nicht gestattet: 6 Wochen Sperre!

- Sport durfte grundsätzlich erst nach dem Besuch der Sonntagsmesse ausgeübt werden. Fand eine Meisterschaft z.B. in Trier statt, so musste man dem Pastor vorher Bescheid geben, sonst drohte ein Tadel von der Kanzel.
- Gewöhnungsbedürftig war auch das Outfit der Mädchen: Sie spielten im kurzen Röckchen und in Tennisschuhen! Badminton war gleichsam das „Tennis des kleinen Mannes“.

Hoch hinaus

Nachdem sich Gerd Hirzmann, Reinhold Herrig, Helmut Fries und Gerd Hülshorst als Abteilungsleiter bewährt hatten, übernahm 1970 Sportlehrer Dieter Prax dieses Amt und ahnte noch nicht, dass er es bis heute innehaben sollte. Er schaute über die Landesgrenzen hinaus, ließ sich zum Trainer ausbilden und bildete als Lehrwart 35 Jahre lang im Badminton-Verband Rheinland und bei den Sportlehrern selber Trainer aus. Wie er engagierte und engagieren sich noch heute viele Unkeler Badmintonspieler in wichtigen Funktionen im Badminton-Verband Rheinland.

Unter Dieter Prax, dem besonders die Jugendarbeit am Herzen lag, erlebte die Abteilung einen Höhenflug, der im Rheinland unerreicht bleiben wird.

Nationale und internationale Kontakte konnten geknüpft werden, die Geselligkeit wurde groß geschrieben und in Unkel wurde ein Turnier etabliert, das überaus beliebt wurde: das „Internationale Ehe-

paarturnier“ mit bis zu 80 Ehepaaren aus ganz Europa. Der Name Unkel wurde durch die Badmintonsportler in die Welt getragen.

Der SV Unkel löste Ende der 60er Jahre den PSV Bad Kreuznach in der Vormachtstellung im Rheinland ab und gab sie bis heute nicht mehr her. 1972 gelang dann endlich der Aufstieg in die Oberliga, der damals zweithöchsten deutschen Spielklasse. Nun gesellten sich auch auswärtige Spitzenspieler zu uns, so dass in den 80er Jahren sogar der Aufstieg in die 2. Bundesliga gelingen sollte, welcher der SV Unkel mehrere Jahre angehörte. Auch später als BSG Unkel-Linz durfte man in der 2. Liga spielen. Obwohl die Unkeler Halle nicht die für überregionale Spiele geforderte Hallenhöhe von 7 m aufwies, fand sich immer eine Lösung in der Umgebung durch hilfsbereite Sportler der Nachbarvereine.

1975 holte Mechtild Hagemann als erste Unkelerin einen deutschen Meistertitel in der Schülerklasse, dem bis heute noch 31 weitere Titel für UnkelerInnen folgen sollten.

Gegenwart und Zukunft

Leider geht der Zeitgeist auch an der Badmintonabteilung nicht spurlos vorüber. Die fehlende hohe Halle und der berufsbedingte Weggang einiger Leistungsträger ließ uns nach neuen Möglichkeiten zur Fortsetzung des Leistungssportes suchen.

2000 verbündeten sich die Unkeler Badmintonspieler mit den ehemaligen Konkurrenten aus Linz, um nach dem Motto „Gemeinsam sind wir stark“ als BSG Unkel-Linz zusammenzugehen. Bisher konnten Krisen in der BSG stets überwunden werden, so dass in diesem Jahr schon das 10-jährige Bestehen gefeiert werden kann. So kommt es, dass sie im Mannschafts- sowie im Individualsport immer noch die Spitzenposition im Rheinland einnimmt.

Im Vordergrund steht jedoch wie in all den fast 5 Jahrzehnten eine gute Jugendarbeit. Immerhin sind genau 50 % der Mitglieder der Badmintonabteilung Kinder und Jugendliche!



Oberliga-Team 1977/78



2. Bundesliga 1990



U11-Meister 2010



Mechtild Hagemann, verh. Künstler, die erfolgreichste Spielerin des SV Unkel





Hängebrücke und Mutsprung
- zwei Stationen bei Monte Awari



Ferienfreizeit



Thushara mit Familie

Soziales Engagement

Mit der Durchführung von Spielen, Turnieren und anderen Aktivitäten wurden respektable finanzielle Erlöse an soziale Einrichtungen gespendet wie die Kinder-Herzstation in Sankt Augustin und an den Förderverein Unkeler Schwimmbad. Nanda, ein gelähmter Sportler aus Sri Lanka, erhielt einen Rolli.

„MONTE AWARI“ erfreut seit Jahrzehnten die Kinder, der Erlös kam sozialen Einrichtungen zugute. Die Halle wurde dabei in einen Abenteuerspielplatz verwandelt.

Schon dreimal gab es die beliebte SV Unkel-Ferienfreizeit in Erpel. Eine Woche lang werden in den Sommerferien rund 25 Kinder zwischen 9 bis 16 Uhr von Trainern und Sportlehrern betreut. Dabei lernen sie viele neue Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten kennen.

Eine Freundschaft fürs Leben ... mit den Sportlern aus Sri Lanka: Seit 1993 besteht eine enge Freundschaft zu Sportlern aus Sri Lanka. Durch ihren jahrelangen Einsatz in unseren Mannschaften dürfen sie sich inzwischen schon „Badmintondeutsche“ nennen.

Die größte Herausforderung jedoch war die Tsunami-Hilfe im Winter 2004/2005.

Für uns war es selbstverständlich, nach Möglichkeiten der Hilfe zu suchen. Die damalige Vorsitzende des SV Unkel, Gisela Stahl, wurde von Mitgliedern der Badmintonabteilung hierbei maßgeblich unterstützt. Mehr dazu lesen Sie in ihrem Augenzeugenbericht.

