

Offizielle Vereinszeitung des FC Rot-Weiß Lessenich e. V. 1951

teamgeist



www.rot-weiss-lessenich.de



Seite 14

Mitgliederbefragung

Seite 30

Unsere vier Herrenmannschaften

Seite 69

Aufschwung bei der TT-Jugend

Das Team der „Alten Herren“ 1988



Genossenschaftliche Beratung

*„Groß
rauskommen!“*

Jetzt
beraten
lassen

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

**Wir unterstützen Sie bei der
Erreichung Ihrer Ziele.**

www.vr-bank-bonn.de

VR-Bank Bonn eG





Liebe Vereinsmitglieder, Freunde, Helfer und Fans des RWL,

Die nächste Ausgabe der Teamgeist und ich denke eine sehr gelungene mit vielen gemischten Themen. Ein großes Ereignis wirft seinen Schatten voraus und wir freuen uns auf die Feierlichkeiten zum **50-jährigen Bestehen der Alten Herren**. Neben diesen Topp Ereignis im Jahr 2020 freuen wir uns das Ergebnis der **Mitgliederbefragung 2019** zu präsentieren. Für die jüngeren Sportler ist ein wichtiger Artikel über die **Wachstumsstörung Morbus Schlatter** enthalten, der hoffentlich hilft den Umgang mit dieser Erkrankung besser zu bewältigen. Leider gibt es auch wieder schlechte Nachrichten: Das Vereinsheim und damit auch die Geschäftsstelle konnte immer noch nicht weiter vorangebracht werden, da auf Antrag der Politik noch eine ausgiebige Prüfung durch das Rechnungsamt stattfand.

Trotz aller Hindernisse leisten wir im Verein weiter eine tolle Jugend und Integrationsarbeit. Das beginnt mit den Oxford-Tagen und den **Besuch des Lord-Mayor von Oxford Colin Cook** bei unserem internationalen Jugendturnier, dem **ComeTogether** im Rahmen von **Integration durch Sport** und den **Maltesern**, die mit ihrer Flüchtlingsgruppe auf unseren Platz aktiv sind.

Gratulieren möchten wir unserem Mitglied **Sascha Zink** der zum Vorsitzenden des Kreisschiedsrichterausschusses des Fußballkreises Bonn mit dem Traumergebnis von 116:9 Stimmen gewählt wurde.

Hoffen wir, dass sich im Jahr 2020 weitere engagierte Mitglieder finden, die dem Verein auf seinen Weg weiterhelfen und Verantwortung übernehmen. Ein erfolgreiches Jahr für alle Mitglieder, Freunde und Fans des RWL wünscht euch der Vorstand.

Vielen Dank an alle die dieses Heft möglich gemacht haben!

Marco Jost

1. Vorsitzender

Eine Bitte an euch!

Die Vereinszeitung **teamgeist** wird aus Inserentengeldern finanziert und ist zum wegwerfen doch viel zu schade! Wenn ihr unser Heft nicht mehr benötigt, denkt auch an Bekannte, Freunde, Kolleginnen und Kollegen, die vielleicht Interesse an unserer Publikation haben oder gebt diese bitte an interessierte Leser weiter. Danke!

Beiträge von Mitgliedern der Redaktion und freien Mitarbeitern geben die Ansicht der Verfasser und nicht die offizielle Meinung des RWL wieder.

Das Heft steht nach erscheinen auch als Download auf unserer Homepage zur Verfügung:
www.rot-weiss-lessenich.de

Herausgeber
FC Rot-Weiß Lessenich e.V. 1951
Im grünen Winkel 30
53123 Bonn
Telefon 02 28 / 3 91 97 22
vorstand@rot-weiss-lessenich.de

Redaktion
Andreas Schmich,
Marco Jost & Udo Weber
Telefon 02 28 / 4 22 80 89

Layout
Steffi Meins

Fotos
Alle Fotos mit ausdrücklicher Genehmigung der Fotografen und Modelle

Auflage: 2.000 Exemplare

V.i.S.d.P.
Dr. Marco Jost
Im grünen Winkel 30
53123 Bonn
Telefon 02 28 / 3 91 97 22

Ihr Kontakt zu uns

Eine kleine Bitte: Die hier aufgeführten Personen sind alle ehrenamtlich tätig.
Aus diesem Grund bitten wir Sie telefonische Anfragen nur zwischen 09.00 und 19.00 Uhr an uns zu richten! Vielen Dank für Ihr Verständnis.

1. Vorsitzender

Dr. Marco Jost
Mobil 01 51 / 67 52 06 52
m.jost@rot-weiss-lessenich.de

2. Vorsitzender

Andreas Schmich
Mobil 01 60 / 152 71 38
a.schmich@rot-weiss-lessenich.de

Schatzmeister

N.N.
m.jost@rot-weiss-lessenich.de

Geschäftsführer

Kai Wiesner
Mobil 01 71 / 485 31 09
geschaeftsfuehrer@rot-weiss-lessenich.de

Medienbeauftragter, Ansprechpartner Datenschutz

Udo Weber
Mobil 01 76 / 47 71 72 08
homepage@rot-weiss-lessenich.de

Mitgliederverwaltung

Anna Schäfer
anna.schaefer@rot-weiss-lessenich.de
Abteilungsleiter Junioren-Fußball
(Jugendleiter)

Christian Stegmüller

Anfragen bitte nur per Mail
c.stegmueller@rot-weiss-lessenich.de

Abteilungsleiter Fußball

Andreas Wegner
Mobil 01 70 / 1 09 64 49
andreaswegner1@yahoo.de

Abteilungsleiter Alte-Herren-Fußball

Michael Kolb
Tel. 02 28 / 74 66 79
Mobil 01 72 / 2 93 48 76
abteilungsleiter-ah@rot-weiss-lessenich.de

Abteilungsleiter Tischtennis

Detlef Didolff
Tel. 02 28 / 644 01 92
abteilungsleitertt@rot-weiss-lessenich.de

Abteilungsleiter Gesundheitssport / Herzsport

Egbert Frohn
Tel. 01 52 / 33 99 47 22
herzsport@rot-weiss-lessenich.de

Abteilungsleiterin Freizeitsport / Gymnastik / Kinderturnen

Bärbel Reccius
Tel. 02 28 / 85 42 96 71
abteilungsleiterfs@rot-weiss-lessenich.de

Schiedsrichter

Christian Großmann
Mobil 01 52 / 29 25 45 98

Ehrenamtsbeauftragter

Hans-Jürgen Ahrens
Tel. 02 28 / 64 01 94

Rot-Weiß Lessenich, ein ganzes Leben schlägt mein Herz für Dich!

Vor jedem Anpfiff hallen verschiedenste Vereinshymnen durch die Stadien Europas. Sie sind Inbegriff der Clubs, handeln von Tradition, erinnern an eine ruhmreiche Geschichte und drücken die Verbundenheit der Fans zu ihrer Elf aus. Auch der RWL hat mittlerweile eine eigene offizielle Vereinshymne mit Gänsehauteffekt.

Unter www.rot-weiss-lessenich.de/medien/rwl-club-hymne könnt ihr euch die komplette RWL-Club-Hymne, sowie eine Klingelton-Hymne für Handys und Smartphone anhören und downloaden.