Pflege des Brauchtums

Häufig nahmen Sportler des SV Unkel – insbesondere die Badmintonspieler – an Karnevals- und Winzerumzügen teil. Bilder vom Karneval 1969 sind ebenso in Er-



Karneval 1969

Zielgruppe:	Kinder ab 7 Jahre, die Spaß an der Bewegung haben; Jugendliche ab 10 Jahre, die entweder Breitensport oder Leistungssport in einer vielseitigen Sportart ausüben wollen, sowie Erwachsene jeder Altersstufe, die Bewegung und Geselligkeit lieben.
Trainingszeiten:	Montag 17 - 18.45 Uhr, Realschul-Turnhalle Unkel Mittwoch 18 - 22 Uhr, Realschul-Turnhalle Unkel Donnerstag 19 - 22 Uhr Linz (BSG-Mannschaftstraining) Freitag 17 - 22 Uhr, Realschul-Turnhalle Unkel
In der Umbauzeit bitte Änderungen beachten unter	www.badminton-unkel.de .
Kontakt:	Dieter Prax, Winzerstr. 17, 53579 Erpel Tel. 02644 807263, E-Mail FamPrax@t-online.de Gute Erreichbarkeit zwischen 16 und 18 Uhr

innerung geblieben wie das Motto „Bio statt EPO“ von 2007. 2009 wiesen die Sportler im Winzerzug auf ihr baldiges Jubiläum hin.

Statistisches

- von 1975 bis 2009 erspielten sich Spieler des SV Unkel 32 Titel
- am erfolgreichsten war Mechtild Künstler geb. Hagemann mit Titeln in allen Altersklassen
- Drei Familienmitglieder der Familie Hagemann (Mechtild, Thomas und Brigitte) kamen zu höchsten Meisterehren
- Drei Familienmitglieder der Familie Prax (Franziska, Brigitte und Dieter) kamen zu höchsten Meisterehren
- Nationalspieler wurden Mechtild Hagemann (Jugend und Aktive), Uli Morsbach (Jugend), Fernando Poyatos (Jugend), Franziska (Jugend), Brigitte und Dieter Prax (Senioren)
- Franziska Prax wurde als zweifache Deutsche Juniorenmeisterin mit über 1.800 Stimmen zur „Sportlerin des Jahres 2002“ von WWTV gewählt!



Beim Unkeler Winzerfest 2007



Die 1. Mannschaft der BSG 2009/2010



Seit vielen Jahren
die „Eltern des Erfolges“:

Brigitte und Dieter Prax



Fernando Poyatos - zweifacher Deutscher Jugendmeister



Franziska Prax- zweifache Deutsche Juniorenmeisterin



Größter Erfolg: die Praxens werden 2006 Vize-Europameister im Mixed bei O 55

Erfolge auf höchster Ebene

Die Unkeler Talentschmiede unter Trainer Dieter Prax brachte viele Deutsche Meistertitel in die Rotweinstadt am Rhein:

1975	Mechtild Hagemann	U 14	Mädchendoppel mit Sigrid Bleymehl
1976	Thomas Hagemann	U 18	Mixed mit Angelika Walter
1978	Mechtild Hagemann	U 18	Mädcheneinzel
1979	Mechtild Hagemann	U 18	Mädchendoppel mit Dorett Hökel
1981	Mechtild Hagemann	Junioren	Mixed mit Thomas Künstler
1982	Mechtild Hagemann	Junioren	Damendoppel mit Gabin Simon
1983	Mechtild Hagemann	Junioren	Mixed mit Thomas Künstler
1985	Mechtild Hagemann	Aktive	Damendoppel mit Cathrin Hoppe
1986	Mechtild Hagemann	Aktive	Mixed mit Stefan Frey
	Fernando Poyatos	U 16	Jungeneinzel
1988	Fernando Poyatos	U 18	Mixed mit Angelika Funke
1989	Brigitte & Dieter Prax	O 40	Mixed
1993	Brigitte Prax	O 40	Damendoppel mit Brigitte Wolters
1994	Mechtild Künstler	O 32	Damendoppel mit Sigrid Bleymehl
		O 32	Mixed mit Stefan Frey
1995	Mechtild Künstler	O 32	Mixed mit Stefan Frey
1996	Brigitte Prax	O 45	Damendoppel mit Monika Regineri
1998	Brigitte Prax	O 45	Damendoppel mit Monika Regineri
	Brigitte & Dieter Prax	O 45	Mixed
1999	Franziska Prax	Junioren	Damendoppel mit Sonja Martenstein
	Brigitte Prax	O 45	Damendoppel mit Monika Regineri
	Dieter Prax	O 50	Herrendoppel mit Günter Kreuder
2000	Brigitte Prax	O 50	Damendoppel mit Monika Regineri
	Brigitte & Dieter Prax	O 50	Mixed
2001	Franziska Prax	Junioren	Damendoppel mit Sonja Martenstein
	Dieter Prax	O 50	Herrendoppel mit Günter Kreuder
2002	Brigitte Prax	O 50	Damendoppel mit Monika Regineri
	Dieter Prax	O 55	Herrendoppel mit Dirk Fratzer
2004	Brigitte Prax	O 55	Damendoppel mit Monika Regineri
	Dieter Prax	O 55	Herrendoppel mit Dirk Fratzer
2005	Brigitte Prax	O 55	Damendoppel mit Monika Regineri
2007	Brigitte Prax	O 55	Damendoppel mit Monika Regineri
2008	Dieter Prax	O 60	Mixed mit Elvira Richter

Teilnehmer an Europa- und Weltmeisterschaften waren u.a. Mechtild Hagemann, Uli Morsbach, Fernando Poyatos sowie Brigitte und Dieter Prax. Dabei ragen die folgenden Ergebnisse heraus:

2006	Dieter & Brigitte Prax	O 55	Vize-Europameister im Mixed
2007	Dieter & Brigitte Prax	O 40-O 55	Vize-Europameister Mannschaft
2009	Brigitte Prax	O 55	5. bei WM im Doppel

Hinzu kamen noch viele Podestplätze bei Deutschen Meisterschaften dieser und anderer Spieler des SV Unkel.