Herzlich Willkommen auf der RWL-Homepage!

Mit einem schicken Design und überzeugenden Features präsentiert sich die Website von RW Lessenich. Übersichtlich, benutzerfreundlich und für mobile Endgeräte optimiert. Die Startseite bietet einen bequemen Einstieg und Besucher gelangen schnell zum gewünschten Ziel. Klare Strukturen sorgen für eine mühelose Orientierung und viel Freude beim Stöbern.

Mit unserem Internetauftritt unter www.rot-weiss-lessenich.de lädt der Verein alle Mitglieder, Fans, Eltern und alle Interessierten auf eine spannende Entdeckungsreise. Dabei wünschen wir viel Spaß!

Udo Weber



Bilder des Jahres 2019





**U13 jetzt mit Jägerdent
der Kieferorthopäde**



Geißbock trifft Lauri



U13 im Ninja Parcour



Gerümpelturnier Sieger 2019



Athletiktraining mit Kernsport U14

-ABACANTO-

Tapa-Bar & Restaurante

HAPPY HOUR

täglich 17:30 bis 19:00 Uhr
& 22:00 bis 23:00 Uhr
Cocktails und Longdrinks

nur
4,50 €

Mittagstisch

Montag - Freitag
11:30 bis 14:00 Uhr

nur
5,40 €

Rochusstraße 217 | 53123 Bonn-Duisdorf
0228 - 619 79 50 | www.abacanto.de

»JÄGERDENT« neuer Partner von Rot-Weiß Lessenich



Mit **JÄGERDENT**, der neuen Fachzahnarztpraxis in Bonn Duisdorf, haben wir einen neuen kompetenten Partner an unserer Seite.

JÄGERDENT unterstützt nicht nur den Verein, sondern bietet eine Vielzahl von Leistungen, die für unsere Vereinsmitglieder sehr interes-

sant sind. Dr. Fabian Jäger bietet modernste Kieferorthopädie für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Das Leistungsspektrum umfasst die Behandlung von kleinen und auch großen Patienten in jedem Alter.

»LuPe Events« neuer Sponsor und Partner von Rot-Weiß Lessenich

Pünktlich zu Saisonbeginn begrüßt der RWL seinen neuen Partner und Sponsor **LuPe Events**. Das in Bonn-Duisdorf ansässige Unternehmen macht alles möglich. Von der Mottoparty, über Weihnachtsfeier, bis hin zur Messe. Mit **LuPe Events** haben wir einen kompetenten Partner an der Seite, der nicht nur den Verein unterstützt, sondern auch bei der Planung und Durchführung von Veranstaltungen unverzichtbar ist.





- Kölnstraße 421, 53117 Bonn-Auerberg
mit hausgemachter PIZZA, PASTA und SALAT
- im Rewe Markt, Pützstr. 25-27, 53129 Bonn
- Justus-von-Liebig-Str. 31, 53121 Bonn

Ihre Heizungsbaupartner vor Ort



MULTIBETON GmbH

Fußbodenheizung - Flächenkühlung

📍 Heuserweg 23
53842 Troisdorf

☎ 02241-252000
✉ info@multibeton.de
🌐 www.multibeton.de

Thomas Schumann

Heizungsbau - Sanitärinstallation

📍 Rosenhain 12
53123 Bonn

☎ 0228-647272
✉ buero@fa-schumann.de
🌐 www.fa-schumann.de

Mit der Deutschen Sport Lotterie deinen Verein unterstützen

So geht es

1. Im Internet auf die Seite gehen
www.deutsche-sportlotterie.de
2. Registrieren – dann Gewinnzahl und Einsatz auswählen: Der Einsatz je getippter 7-stelliger Zahl beträgt wahlweise 1€, 2,50€ oder 5€ zzgl. einer Bearbeitungsgebühr pro Spielschein.
3. Beim bezahlen (Kasse) daran denken den Vereins-Code einzugeben. So kommen 8% brutto des Einsatzes dem RWL zugute.

Unser Vereins-Code lautet: 000522

Übrigens fließen bis zu 30% der Erträge der Lotterie in die Förderung von deutschen Nachwuchs- und Spitzensportlern



Unterstützt den RWL mit amazonsmile

Viele von euch kaufen ja bereits sicherlich über Amazon das eine oder andere ein. Nun habt ihr die Möglichkeit Rot-Weiß Lessenich dabei zu unterstützen ohne das es euch etwas zusätzlich kostet.



Einfach auf **<https://smile.amazon.de>** gehen und Amazon unterstützt FC Rot-Weiss Lessenich e.V. 1951.

Wir freuen uns natürlich, wenn ihr die Information weiterleitet und auch Freunde, Nachbarn etc. uns damit einfach unterstützen können. Vielen Dank für eure Hilfe!



BERATUNG, PLANUNG UND AUSFÜHRUNG VON:

- Einbruchschutz
- Reparaturservice für Fenster und Türen
- Objektsicherung
- Schlüsseldienst
- Schließanlagen/ Zutrittskontrolle, mechanisch und elektromechanisch
- Alarmanlage
- Schließsysteme und -anlagen
- Reparatur und Kundendienst
- Einbruchsicherung/ Brandschutztechnik
- Fluchtwegtechnik Feststellanlagen
- Prüfung und Wartung
- Sonderlösungen



Landsberg Sicherheitstechnik GmbH

Salme-Genc-Ring 15
53121 Bonn (Dransdorf)
Gewerbepark Bonn West
Telefon 0228. 65 56 01
Telefax 0228. 65 56 03
info@landsberg-gmbh.de
www.metallbau-landsberg.de



Die Münstermänner – Ikonen des FC Rot-Weiß Lessenich

Die alten Turaner (TuRa Bonn), zu denen auch **Hannes Münstermann**, der Vater von Horst gehörte, waren Spieler eines denkwürdigen Vereins. TuRas erfolgreichstes Jahr war 1962 mit dem Gewinn der westdeutschen Amateur-Meisterschaft und dem Erreichen des Endspiels um den deutschen Amateurtitel, das vor 10.000 Zuschauern am 30. Juni 1962 gegen den SC Telgte leider mit 0:1 verloren ging.

Die Traditionsclubs Bonner FV und Tura Bonn haben sich im Juni 1965 zum Bonner SC zusammengeschlossen.

»Hannes« wie er in Lessenich liebevoll genannt wurde, war ein Fußballer durch und durch! Seine »Liebe« zum Verein kannte keine Grenzen. Es setzte sich stets für die 1. Mannschaft ein. Sein Sohn Horst gehörte seit seiner Jugend zum RWL. Zahlreiche Spenden hat er den Leuten in Zeiten von Heerweg-schenke, Tankhof und Luhmers Peter bei seinen Rundtouren entlockt. Keiner Anderer hat die Kameradschaft um eine Fußball-mannschaft mehr gefördert als »Hannes«. Er organisierte jahrelang die heute noch



legendäre Mannschaftstouren und war der »Kartoffelbauer« der 80er Jahre. Er erfand die Kartoffelsorte »Österreichischen Riesen« und war beliebt bei »Alt und Jung«.

Unser »Mümmel« hat seit seiner Jugend in Lessenich gespielt. Er war der klassische Libero wie man ihn früher spielte. Kopfballstark und einer der da hingegangen ist wo es weh tat.

Immer fair, robust und einsatzbereit. Er gewann einige Meisterschaften und bestritt viele legendäre Partien beim RWL. Verletzungen waren bei ihm selten. Und wenn es ein Spiel zu spielen gab, Horst war da. Auf ihn konnte man immer zählen!

Horst glänzte aber nicht nur auf dem Platz, sondern auch in der Gemeinschaft. Das obligatorische Bier Danach durfte nie fehlen. Er war auf Mannschaftstouren immer ein Garant für die Unterhaltung und ein Fels in der Brandung. Immer gut gelaunt und mit Spaß bei der Sache. Auch er hat als Kartoffelheld zentnerweise Säcke geschleppt und sich stets in den Dienst der Mannschaft gestellt. Von Horst kam nie ein böses Wort. Es ist ein guter Zuhörer, nie laut und jemand auf den man sich stets verlassen kann.

Stellvertretend für seinen Vater »Hannes« und in Anerkennung für die Verdienste und die jahrzehntelange Mitgliedschaft beim RWL wurde der »Ehrenlauri« an Horst Münstermann überreicht.

Andreas Schmich



Und immer sind da Spuren deines Lebens, Gedanken, Bilder und Augenblicke. Sie werden uns an dich erinnern, uns glücklich machen und dich nie vergessen lassen.

Willi Schwenk

Oberstabsbootsmann a.D.

* 14. Mai 1933 † 11. Mai 2019

Wir werden dich vermissen.
In Liebe und Dankbarkeit

Helga Giesberg
und Familie

Jens Schwenk
und Familie

Heiko Schwenk
und Familie

Cornelia Bräutigam
und Familie



Mitgliederbefragung 2019

Warum wurde diese Befragung durchgeführt? Unser Verein lebt größtenteils von ehrenamtlich tätigen Mitgliedern, die sich mit viel Herzblut für den Verein engagieren. Ohne dieses Engagement ist es schwierig, wenn nicht unmöglich den Verein zu führen. In den letzten Jahren hat sich einiges geändert, um den Verein attraktiv für die Mitglieder zu gestalten und neue Angebote zu schaffen. Ein wichtiger Punkt ist hier unsere Platzanlage am Rande des Messdorferfeldes, die wir einzigartig in Bonn selbst als Bauherr saniert haben und damit auch für die Stadt Bonn einiges an Geld einsparen konnten (Kosten ca. 510.000 Euro – Kosten bei städtischer Sanierung ca. 750.000 – 1.000.000 Euro). Damit hat der Verein aber auch Verantwortung übernommen, um die Schulden abzubauen. An professionellen Strukturen haben wir mit dem Steuerberater Hubl & Partner eine solide Grundlage gelegt, um steuerrechtlichen Anforderungen, die leider immer mehr zunehmen gerecht zu werden und auch bei der Abrechnung von bezahlten Übungsleitern keine Fehler zu machen und damit hohen Nachforderungen der Rentenversicherung zu entgehen. Die Erfassung

und Verwaltung der Mitarbeiter läuft über ein System des DFB und kann über das Internet dezentral durchgeführt werden und ganz aktuell haben wir mit der ARAG-Versicherung ein Forderungsmanagement eingeführt, um ausstehende Mitgliedsbeiträge und andere Forderungen durchsetzen zu können. Aber die Aufgaben in allen Bereichen werden nicht weniger, ob Jugend- oder Seniorenfußball, Taekwondo und so weiter und so weiter....

Im Rahmen des Programms **»Fit für die Zukunft«** stellen sich nun viele Fragen, wie wir uns als Verein weiter entwickeln wollen und auch aufgrund sich ändernder Außenfaktoren ändern müssen (z. B. Alterung der Gesellschaft, weniger Zeit für Ehrenamt etc.). Aus Sicht des Vorstandes macht es Sinn unsere Angebote auszubauen, um für Alt und Jung attraktiv zu bleiben. Dann beschäftigt uns schon seit Jahren das Thema Vereinsheim / Geschäftsstelle, das viel Energie bindet und nur sehr schleppend vorankommt. Ein Verein mit rund 1.000 Mitgliedern kann aber nicht mehr im privaten Kämmerchen geführt werden und wir werden uns weiter anstrengen, um

die Geschäftsstelle zu realisieren. Dazu gehört natürlich auch ein hauptamtlicher Geschäftsführer, der den Verein auf allen Ebenen weiter voranbringen wird. Sei es die Sponsorensuche oder der Antragsdschungel, um Gelder für den Verein zu sichern. Viele Aufgaben sind in den einzelnen Abteilungen auch nur noch schwer ohne Hilfe zu lösen z. B. fehlt beim Herzsport eine Unterstützung für die relativ aufwendige Abrechnung mit den Krankenkassen. In der Fußballjugend stellen wir uns jedes Jahr der Aufgabe engagierte Trainer zu finden, die diese Tätigkeit mit viel Engagement aber bislang ohne finanzielle Unterstützung durchführen. Eine große Frage ist auch, ob der Verein durch gesunde Zusammenschlüsse mit anderen Vereinen sich besser aufstellen kann. Leider waren hier die ersten Gespräche eher negativ, da bei möglichen Vereinen, die für solch eine Fusion in Frage kommen würden noch das Verständnis fehlt und auch die Vorteile nicht gesehen werden. Last but not least ist es für die Zukunft wichtig, dass der Verein unabhängig von der Besetzung seiner gewählten Ämter durch die hauptamtliche Tätigkeit eines Geschäftsführers einen Steuermann bekommt. Wichtig ist sicherlich, die Vereinsmitglieder ausreichend zu informieren und einzubinden, damit die Schritte und Einzelentscheidungen verständlich sind. Hierfür sind die Ergebnisse der Umfrage eine große Hilfe. Die wichtigsten Punkte der Umfrage sind nachfolgend dargestellt.

ZUFIEDENHEIT UNSERER MITGLIEDER



4,6 PUNKTE

Die Umfrage wurde 11. März bis zum 31. März 2019 durchgeführt und an alle Mitglieder mit einer Email-Anschrift versendet (altersunabhängig und damit konnten auch Eltern teilnehmen). Es wurden 761 Mitglieder erreicht von denen 213 Mitglieder an der Befragung teilnehmen (ca. 28 % der Mitglieder). Hier hätte sich der Vorstand eine höhere Teilnahmeerquote gewünscht.

79 % der Teilnehmer waren männlich, 20 % weiblich und 1 % divers. Dies entspricht den Erwartungen, da der Verein deutlich mehr männliche Mitglieder hat. Es nahmen alle Alterskategorien teil, wobei die Mehrheit zwischen 21 und 49 Jahre lag (rund 60 % der Teilnehmer). Alle Sparten nahmen an der Umfrage teil. Die meisten der Teilnehmer sind im Fußball aktiv (58 %) wobei etwas überraschend viele passive Mitglieder an der Befragung teilnahmen (16 %).