DAS WELTREKORD RACKET!

WELTREKORD-GESCHWINDIGKEIT
421 km/h*

*Daten von nac Image Technology Inc. (getestet am 26. September 2009)

Mit dem **ARCSABER Z-SLASH** hat YONEX ein Racket geschaffen, das die Grenzen im Hochgeschwindigkeits-Badminton neu definiert. In einem Racket-Speedtest wurde bei einem Smash die nahezu unfassbare Weltrekord-Geschwindigkeit eines Federballes mit 421 km/h gemessen!

Im ARCSABER Z-SLASH werden die besten YONEX-Technologien so kombiniert, dass jeder Spieler das maximale Potential aus sich und dem Schläger herausholen kann.

Wenn auch Sie Ihre Grenzen für Hochgeschwindigkeits-Smashes neu definieren möchten, dann spielen Sie jetzt das überragende Topmodell aus der ARCSABER-Serie: Den Z-SLASH!

 **NANOSCIENCE**

 **CARBON NANOTUBE**

ARCSABER Z-SLASH

www.yonex.de



YONEX GMBH • D - 47877 Willich • Tel. 0 21 54 / 9 18 60 • Fax 0 21 54 / 91 86 99 • e-mail: info@yonex.de





Abteilungsleiterin Irmgard Masson

Im September 1961 baten Unkel-Frauen, angeführt von Erika Schmitz, den damaligen Bürgermeister Daniel Vollmer um Erlaubnis, die städtische Turnhalle benutzen zu dürfen, um „dem Bewegungsmangel entgegen zu treten“. Im Januar 1962 konnte unter Leitung der allseits beliebten, leider inzwischen verstorbenen Sportlehrerin Marianne Stratmann mit der Gymnastik begonnen werden.

Es waren am Anfang nicht ganz zwanzig Frauen, die sich einmal in der Woche zu zwei Übungsstunden in der Turnhalle einfanden, und zwar, „abgestimmt auf den Körper der Frau“, wie es damals hieß, nur zu gymnastischen Übungen und nicht zum Geräteturnen. Unsere Gruppe war zunächst selbstständig und bezahlte eine Benutzungsgebühr für die Halle direkt an die Stadt Unkel. Im Mai 1962 vollzogen wir den Anschluss an den Sportverein Unkel und haben dies bis heute nicht bereut. Marianne Stratmann leitete die Gruppe bis 1965, dann mußte sie zu ihrem und unserem Leidwesen ihr Amt aus gesundheitlichen Gründen aufgeben.

Nachfolgerin wurde Erika Schmitz, die in dieser Eigenschaft dann bis 1973 tätig war - ebenso engagiert und erfolgreich wie ihre Vorgängerin. Seit 1973 bis heute ist Irmgard Masson Abteilungsleiterin und Cilli Wierig Übungsleiterin.

Das Grundrezept ist all die Jahre ähnlich geblieben: Wir benutzen außer Reifen, Keulen, Klanghölzern, Seilchen und Bällen nur wenige Geräte. Durch Gymnastik möchten wir neue Lebensfreude schaffen. Gymnastik dient uns auch als Ausgleich und hilft Verkrampfungen durch richtige Bewegung vermeiden, sorgt für bessere Haltung und trägt zur Entspannung bei. Sie ist im übrigen ein gutes Vorbereitungstraining für diejenigen Frauen, die die Bedingungen für das Sportabzeichen erfüllen möchten.

Wir tanzen auch, denn Tanzen fördert die Durchblutung. Daneben haben wir Yoga-Übungen in unserem Programm. Zur Erläuterung sei gesagt, dass Hatha-Yoga (Yoga für Jeden) sich zum Beispiel mit Atemtechnik und körperlichen Übungen zur Gesunderhaltung der Organe befasst.



Neben den sportlichen Belangen kommt das Gesellige nie zu kurz. Vielen ist noch heute die Übernahme des Küchen-Standes beim 75-jährigen Jubiläum des SV Unkel in Erinnerung oder die Teilnahme an der 1100-Jahr-Feier der Stadt Unkel, wovon das große Foto unten zeugt.

Neben dem traditionellen Heringsessen sowie Tag- und Nachtwanderungen unternahmen wir viele Ausflüge per Bus, Bahn und Schiff. So nahmen wir an einem Rittermahl in der Marksburg teil, besuchten das Renaissance-Schloß Weilburg, das Schloß Drachenburg, die Burg Schnellenberg (bei Attendorn), das Schloß Arenfels, Schloß Drachenburg oder Schloß Braunfels an der Lahn. Die Gruppe besuchte die Edelsteinschleiferei in Manderscheid, den Windsbornkratersee in 519 m Höhe auf dem Mosenberg,



das Handweberdorf Rupperath, das „Hänneschen Theater“ in Köln, das Volkstheater Millowitsch, die lebende Krippenaufführung in der Burg Monschau, den WDR in Köln, das Gästehaus Petersberg, das Casino in Bad Neuenahr, die Sektkellerei Deinhard und immer wieder Führungen durch die Sehenswürdigkeiten der Stadt Köln. Dann aber fand man uns auch in der „Holsteins Mühle“ in Wiehl an der Oberbergischen Kaffeetafel und in Wülfrath bei der Niederbergischen Kaffeetafel.

Im Mai 1987 feierten wir im Gasthaus „Unkeler Hof“ das 25-jährige Bestehen unserer Frauengymnastikgruppe, im Mai 2002 das 40-jährige Bestehen im Unkeler Gasthaus „Zur Traube“.