Auf die Frage, wie **zufrieden** die Teilnehmer mit dem Verein RW-Lessenich sind, gab es eine durchschnittliche Bewertung von 4,6 – dies entspricht einer Bewertung zwischen befriedigend und gut (6 Punkte maximal= sehr gut).

Die Mitglieder wurden gefragt, welches **Sportangebot** der Verein noch im Angebot haben sollte oder attraktiv wäre, um zusätzliche Mitglieder zu gewinnen? Hier gab es sehr viele gestreute Antworten und es zeigt sich ab, dass das Angebot als ausreichend angesehen wird oder der Verein sich bemühen soll das bestehende Angebot zu verbessern. Davon unabhängig wurden Basketball (9,9%), Volleyball (9%), Handball (5,8%), Fitness Allgemein (2,8%) und Dart (2,5%) mindestens mehr als einmal vorgeschlagen. Volleyball hatte der Verein bis vor einigen Jahren allerdings als Mixteam in Angebot – aufgrund fehlenden

Nachwuchses musste das Programm leider eingestellt werden. Basketball und Handball würden zusätzliche Hallenkapazitäten benötigen mit der dann auch notwendigen Struktur (z. B. Abteilungsleiter, Betreuer etc.). Kurzfristig ließe sich das Angebot Dart im Vereinsheim integrieren. Aber auch hier bedarf es dann Mitglieder die es organisieren.

Mit 2,1 Punkten wird das geplante **Vereinsheim** als wichtig von den Teilnehmern der Umfrage eingestuft (maximal 3 Punkte= sehr wichtig). Die Frage lautete: »Wie wichtig ist für sie ein Vereinsheim? Das Vereinsheim soll Treffpunkt sein für alle Sparten des Vereins und dient auch für Versammlungen, die bislang z. B. in Gaststätten durchgeführt werden müssen«

Typische Kommentare waren: »Ich kenne es bisher nur so, dass zu einem Verein auch ein passendes Vereinsheim vor Ort vorhanden ist. Gerade für die notwendigen Besprechungen zur Vor- und Nachbereitung eines Spiels oder auch zur Bildung des Einheitsgefühls ist es dienlich, wenn dies nicht nur in der Umkleide stattfindet.«; »Ich bin Vater eines Jungen aus der Bambini-Mannschaft. Aktuell beobachte ich beim Training am Samstagvormittag, dass fast alle Eltern anschließend sofort wieder das Gelände verlassen. Der Ort, um mal miteinander sich auszutauschen, ist nur die Seitenlinie während des Trainings. Der Trainer ist hier aber mit den Jungs beschäftigt, so dass man ihn nur am Ende

INVESTITION FÜR HAUPTAMTLICHEN GESCHÄFTSFÜHRER

JA: 65 %

NEIN: 19 %

EGAL: 17 %



einbinden kann. Also stürzen sich viele auf einmal nach dem Training auf ihn.«

Die Frage **»Stimmen sie damit überein, dass der Verein eine Geschäftsstelle benötigt, um bei rund 1000 Mitgliedern eine Anlaufstelle zu haben für An- und Abmeldungen, Ansprechpartner bei Problemen und Fragen etc.«** wurde von 73 % aller Mitglieder bejaht. Der Vorstand wertet dies als positives Votum, um sich weiter für die Einrichtung eines Vereinsheims / Geschäftsstelle einzusetzen.

Um eine mögliche Ausrichtung des Vereins für die Zukunft einzuschätzen wurde gefragt, wie die Mitglieder eine Fusion mit einem anderen Verein bewerten. Die Frage lautete **»Wenn es dem Verein hilft bin ich für eine Fusion/Zusammenschluss mit einem anderen Verein. Wichtig ist mir, dass der Verein sich positiv entwickelt und seine sozialen Aufgaben weiterhin gut erfüllen kann.«** Hier stimmte 31 % der Teilnehmer ohne Einschränkungen zu und weitere 51 % merken an, dass es auf den Einzelfall ankommt und vorher gut informiert werden sollte. Insgesamt stehen damit 82 % einem Zusammenschluss offen gegenüber.

Entsprechend wichtig für den Vorstand ist auch die Sicht der Mitglieder hinsichtlich der Einstellung eines Geschäftsführers: **»Ich unterstütze die Einrichtung der Stelle eines hauptamtlichen Geschäftsführers. Ein hauptamtlicher Geschäftsführer ist für den Verein für die nahe Zukunft von großer Bedeutung, um die Kommunikation und das Angebot mit/ für die Mitglieder zu verbessern. Weiterhin kann sie/er die ehrenamtlich tätigen Abteilungsleiter/Vorstand vielfach entlasten. Dass hierfür Geld investiert werden muss ist richtig!«** Hier stimmten 65 % der Mitglieder zu und 17 % war es egal – dem standen 19 % nein Stimmen gegenüber. Diese positive Einstellung der Mitglieder ist aus Sicht des Vorstands von großer Bedeutung, da sie den Verein hilft sich professioneller zu positionieren und die ehrenamtlichen Mitglieder zu entlasten.

Eine spezifischere Frage bezog sich auf ein **einheitliches Auftreten des Vereins** in den Mannschaftssportarten und die Frage, ob alle RWLer wenn möglich in zumindest ähnlichen Trikots spielen sollten. Diese Frage wird immer wieder leidenschaftlich diskutiert. 46 % wünschen sich ein einheitliches Auftreten; 41 % begrüßen es, wenn die Mannschaften



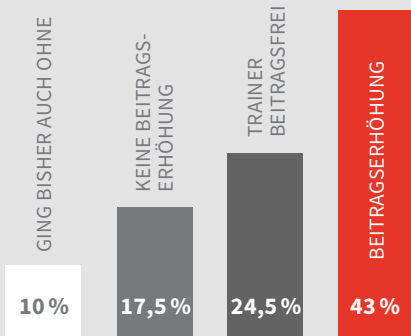
frei darüber entscheiden können und 8 % wundern sich, ob es sonst keine Probleme gibt und 5 % befürchten, dass ein einheitliches Auftreten letztendlich mehr Geld kostet. Die Frage wird vermutlich auch mit dieser Umfrage nicht abschließend geklärt.

Ein unklares Bild zeigt sich bei der Frage, ob alle Trainer inkl. Jugendfußballabteilung eine **Aufwandsentschädigung** bekommen sollten

– ich wäre bereit dafür mehr Beitrag zu zahlen. 10 % finden, dass es bislang doch auch ohne ging, 17,5 % sehen, dass immer mehr Beitrag schwierig ist und 24,5 % stimmen dafür, dass alle Trainer beitragsfrei gestellt werden sollten – das muss reichen. 43 % stimmen einer Beitragserhöhung zu, wenn die Trainer eine Aufwandsentschädigung bekommen. Ein paar Kommentare zu dieser Frage: »Bin für Entlohnung, aber prüfen ob es immer geldlicher Natur sein muss. Beitragserhöhungen finde ich schwierig. Freizeitsport sollte für jeden bezahlbar bleiben.« »Ich war 14 Jahre Jugendtrainer und habe keine Aufwandsentschädigung bekommen. Ich möchte in spätestens 4 Jahren wieder den Weg einschlagen (wenn mein Sohn dann das Alter hat) und werde es wieder unentgeltlich betreiben!«

Am Ende des Tages wird diese Frage sicherlich auch dadurch entschieden, ob sich auch in Zukunft genügend **Ehrenamtler** finden und wie dies mit der Anforderung nach Qualifikationen (Lizenztrainer) durch die Mitglieder zusammenpasst. Beitragsfreie Trainer bedeutet ja auch, dass dem Verein entsprechend Beiträge fehlen und das Geld aus anderen Quellen (Sponsoren?) herkommen muss.

AUFWANDSENTSCHÄDIGUNG FÜR TRAINER

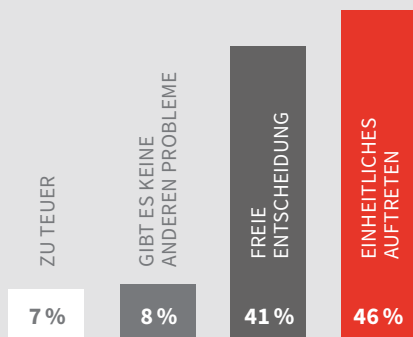


Ein sehr klares Bild gab es zum Thema **Versicherungsschutz**. 29,9 % der Teilnehmer sprachen sich gegen eine beitragsfinanzierte Versicherung für die Mitglieder aus und 62,1 % der Teilnehmer wünschten sich, dass der Verein entsprechende Angebote macht und jeder sich persönlich für seinen optimalen Schutz entscheidet. Dies konnten wir 2019 bereits umsetzen und freuen uns die Württembergische Versicherung als Partner des Vereins im Boot zu haben. Jedes Mitglied hat die Möglichkeit sich bei Herrn Diederich (siehe Anzeige in diesem Heft) nach seinen Wünschen abzusichern. Wir haben uns hier bewusst für einen lokalen Anbieter in Lessenich entschieden!!!

Hinsichtlich der sportlichen Entwicklung der **1. Fußballmannschaft** des Vereins gibt es ein klares Votum mit 69,1 % der Teilnehmer, eine höhere Spielklasse und die damit verbundenen höheren Ausgaben nur anzugehen, wenn sich hierfür finanzkräftige Sponsoren finden lassen. Die Mitglieder wünschen nicht, dass die Vereinsgelder hierfür ausgegeben werden. Passend hierzu sehen die Mitglieder den Verein auch primär als Breitensport- (56,5 %) und Gesundheitsportverein (15,3 %). Den Leistungssport sehen 25,4% der Teilnehmer als Ziel an, wobei von zahlreichen Kommentatoren dies als Ergänzung zum Breitensport gesehen wird, um auch ambitionierteren Spielern ein Angebot zu machen.

Am Ende der Umfrage ging es darum, inwiefern die Mitglieder bereit sind für die geplanten Maßnahmen des Vereins einen **höheren Beitrag** zu zahlen? Hierzu gehören u. a. Vereinsheim, Geschäftsstelle mit hauptamtlichen Geschäftsführer, Vereinspaket, Versicherung, Vereinshalle, Aufwandsentschädigung für Trainer. Bitte beachten sie hierbei, dass die Beiträge im Verein zurzeit für Senioren

ÄHNLICHE TRIKOTS FÜR ALLE MANNSCHAFTSSPORTARTEN



immo service

GARANTIERT EINE RUNDE SACHE ...

immoservice Hausverwaltung

Bei uns erhalten Sie das komplette Leistungspaket einer zuverlässigen und kundenorientierten Hausverwaltung aus einer Hand.

- Organisation
- Finanzen und Vermögen
- Technik
- kaufmännische Verwaltung
- Vermietung
- Vertragsmanagement
- Hausverwaltung
- Hausmeisterservice

immoservice Hausverwaltung GmbH
Geschäftsführerin: Ulrike Landsberg
Sandstr. 7c | 53332 Bornheim (Waldorf)

fon 02227 / 81 98 72-0

fax 02227 / 81 98 72-72

mail info@immo-service-gmbh.de

web www.immo-service-gmbh.de

Schreibwaren Zöllner

Ihre Postagenturen für Bonn



Deutsche Post & Postbankstelle

Deutsche Post 

 Postbank

Lotto & Toto Annahmestelle

WEST  LOTTO



In unseren Geschäften erhalten Sie:

Lotto | Toto | Tabakwaren | Zeitschriften |
Schreibwaren | Schulbedarf | Geschenke |
1 € Artikel | Antikes & Dekoratives |
täglich frische Brötchen (nur in Dransdorf) |
Kopier & Faxservice | und vieles mehr...



Auf Ihren
Besuch
freut sich
Michael Zöllner
und sein Team!

Sie finden uns hier:

Postagentur Zöllner

Am Burgweiher 51
53123 Bonn-Duisdorf
Telefon: 0228-62 94 79 59
Fax: 0228-62 94 79 60
E-Mail: michael@zoellner-postagentur.de

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag: 9.00 - 18.00 Uhr
Samstag: 8.00 - 13.00 Uhr

Schreibwaren Zöllner

Siemensstraße 225
53121 Bonn-Dransdorf
Telefon: 0228-227 0207
Fax: 0228-227 02 08
E-Mail: michael@zoellner-postagentur.de

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 7.00 - 18.30 Uhr
Samstag: 7.00 - 17.00 Uhr
Sonntag: 8.00 - 12.00 Uhr

Postagentur in der Südstadt

Schumannstraße 42
53113 Bonn
Telefon: 0228-24285030
E-Mail: michael@zoellner-postagentur.de

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag:
9.00 - 12.30 Uhr u. 14.30 - 18.00 Uhr
Samstag: 9.00 - 13.00 Uhr

Postagentur Endenich

Alfred-Bucherer-Straße 4
53115 Bonn
Telefon: 0228-62026328
E-Mail: michael@zoellner-postagentur.de

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag:
9.00 - 13.00 Uhr u. 14.00 - 18.00 Uhr
Samstag: 9.00 - 13.00 Uhr

Immer die neuesten Angebote finden Sie monatlich auf www.zoellner-postagentur.de



bei ca. 17 Euro (Taekwondo) bis 9,50 Euro (Fußball, Freizeitsport) und für Junioren bei ca. 6 Euro bis 8 Euro / Monat liegen und was sie im Gegenzug dafür heute bekommen. Sie können für einen Preis alle Angebote im Verein wahrnehmen. Im Vergleich dazu kostet die Musikschule der Stadt Bonn z. B. für Klavierunterricht einmal pro Woche 61 Euro / Monat und eine Pizza rund 6 Euro.

56,7% der Mitglieder sind bereit einen höheren Beitrag zu zahlen, da der RWL sich damit deutlich verbessert. Demgegenüber stehen 43,3% die nicht mehr zahlen wollen, da ihnen das jetzige Angebot ausreicht. Der Verein

muss schauen, wie er möglichst günstig sein Angebot gestalten kann.