Viele Ereignisse und Anekdoten sind uns in Erinnerung geblieben. So etwa, als bei einer Wanderung zur Erpeler Ley - der Kaffeeklatsch an Weiberfastnacht war wegen des Golfkrieges ausgefallen - eine Teilnehmerin sich auf vereistem Weg im Wasser des Hähnerbachs wiederfand. Unter großem Hallo wurde eine „Spanische Wand“ gebildet und eine andere Teilnehmerin spendete ihre doppelte Strumpfhose, so dass alle trocken die Wanderung fortsetzen konnten.

Im Hause Adenauer in Rhöndorf genossen wir einmal das Privileg, die Plätzchen aufessen zu dürfen, die der Adenauer-Clan am 2. Weihnachtstag übriggelassen hatte. Resi Schlieff („Miss Adenauer“) hatte

die Frauengymnastikgruppe zur Besichtigung der Adenauer-Krippe eingeladen und lud uns anschließend zu einer Tasse Kaffee ein.



Karneval 1985

Wir fuhren immer wieder einmal nach Köln zu Krippenrundgängen unter Führung von Frau Slomka (die Mutter von ZDF-Moderatorin Marietta Slomka). Bei einer Führung in der kleinen Kirche in der Schildergasse sollten wir auf ausdrücklichen Hinweis von Frau Slomka nicht rechts in die Schildergasse, sondern links herumgehen. Als die Teilnehmer nachgezählt

wurden fehlte eine - Elisabeth Noll, unser jetziges Ehrenmitglied. Wir haben sie erst am Abend wieder getroffen, weil sie sich erinnerte, dass wir am Schluss der Führung in den Kölner Dom gehen wollten. Der Abteilungsleiterin fiel ein Stein vom Herzen: Sie hatte den ganzen Nachmittag Magenschmerzen, bis die Verschollene wieder auftauchte.

Bei einer anderen Führung „Brunnen und Skulpturen“ war Elisabeth Noll bereits vor der Führung verschwunden. Man suchte und fand sie in der Porzellanausstellung im „Blau-Gold“-Haus. Von dieser Zeit an fragte Frau Slomka immer nach, ob Elisabeth Noll dabei wäre!

Ein Jubiläum ist immer Anlass festzustellen, wie schnell doch die Zeit vergangen ist. Wir haben all die Jahre viel Freude zusammen gehabt und freuen uns darauf, das dies auch in Zukunft so sein wird!

Zielgruppe:	Frauen zwischen 25 und 95 Jahren, die Gymnastik nach Musik, mit Bällen, Keulen, Lastic- Bändern – kein Geräteturnen – als Ausgleichssport nutzen.
Trainingszeiten:	Mittwoch, 19 Uhr in der Unkel Grundschulturnhalle <i>In der Umbauzeit bitte Orts- und Zeitänderungen beachten!</i>
Kontakt:	Irmgard Masson, Bruchhausener Straße 10, 53572 Unkel Tel. 02224 28 51 (gute Erreichbarkeit nach 18 Uhr)



Gaststätte

Om Maat

Erpel am Rhein

Familie Wolf
Marktplatz 6
53579 Erpel
02644/ 2495
www.om-maat.de
Dienstag Ruhetag



Abteilungsleiterin Verena Dekreon

Die Bedeutung des Sports in der Rehabilitation und Prävention wächst immer weiter und immer mehr Menschen suchen Angebote, die über den allgemein gesundheitsfördernden Aspekt des Sports hinausgehen. Der Vorstand des SV Unkel nutzte die Chance, als sich Diplomsporthlehrerin Birgit Buchloh aus Unkel hierfür anbot.

Am 20. Juni 2000 gab es eine Informationsveranstaltung zur Gründung einer Herzsportgruppe im SV Unkel als selbstständige Abteilung, die dann am 6. September 2000 in der Golfklausur „Küppers“ vollzogen wurde. Der Ersten Vorsitzenden Gisela Stahl, unterstützt von Geschäftsführer Jakob Wierig und Schatzmeister Günter Bornheim, gelang es in Zusammenarbeit mit Birgit Buchloh als zukünftiger Übungsleiterin, die Voraussetzungen zu schaffen und zu finanzieren, damit die Übungsabende tatsächlich stattfinden konnten.

Dazu wurden Gespräche mit dem Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen in Rheinland-Pfalz und den Ärzten im Raum Unkel geführt.

An jedem Übungsabend muss ein Arzt anwesend sein, um im eventuellen Notfall ärztliche Betreuung gewähren zu können. Für eine 90 Minuten dauernde Übungsstunde muss ein Notkoffer mit Defibrillator und ein Reanimationsgerät vorgehalten werden, welche seinerzeit ca. 9.800 Euro kosteten und mit Zuschüssen vom Landesverband, vom Sportbund und besonders mit Spenden des Unkelers Apothekers Thomas Wierig sowie ca. 1.500 € private Spenden finanziert werden konnte.

Der wöchentliche Sportabend fand dienstags von 18.45 Uhr bis 20.15 Uhr in der Turnhalle der Unkelers Stefan-Andres Schule statt. Die Nachfrage war sehr groß. Teilweise gab es einen Aufnahmestopp, da nicht mehr als 20 Teilnehmer an einer Übungsstunde teilnehmen sollten. Problematischer war es dagegen, Ärzte zu finden, die bereit waren, regelmäßig einmal wöchentlich die Sportgruppe zu betreuen - der GA berichtete darüber.

Nach acht Jahren erfolgreicher Arbeit ohne jeden medizinischen Zwischenfall schied Birgit Buch-

loh Ende 2008 aus persönlichen Gründen aus der Übungsleitung aus. Erschwerend war noch, dass zur gleichen Zeit kein Arzt mehr gewonnen werden konnte, der die Sportabende der Ambulante Herzsportgruppe begleiten wollte.

Die Wirbelsäulen-Gymnastik-Gruppe war das zweite Standbein der Gesundheitssport-Abteilung, die ebenfalls von Birgit Buchloh geleitet wurde. Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Verspannungen etc. können durch gezieltes und ausgewogenes Training gelindert, zum Teil sogar behoben werden. Hier geht es um die Kräftigung der Bauch- und Rückenmuskulatur sowie um ein Dehnen der verkürzten Muskulatur und vor allem um Spaß und Freude an der Bewegung. Sport und Bewegung in der Krebsnachsorge war ein drittes Betätigungsfeld in der Abteilung Gesundheitssport.

Nach dem Ausscheiden von Birgit Buchloh musste eine neue Leiterin gewonnen werden, um die Sportabende zu retten. Anfang Mai 2009 übernahm dann die neue Übungsleiterin Verena Dekreon die



Abteilung Gesundheitssport mit den Schwerpunkten Allgemeiner Gesundheitssport und spezielles Wirbelsäulen-Training.



Der 2010 laufende Umbau der Sportstätte bringt noch einige Unruhen mit sich. Um die sportlichen Aktivitäten nicht ausfallen lassen zu müssen, wurde der Sportbetrieb in einer Übergangsregelung in den Gemeinschaftsraum der evangelischen Kirche in Rheinbreitbach verlegt. Für diesen Zeitraum wurden die beiden Gruppen zusammgelegt. Der Übungsabend findet vorerst am Dienstag von 19 bis 20.30 Uhr statt.

Zielgruppe:
Allgemeiner Gesundheitssport

Sportinhalt: In einer Übungsstunde erlernen wir kleine Spiele, die Bewegung fördern und das Gedächtnis anregen. Wir nehmen Rücksicht auf jeden Teilnehmer durch entsprechende Übungen. Wir arbeiten mit Bällen, Bändern, Ringen und vielen anderen Kleingeräten. Mit viel Spaß fördern wir Kondition und Ausdauer.

Am Ende einer Stunde dehnen wir die Muskulatur und stärken das Herz-Kreislauf-System.

Zielgruppe:
Wirbelsäulengymnastik

Sportinhalt: Bei der Wirbelsäulengymnastik trainieren wir unsere Rückenmuskulatur und stärken so den Rücken. Nachdem wir uns mit kleinen Spielen aufgewärmt haben, führen wir Übungen auf den Matten durch. Dabei stärken wir nicht nur den Rücken, sondern auch alle anderen Bewegungsorgane. In einer Übungsstunde arbeiten wir mit Kleingeräten wie Theraband, Sandsäckchen, Igelbällen und vielem mehr. Am Ende einer Übungsstunde dehnen wir die Muskulatur.

Kontakt: Übungsleiterin Verena Dekreon
Asbergstraße 5, 53572 Unkel
Tel. 02224 74085

Die Notfall-Ausrüstung ist immer griffbereit

REHABILITATION Seit Oktober trainieren 20 Herz- und Kreislafpatienten in der ersten ambulanten Herzsportgruppe in Unkel. Bei der Betreuung durch Ärzte herrscht „Not am Mann“

Von **Horst-Dieter Küsters**

UNKEL. Konzentriert bewegen sich die 18 Sportler in der Unkelner Turnhalle zur Musik, arbeiten mit Reifen oder Bällen – je nach den Übungsanleitungen von Birgitt Buchloh. Auf den ersten Blick unterscheiden sie sich nicht von einer der vielen Gymnastikgruppen für Senioren. Wenn nicht immer wieder einer von ihnen die Übungen unterbrechen würde, um sich den Blutdruck messen zu lassen. Der Grund: An diesem Abend gehört die Halle für eineinhalb Stunden der „ambulanten Herzsportgruppe“ im SV Unkel.

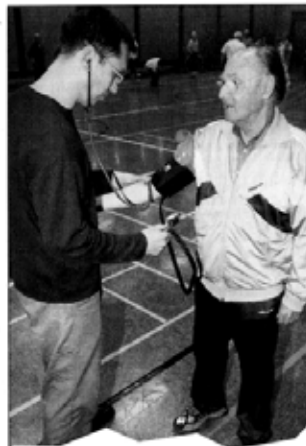
Lange Warteliste

„Vor rund einem Jahr kam mir auf Anfrage einiger Bürger die Idee, in Unkel eine ambulante Herzsportgruppe zu gründen“, sagt Buchloh, Sportlehrerin und Therapeutin mit der Sonderausbildung „Koronarsport“. Schließlich waren in Linz und Bad Honnef in vergleichbaren Gruppen keine Plätze mehr frei. Auch in Unkel und Umgebung bestand eine größere Nachfrage, als auf den ersten Blick ersichtlich war. Mit zehn Mitgliedern startete die Gruppe im Oktober vergangenen Jahres. Heute besteht sie aus 20 Mitgliedern. Die Warteliste wird immer länger.

Rund neun
Jahre
alt



Schonende Gymnastik hilft den Herz- und Kreislafpatienten. (Foto links). Der Arzt kontrolliert unterdessen...



„Zu Beginn, wurde die Gruppe von vier Doktoren betreut, die sich die Abende aufteilen konnten. Jetzt steht uns nur noch der Rheinbreitbacher Arzt Peter Schmitz zur Verfügung“, sagt Buchloh.

Nachdem zwei junge Ärzte von außerhalb die Gruppe verlassen hätten, sei es darauf auch noch der Bundesjugendwart Jörg Emmel abkommandiert worden. „Im wahrsten Sinne des Wortes ist hier Not“, glaubt auch Schmitz: „Unsere ärztliche Kontrolle zur ärztlichen Kontrolle zur ärztlichen Kontrolle der organisatorischen Kontrolle kann er so nicht leisten.“ „Kontinuierlich“, aber nicht „belastbar“, weiß Belastbar.

KUR-APOTHEKE

Thomas Wierig

Apotheker für Offizinpharmazie

Frankfurter Straße 28 · 53572 Unkel

Telefon 02224/3313 · Telefax 02224/70473

kur-apotheke-unkel@freenet.de

Jetzt mit Parkplatz hinter dem Haus!