Auf die Frage was aus ihrer Sicht ein akzeptabler **monatlicher Beitrag** wäre antworteten 30,2% der Mitglieder, dass ein moderater Anstieg von ca. 10-20% pro Monat ausreichen muss. 18,9% sind für eine Erhöhung, die es den Verein erlaubt »Fit für die Zukunft« zu werden – sie vertrauen darauf, dass die Vereinsführung dies gut einschätzen kann und den Beitrag entsprechend anpassen wird. 10,9% sehen 20 Euro/Monat für alle Mitglieder als fairen Preis, wenn sich für Bedürftige unter Vorlage des Bonn Ausweis der Beitrag um 50% reduziert, wie der Verein auch bisher verfährt.

Es wird hier für den Vorstand ein Spagat, wie er gewünschte Verbesserungen (Vereinsheim, Geschäftsstelle mit Geschäftsführer) und die damit entstehenden Kosten unter einen Hut bekommen kann. Entsprechend ist es positiv zu sehen, dass zumindest moderate Beitragssteigerungen ein Mittel sein könnten das Ziel zu erreichen.

Marco Jost

HÖHERE MITGLIEDSBEITRÄGE

JA: 56,7%

NEIN: 43,3%

Wir gestalten
Ihr Leben
bunter!

In über 80 Jahren Familientradition hat sich in unserem Malermeisterbetrieb unter dem Begriff QSST eine Firmenphilosophie entwickelt, die auf vier festen Füßen steht. Sie beschreibt genau das, was unsere Kunden in der Gegenwart, sowie in der Zukunft besonders von uns erwarten können.

Qualität Wir glauben, dass Qualität nicht nur die Ausführung unserer Aufträge auf höchstem handwerklichem Niveau bedeutet, sondern auch die Verwendung von hochwertigen Farben, Materialien, Techniken und Werkzeugen. Unsere Kunden sollen dauerhafte und langjährige Freude an unseren Arbeiten haben.

Service Wir sind immer für Sie da. Wir beraten und planen Ihre großen und kleinen Wünsche nicht nur bei Auftragsbeginn, sondern stehen Ihnen auch während und nach den Arbeiten immer zu Verfügung – vor Ort oder in unserem Büro. Außerdem entlasten wir unseren Kunden durch Komplettlösungen.

Sauberkeit Groß- und besonders Privatkunden schätzen Sauberkeit und Ordnung – während und nach den Arbeiten. Deshalb sorgen wir dafür, dass nach Abschluss unserer Aufträge Ihre Gebäude und Räumlichkeiten möglichst sauberer hinterlassen werden als sie vorher waren.

Termintreue Durch die Größe unseres Betriebes sind wir sehr flexibel und schaffen es unsere Aufträge besonders termingetreu durchzuführen. Bei Bedarf können wir auf eine sich abzeichnende Verzögerung sofort mit einer Erhöhung unserer Mitarbeiter reagieren. Das wissen neben Privatkunden auch besonders unsere Firmenkunden zu schätzen.



Rochusstraße 78
53123 Bonn-Duisdorf
Telefon 0228 / 62 17 07
Telefax 0228 / 62 64 40
m.quantius@arcor.de
www.quantius-maler.de

Seit 1925
MATTHIAS
Quantius
MALERMEISTER



ComeTogether

Im Rahmen des Programms Integration durch Sport fand dieses Jahr zum ersten male das **ComeTogether** des Vereins in der Soccer Halle Bonn-Lessenich und parallel dazu in der Laurentiushalle durch die Taekwondo-Abteilung statt.

Neben vielen guten Gesprächen bestand die Möglichkeit für alle Teilnehmer das Athletiktraining kennenzulernen, das von Kernsport angeboten wurde. Dazu gab es reichlich alkoholfreie Getränke und sportliche Snacks.

Die Veranstaltung ist ein wichtiges Zeichen dafür, dass der Sport verbindet und das Rassismus und Gewalt nichts in unserer Gesellschaft zu suchen haben.

Viele weitere Informationen findet ihr hier <https://integration.dosb.de/inhalte/service/info-material/>



Der teamgeist-Fotowettbewerb

Im Oktober haben wir zu einem kleinen Fotowettbewerb aufgerufen und zahlreiche Einsendungen erhalten. Hier eine Übersicht der kreativsten Aufnahmen. Vielen Dank an alle, die bei dieser Aktion teilgenommen haben!







Ein Stück deutsche Heimat in Tansania: Die tansanische Lehrermannschaft spielt in gespendeten Trikots von Rot-Weiß Lessenich.



Lehrer Gerhard Glock lebte in Afrika

Ein Stück Lessenich in Tansania

Der Bonner Lehrer Gerhard Glock lebte sechs Jahre in Afrika. Wie es Trikots von Rot- Weiß Lessenich nach Tansania schafften und warum Glock nicht nur ein Tourist sein wollte, lesen Sie hier.

Bescheiden und zurückhaltend, sehr gastfreundlich und zugewandt: So nennt Gerhard Glock die Menschen in Tansania. Die Beschreibung könnte auch auf Glock zutreffen. Vielleicht sollte noch hinzugefügt werden, dass ihn seine Lehrerkollegen des Duisdorfer Berufskollegs, an dem er – bis auf seinen fast sechsjährigen Aufenthalt in Tansania – nahezu 38 Jahre unterrichtet hat, als »beneidenswert entspannt« bezeichneten. Gerade ist Glock wieder aus Njombe im Süden Tansanias zurückgekehrt. Alle vier bis fünf Jahre besucht er den Ort auf knapp 2000 Meter Höhe, in dem er von 1988 bis 1993 mit seiner Frau Gabriele

und dem damals zweijährigen Sohn Jens als Lehrer für den damaligen Deutschen Entwicklungsdienst (DED) tätig war. »Inzwischen sind wir so etwas wie eine Familie geworden«, sagt er heute.

Damals war es sein Wunsch, einmal nicht als Tourist in der Fremde zu leben. Als politisch engagierter 68er lag es für ihn nahe, sich mit Tansania zu beschäftigen. Das Land befand sich nach deutscher Kolonialzeit und britischem Protektorat im Aufbruch. »Ujamaa«, heißt auf Kisuaheli Sozialismus oder Familie. »Ujamaa bedeutet aber viel mehr als Gemeinsamkeit«, sagt Glock. Der damit auch bezeichnete »Afrikanische Sozialismus« betrachtet alle Menschen als seine Brüder, als Mitglieder einer sich ständig erweiternden Familie. Glock ist stolz darauf, ein Teil davon geworden zu sein. Und er kam damit seinem

Ziel näher, einen Teil Afrikas nicht nur als Tourist zu erleben. Glock hatte zuvor schon vieles von der Welt gesehen, jedoch meist nur von außen betrachten können.

Über Wien und Nürtingen nach Bonn

In Wien geboren und im schwäbischen Nürtingen aufgewachsen, »Man hört es immer noch«, sagt Glock, trat er nach seinem Studium in Nürnberg sein Referendariat in Ibbenbüren an. »Ich wollte den Norden Deutschlands kennenlernen«, nennt Glock als Grund dafür, nach Nordrhein-Westfalen gekommen zu sein. Über einen Freund landete er schließlich in Bonn, wo er 1978 am Berufskolleg in Duisdorf seine erste Lehrerstelle antrat.