Dauerthema Ärztemangel: Der Bonner Generalanzeiger berichtet im April 2001 über die Herzsportgruppe des SV



Abteilungsleiter Karl Hammer

Am 3. Dezember 1963 gründete Karl Hammer mit seinen Freunden Karl Korf, Heinrich Heß, Erich Schwarz, Walter Sieberts, Heinz Ickstadt, Erich Korf und Manfred Flor die Abteilung „Ski“ des SV Unkel, die sich später wegen ihrer sportlichen Inhalte in „Turnen und Gymnastik“ umbenannte.

Nun ist das genau 47 Jahre her und noch immer heißt der Leiter Karl Hammer. Seine „Jungs“ haben ihm all die Jahre die Treue gehalten. Die Abteilung wuchs langsam, aber stetig auf 46 Mitglieder und feiert ihr 47 jähriges Jubiläum getreu dem Motto „So leben wir, so leben wir alle Tage“, dem Titel eines Liedes, das gerne zur Abteilungsfeier in der Weihnachtszeit, aber auch zu vielen anderen Anlässen angestimmt wird.

Ansonsten steht der vielseitige Übungsbetrieb im Vordergrund, bei dem durch die Kombination der folgenden Übungselemente Beweglichkeit, Ausdauer und Schnelligkeit geschult werden:

- Gymnastik mit und ohne Gerät (Kondition, Wirbelsäule und Gelenke)
- Turnübungen an Klein- und Großgeräten
- allgemeine Spiele,
- Hallenfußball zum Aufwärmen und
- Volleyball am Ende der Übungsstunde.

Danach wird noch gemeinschaftlich eine „sportliche Runde“ in der ortsansässigen Gastronomie eingelegt.

Jede Menge Gegenwert also für einen Jahresbeitrag von 50 €!

Auch wenn etliche Teilnehmer seit langen Jahren der Gruppe angehören, sind doch immer wieder auch neue Gesichter dazu gekommen - und geblieben. So hat mancher, der neu nach Unkel gekommen ist, hier auch seine Wurzeln geschlagen. Die bunte Mischung, so meinen viele, macht die Stärke unserer Gruppe aus.



Zur Verbundenheit trägt auch bei, dass nicht nur der Sport am Freitag dazu gehört, sondern auch weitere Freizeit-Aktivitäten im Jahresprogramm:

- Jährlich eine ausgedehnte Tageswanderungen von 15 bis 25 km an Rhein, Mosel, Lahn, Eifel oder im Hohen Venn
- Eine ausgedehnte Tageswanderung mit „unseren lieben Frauen“ in der Umgebung von Unkel
- Der Erwerb des Deutschen Sportabzeichens von durchschnittlich 15 Mitgliedern in Gold und Silber
- Seit 19 Jahren wird auch die Herausforderung des Bayerischen Sport-Leistungsabzeichens von ca. 15 Mitgliedern erfolgreich angenommen

- Jährlich (seit nunmehr 18 Jahren) eine mehrtägige Bootsfahrt mit dem Zehner-Canadier „Unkelstein“ des KCU auf Rhein, Main, Lahn, Weser, Neckar, Maas, Saale, Unstrut oder Saone, um schöne Flusslandschaften hautnah zu erleben
- Eine Nachtwanderung zwischen Weihnachten und Neujahr rund um Unkel und durch das Siebengebirge.

Bedingt durch die Hallengröße und die Vielzahl der Teilnehmer an den Übungsstunden ist das Wachsen der Abteilung begrenzt. Dennoch freuen wir uns natürlich sehr über neue Interessenten.



Zielgruppe: Herren ab 30, die Beweglichkeit, Ausdauer und Schnelligkeit schulen möchten und Spaß an Geselligkeit haben

Trainingszeiten: Freitag, 19 - 22 Uhr in der Turnhalle der Grundschule Unkel (*Änderungen in der Umbauzeit!*)

Kontakt: Karl Hammer, Im Winkel 7a, 53572 Unkel
Tel. 02224 74676, gute Erreichbarkeit nach 18 Uhr
Hans-Willi Korf, Tel. 02224 72122
Hermann Profitlich, Tel. 02224 71113





Abteilungsleiterin Felicitas Rinke

Begonnen hat alles im Jahre 1981. Sportlerinnen aus der Turngruppe von Franz Hirzmann gründeten mit einigen anderen jungen Frauen eine neue Abteilung: „Junge Frauen“. Eva Juhre war die Übungsleiterin und Abteilungsleiterin der ersten Stunde.

Jung und dynamisch ging sie ans Werk. Kasten, Ringe, Schwebeläufen, nichts war den neuen „Jungen Frauen“ zu hoch, zu weit oder zu schwierig, begeistert wurden Brennball, Prellball und Völkerball gespielt. Unterstützung fand Eva Juhre in Gerdi Bollinger, die sich um die Finanzen der Abteilung kümmerte. Fünf Jahre gingen ins Land und die Abteilung wurde immer größer. 1986 verließ uns Eva Juhre, eine neue Übungsleiterin musste gefunden werden.

Gabi Hafen hieß die neue Übungsleiterin der „Jungen Frauen“. Unter ihrer Anleitung war weiterhin Turnen an Ringen und Kasten angesagt, aber mehr und mehr fanden wir Gefallen an Gymnastik, Aerobic und Ballspielen, insbesondere Volleyball. Die Aufgaben der Abteilungsleitung übernahm Waltraud Salz. Sie besuchte die Vereinssitzungen des SV Unkel und berichtete uns von den Zu-

sammenkünften. Leider musste uns Waltraud im nächsten Jahr schon verlassen, somit war die Stelle der Abteilungsleiterin wieder vakant.