Doch nach zwei Jahren warf er noch einmal alles über Bord. Er gab seine sichere Beamtenstelle auf und reiste ein Jahr lang um die Welt. »Zu einem späteren Zeitpunkt hätte ich das wahrscheinlich nicht mehr geschafft.« Er bereiste Afrika, Australien, Amerika und Asien, bevor er nach Duisdorf zurückkehrte und glücklich darüber war, seine alte Stelle wieder antreten zu können.

Kurz bevor er seinen 40. Geburtstag feierte, nutzte er noch einmal die Möglichkeit, sich in die Welt aufzumachen. Mit seiner jungen Familie brach er die Zelte in Bonn ab und kam mit dem DED nach Tansania. »Wenn ich heute erzähle, dass ich an einer 'Private School' unterrichtet habe«, so Glock, denke man meist in europäischen Kategorien. Doch im Gegensatz zu den staatlichen Schulen seien die privaten Sekundarschulen von den tansanischen Gemeinschaften »Ujamaa« errichtet worden. Nur etwa zweieinhalb Prozent der nach hiesigen Verhältnissen als »Hauptschüler« bezeichneten Kinder konnten damals dort die weiterführenden Schulen besuchen. Ein Grund für den DED, Lehrer nach Tansania zu schicken. »Egal, ob Lehrer, Ärzte oder Ingenieure«, erinnert sich Glock, »wir verdienten alle 1200 Mark.«

Glock lässt die letzten 40 Jahre passieren

Anfang der 1990er Jahre erlebte Glock über die Marktöffnung Tansanias eine zunehmende Vermüllung der bis dahin unberührten Naturlandschaft. Durch Importe aus Übersee, China und Europa kamen plötzlich Plastikflaschen und -tüten in das Land, die achtlos entsorgt wurden und Savanne, Strände und Städte mit dem unverrottbaren Müll belasteten. »Aktuell gibt es jedoch auch in Tansania ein Verbot für Plastiktüten«, sagt Glock.

Mit vielen Fotoalben lässt er die letzten 40 Jahre passieren und erinnert sich an Lehrerkollegen und Freunde in Tansania. Mit der Unterstützung und mit Spendenaktionen seiner Duisdorfer Berufsschulkollegen konnte er in Njombe inzwischen zwei Häuser für etwa hundert Schülerinnen bauen, die nun sicher in Schulinähe untergebracht sind. In Tansania hat er auch das Fußballspielen begonnen, weswegen er auch 1994 dem Rot-Weiß-Lessenich (RWL) beitrug. Seitdem versorgt auch der RWL die Lehrer- und Schülermannschaften mit ganzen Trikotsätzen.

Nächster Besuch in Tansania wird noch ein paar Jahre dauern

Bei seinem letzten Besuch im August konnte Gerhard Glock in der Njombe-Lehreremannschaft gegen seinen Sohn Ingo in der Schülermannschaft spielen. Hunderte Schülerinnen und Schüler müssen gejubelt haben, als Ingo ein Tor gegen die Lehrer schoss und damit den Schülern zum 6:5-Sieg verhalf.

Nun wird es wieder ein paar Jahre dauern, bis Glock erneut seine »Familie« in Tansania besucht. Schade ist nur, dass seine afrikanischen Freunde ihn nicht in der Endenicher Harmonie erleben konnten, wo er gerade noch mit seiner Band »Taste of Woodstock« als Schlagzeuger und Sänger vor dem Auftritt der legendären »Canned Heat« zu sehen war.

Stefan Hermes

RWL unterstützt den Malteser Hilfsdienst Bonn bei Integrationsprojekt

Die Flucht aus dem Heimatland vor Gewalt und Krieg ist eine extreme Erfahrung, oft begleitet von traumatischen Erlebnissen. Doch auch nach der Ankunft in der neuen, noch fremden Heimat sehen die Geflüchteten sich mit weiteren Hürden und Herausforderungen konfrontiert: Wie soll man sich ein eigenes, selbstbestimmtes Leben aufbauen, wenn der Zugang zu Ausbildungs- und Arbeitsplätzen so schwierig ist? Wie kann man trotz kultureller und sprachlicher Differenzen sein Potenzial einbringen und damit Teil der Gesellschaft werden?

Um Geflüchtete bei diesen Fragen zu unterstützen, hat der **Malteser Hilfsdienst** in Bonn ein **Fußball-Integrationsprojekt** ins Leben gerufen. Seit Oktober 2018 jagen Spieler und Spielerinnen aus verschiedenen Ländern und Kulturkreisen einmal wöchentlich dem runden Leder hinterher. Bei diesem Projekt können die Geflüchteten sich entweder untereinander oder auch mit den Helfern über hierzulande gemachte Erfahrungen austauschen. Ebenso kann auch mal ganz pragmatische Hilfe z. B. bei der Orientierung durch den sprichwörtlichen Behörden-Dschungel geleistet werden. Das Projekt konnte in diesem Frühjahr, dank der Kooperation mit Rot-Weiß Lessenich, auf dem kleinen Kunstrasenplatz des Sportvereins fortgesetzt werden. Bei der Initiierung der

Kooperation waren die guten Kontakte von Sebastian Staden, Mitarbeiter im Hausnotruf der Malteser Bonn und Jugendtrainer beim RWL, sehr hilfreich. Mittlerweile gehört der Malteser Hilfsdienst Bonn zu den Werbepartnern von Rot-Weiß und ist mit einer Werbebande auf dem Vereinsgelände vertreten.

»Wir sind sehr dankbar, dass uns Rot-Weiß Lessenich ermöglicht hat, unser Integrationsprojekt in den Sommermonaten auf dem kleinen Kunstrasen fortzusetzen. Wir fühlen uns mit dem Verein, der wie der Malteser Hilfsdienst nur aufgrund des ehrenamtlichen Engagements von vielen Helfern existieren kann, sehr verbunden.« sagt der Geschäftsführer der Malteser Bonn **Nikolas Derwahl**.



Alle Jahre wieder – Jahresabschlussfeier der Schiedsrichter

Dieses Mal für einige unserer Lessenicher Akteure besonders



Die Weihnachtsfeier der Bonner Schiedsrichtergemeinschaft im Maritim Hotel Bonn ist fast schon eine Institution im Fußball-Verband Mittelrhein e. V. geworden. Auch in diesem Jahr kamen die Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter zu einem gemütlichen Abend in geselliger Runde zusammen. Gemeinsam warfen sie bei leckerer Gulaschsuppe und kalten Getränken an diesem Abend einen Rückblick auf das vergangene Jahr.

Ein Jahr, in dem sie alle mit Einsatz und Leidenschaft dafür gesorgt haben, dass auf den Bonner Sportplätzen der Ball friedlich rollt. Besonders in den Zeiten eines nicht immer leichten Daseins als Unterparteiischer ist

diesem Engagement ein hoher Respekt zu zollen. Umso schöner ist es, dass wir uns stetig über Nachwuchs im Schiedsrichterkreis freuen können. Zum Jahresabschluss erschien selbstverständlich auch unser Lessenicher Schiri-Team zahlreich. An dieser Stelle möchten wir jedem Einzelnen für seinen unentbehrlichen Einsatz danken. Besonders freuen wir uns mit Sascha Zink den Vorsitzenden des Kreisschiedsrichterausschusses in den Lessenicher Reihen zu wissen. Unser Jugendspieler **Philipp Wolf** komplettiert unsere Schiri-Truppe als derzeit jüngster Schiedsrichter im Kreis Bonn. Zusammen mit **Jonas Lückge** und **Max Landsberg** ist er der aufstrebende Vereins-Nachwuchs in diesem wichtigen Fußball-Amt. Danke, Jungs!