Dieses Mal hatten wir großes Glück, denn Felicitas Rinke stieß zu uns in die Abteilung und übernahm sofort den Abteilungsvorsitz, den sie bis heute innehat. Kassiererin war und ist immer noch Gerdi Bollinger. 1990 mussten wir uns bei der Übungsdurchführung einiges einfallen lassen, war doch unsere Gabi schwanger geworden. Bis zu guter Letzt hüpfte und turnte sie mit uns im gleichen Takt. Im Mai/Juni 1990 ließ sie sich dann von Pia Muß als Übungsleiterin vertreten. Nach den Sommerferien kam Gabi Hafen wieder zu uns zurück und wechselte sich in der Übungsleitung bis Ende Dezember mit Felicitas Rinke ab. Gabi Hafen musste uns 1992 endgültig verlassen, da sie mit ihrer Familie in eine andere Stadt zog.





Übungen des „Pilates“ wieder zur Anwendung. Bettina Heynen bringt uns durch ihre ständigen Fortbildungen auf den neuesten Stand der Pilates-/ Aerobic-Übungen. Um die Übungen zu intensivieren, arbeitet sie mit dem Flexibar und elastischen Bändern.



Nun war großes Rätselraten angesagt, wer würde unsere Abteilung als Übungsleiterin übernehmen? Nach langen Überredungskünsten von unserer Abteilungsleiterin Felicitas Rinke konnten wir unseren ersten „Mann“ in der Abteilung begrüßen - Burkhard Gruß. Anfangs etwas schüchtern, hat er sich doch recht schnell in die muntere, bunte Truppe eingefügt. Im März 1995 hieß es für uns wieder einmal Abschied nehmen: Burkhard Gruß verließ uns zu unserem großen Bedauern aus beruflichen Gründen.



Der zweigeteilte Ablauf unseres Sportabends sieht wie folgt aus:

- **Gymnastikstunde:**
Nach einer 20-30 minütigen Aufwärmphase mit Aerobic-Schritten wenden wir uns unserer Muskulatur zu.

Hauptaugenmerk liegt dabei auf der rückschonenden Ausführung aller Übungen. Kleinste Muskeln und Sehnen werden angespannt und entspannt. Gegen 21 Uhr liegen wir dann alle ruhig und entspannt auf unseren Matten und lauschen der Meditationsmusik.



- **Volleyballstunde:**
In der Sporteinheit finden wir uns zu einer vergnüglichen Stunde Volleyball zusammen, bei der der Spielspaß im Vordergrund steht. Vor dem eigentlichen Spiel beginnen wir mit kurzem Einspielen. Bei den unterschiedlichen Spielstärken der einzelnen Spielerinnen kommt es uns weniger auf perfekte Spielzüge als auf das gemeinsame Spiel an. Spaß pur!



Wieder hatten wir großes Glück, dass Rita Winter, Nachfolgerin von Burkhard, als neue Übungsleiterin die „Jungen Frauen“ übernahm. Mit viel Power und Elan ging sie ans Werk und hat uns mit vielen tollen Aerobic-Schritten fit gehalten. Fast fünf Jahre blieb Rita Winter uns erhalten. Dann musste auch sie uns verlassen, jedoch nicht ohne uns eine Nachfolgerin zu präsentieren.

Bettina Heynen heißt bis heute die Übungsleiterin, die uns jetzt in Schwung hält. Neben den flotteren Aerobic-Schritten mit Musik, kamen jetzt auch die altbewährten

Außerhalb unserer Sportabende kommt auch die Geselligkeit bei uns nicht zu kurz. Legendar sind unsere Fahrradtouren, Weihnachtsfeiern und insbesondere unsere internen Weihnachtsfeiern. Auch Theaterbesuche standen schon einige Male auf unserem kulturellen Programm.

All die vielen Veränderungen im Laufe der Jahre hat die Abteilung „Junge Frauen“ mit fast immer gleichem Mitgliederstand überstanden. Immer wieder kamen und gingen die „Jungen Frauen“, doch eines hatte immer Bestand: Zusammenhalt - und alle wurden und werden immer herzlich aufgenommen.

Zielgruppe:	Frauen, die Spaß und Freude an der Bewegung haben
Trainingszeiten:	Dienstag, 20 - 22 Uhr
Kontakt:	Felicitas Rinke, Drachenfelsstr. 18, 53572 Unkel Tel. 02224 4042 (gute Erreichbarkeit nach 18 Uhr)

Kinder- und Jugendturnen

Kinder- und Jugendturnen



Abteilungsleiter Hans-Willi Korf

Bereits kurz nach der Gründung des Vereins wurde unter Josef Hirzmann auch eine Jugendturngruppe gebildet. Am Anfang turnte man im Saal Gohr, dem heutigen Haus Zum Marienberg. Später siedelte man um in den Saal Euskirchen (später Zur Löwenburg). Zu diesem Zeitpunkt wurde auch für die Jüngeren eine Kinderturngruppe eingerichtet, die Josef Hirzmann mit seinem Sohn Franz leitete.

Die Gruppenarbeit wurde deutlich besser, als dafür im Jahr 1969 endlich eine Turnhalle zur Verfügung stand. Franz Hirzmann leitete mit viel Einsatz und Ausdauer über Jahre die Kinder- und Jugendlichenturngruppe. Dazu gehörte auch, dass er mit den Kindern und Jugendlichen in den Sommerferien in die Zeltlager des Sportbundes Rheinland nach Prüm und später nach Oberwesel fuhr. 1981 übergab er dann aus Altersgründen die Gruppen an Eva Juhre. Mit ihrer Fortbildung im Sonderbereich

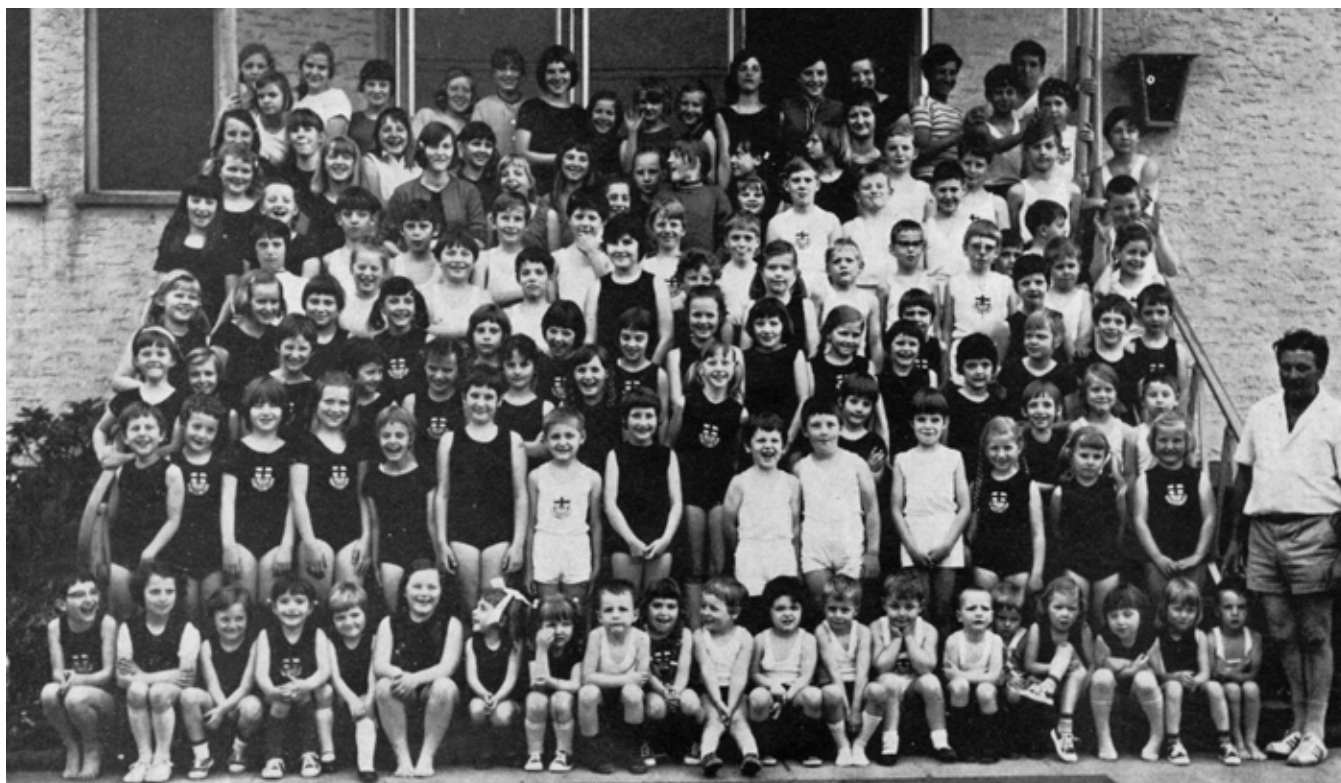
„Mutter und Kind“ konnte der SV Unkel sich nun um diese Gruppe erweitern. Da die Resonanz in allen Altersgruppen deutlich anstieg, brauchte der SV einen weiteren Übungsleiter. 1982 wurde man mit Monika Thelen fündig. Nachdem auch Sie 1983 ihren Übungsleiterschein gemacht hatte, stellte sie eine Gruppe mit Jungen zusammen und übernahm auch einen Teil der Mädchengruppe.

Da im turnerischen Bereich eine gute Gemeinschaft entstanden war, bemühten sich die Übungsleiterinnen, auch privat die Kommunikation auszudehnen. So wurden Wanderungen, Radtouren, Kinobesuche etc. unternommen.

Bei dem im Rhythmus von 2 Jahren stattfindenden Kinderturnfest konnten die Kinder und Jugendlichen ihre in den wöchentlichen Übungsstunden erworbenen Kenntnisse im Geräte- und Bodenturnen unter Beweis stellen. Das



Franz Hirzmann und seine Turnkinder 1970



Kinder- und Jugendturnen

Kinder- und Jugendturnen



Monika Themen 1985 mit der Gruppe der 6- bis 8-jährigen Mädchen

Kinderturnfest wurde auch von Nicht-Vereinsmitgliedern gerne genutzt, um einmal in die Atmosphäre der Turner zu schnuppern. Eine weitere Hilfe fanden die Übungsleiterinnen Anfang 1985 in Christine Röhling, die schwerpunktmäßig die Mutter-Kind- und Kleinkindergruppe betreute.

1987 übernahm dann Hans-Willi Korf das Jungenturnen. Nachdem sich Eva Juhre 1989 und Monika Thelen 1994 anderweitig orientiert hatten, übernahm er die Gruppe Kinder- und Jugendlichenturnen als Abteilungsleiter.

Leider orientierten sich immer mehr Kinder in andere Sportarten, wie Fußball, Tennis, Reiten, Schwimmen, Leichtathletik, so dass die Jungengruppe 1996 aufgelöst werden musste. In dem Jahr verließ uns aus beruflichen Gründen auch Burghard Gruß als Übungsleiter, der die anderen Kindergruppen leitete.

Aufgrund des dann folgenden ständigen Wechsels der Übungsleiter ging die Gruppengröße soweit zurück, dass die Kinder- und Jugendlichengruppe schließlich aufgelöst wurde.



Seither liegt der Schwerpunkt bei der Mutter-Kindgruppe mit 14 Kindern im Alter von 2 bis 5 Jahren, welche von Ellen Seidel betreut wird.



Zielgruppe:	Kinder im Alter zwischen 2 und 5 Jahren. In der Turngruppe sollen Beweglichkeit und koordinatorische Fähigkeiten der Kinder gefördert werden, dazu auch Mut und Selbstvertrauen.
Trainingszeiten:	Donnerstag, 16.30 - 17.30 Uhr
Kontakt:	Hans-Willi Korf, Sebastianstraße 43a, 53572 Unkel Tel. 02224 72122 (gute Erreichbarkeit nach 18 Uhr)