Darüber hinaus erhielt unser Schiedsrichter **Christian Stegmüller** mit der Silbernen Ehrennadel der SR-Gemeinschaft des Fußballkreises Bonn eine besondere Auszeichnung. Damit wurde er für zehn Jahre als aktiver Schiedsrichter sowie mindestens 300 geleitete Partien geehrt. Herzlichen Glückwunsch!





Fußball Senioren: Unsere vier Herrenmannschaften

Bei unseren vier Herrenmannschaften hat sich zur Sommerpause einiges getan. So wurde der Trainer- und Betreuerstab nahezu neu aufgestellt, wobei eine gesunde Mischung zwischen Kontinuität, neuem Wind und Neulingen gefunden wurde.



Die erste Mannschaft wird weiter unter **Satria Tristan (Sabby) Damshäuser** (29) trainiert.

Die ersten Spiele und Auftritte der neu formierten Mannschaft waren leider aufgrund von zahlreichen Abgängen, Verletzungen und beruflichen Ausfällen wenig von Erfolg gekrönt. Jedoch hat sich die Mannschaft zusammengerauft und geht weiter trotz vieler herber Rückschläge voll motiviert durch die schwierige Saison, in welcher der Klassenerhalt das Ziel ist. Unterstützt wird Sabby von Betreuer »Carletto Venezia« und dem neuen Abteilungsleiter **Andreas Wegner**, der sich dankenswerter Weise dieser Herausforderung als ehrenamtlicher Abteilungsleiter Fußball stellt. Hierfür »Vielen Dank«.

Gemeinsam mit dem Trainer der »1. Fußball-Herren« will der neue Abteilungsleiter einen

Entwicklungsschritt voranbringen und den unvermeidlichen schwierigen Umbruch hinkommen. Die Zusammenarbeit mit dem Trainer und der 1. Mannschaft soll grundsätzlich einem länger angelegten Plan folgen. Deshalb ist es um so erfreulicher, dass mit Andreas Schulz (Kapitän der 1. Mannschaft) und Jan Herrmann zwei Spieler der ersten Mannschaft in dieser Saison die Verantwortung über unsere A-Jugend übernommen haben und somit ein Bindeglied zwischen Junioren und Senioren sind.

In der zweiten Mannschaft leiten Trainer **Kai Wiesner** und Betreuer Victor Schandr die Geschicke und nach dem erstmaligen Aufstieg in

die 2. Klasse der Kreisliga versucht die Zweite für die Zukunft die Klasse zu halten.

Die 3. unter Trainer **Kevin Müller** und Trainer **Daniel Clasen** und die 4. Mannschaft unter Trainer **Tobi Nettekoven** und die Co-Trainer **Oliver Marzi** und **Simon Golletz** wollen in der Kreisliga D vor allem erst einmal den Spaß am Fußball haben und die Gemeinschaft im Verein pflegen. Hier steht Spiel und Spaß am Fußball im Vordergrund.

Wir erhoffen uns natürlich auch wieder deutlich mehr Zuschauer und würden uns über Ihren Besuch und Ihre Unterstützung freuen.

ROLEF
Eisenwaren

SCHMITTSTR. 17
53123 BONN
0228 - 62 51 45
INFO@ROLEF.DE

ABUS
SICHERT!

**SCHLÜSSEL SCHLÖSSER TRESORE BESCHLÄGE SICHERHEITSTECHNIK
MASCHINEN WERKZEUGE EISENWAREN BERATUNG UND MONTAGE**

ROLEF.DE **LEONARD** **BOSCH** **GU** **BKS** **ASSA** **DOM** **WILLY**

Umbruch und Konstanz in Einklang: Unsere Zweite

Nachdem die zweite Seniorenmannschaft im vergangenen Jahr mit einem zehnten Platz erfolgreich den nicht-Abstieg aus der Kreisliga B erreicht hat, versucht man sich in dieser Saison weiterhin in der zweithöchsten Bonner Kreisliga zu etablieren. Gerade dieses zweite Jahr stellt sich als besonders schwer für die Elf des Erfolgscoaches und Spielertrainers **Kai Wiesner** heraus, weil das zweite Jahr in einer Spielklasse generell ein durchaus schwieriges zu sein scheint und die Mannschaft ein gewisses Gleichgewicht zwischen neuen Verstärkungen und den bereits seit Jahren eingespielten Konstanten sucht.

Dieses Gleichgewicht fällt vor allem ins Auge, wenn man sich anschaut, dass Spieler, die den Spielstil seit Jahren geprägt haben, z. B. Karl Schandr, Marius Lützler, Jannik Sandmann oder Lasse Hostmann, nun andere Mannschaften in Lessenich tatkräftig unterstützen. Dahingegen sind mit Phillip Becker, Sven Tönnessen, Muhammed Conteh und Schajan Salah Jungs hinzugekommen, die nicht nur sportlich zum weiteren Erfolg beitragen, sondern auch außerhalb des Sportplatzes das Team bereichern.

Eben dieses »Außerhalb« ist nach wie vor bei der Zweiten von enormer Bedeutung, weil sich die Mannschaft seit jeher durch mannschaftliche Geschlossenheit ausgezeichnet hat. So werden teaminterne Aufgaben, z. B. Kassenwart, Organisation von Teamevents oder Beschaffung von Ausrüstung, auf möglichst viele Schultern verteilt, damit der Einzelne nicht zu viele Aufgaben alleine erledigen muss. Eben diese Geschlossenheit zeichnet sich dann dadurch aus, dass auf- und außerhalb des Platzes stets eine produktive und positive Stimmung gezeigt wird. Dies wirkt sich logischerweise auch auf die Teamleistung aus.

Aktuell ist die Elf von Kai Wiesner im Abstiegs-kampf verwickelt. Nach durchaus holprigem Start mit mehreren schwachen Leistungen und einigen starken Leistungen ohne Punktgewinn kämpft sich die Mannschaft aktuell in die Saison und zeigt seit Saisonbeginn konstant verbesserte Leistung. Dies gibt allen Beteiligten Anlass, um positiv in die weitere Saison zu blicken und daran zu glauben, dass an das Ergebnis der vergangenen Saison angeknüpft werden kann. Trotz aller Veränderungen: Als Team!





KOMPLETTLÖSUNGEN AUS EINER HAND

**Sie suchen einen Meisterfachbetrieb
im Gewerk Metallbau / Schlosserei?**

Dann sind wir Ihr Ansprechpartner!

Unsere modernen Werkstatt- und Büroräume finden Sie in guter Lage im Gewerbegebiet Bonn-West. Zu unserer Firmenphilosophie zählen handwerkliche Tradition, Individualität und Sicherheit.

Darüber hinaus vereinen wir Fachkompetenz, Erfahrung und zeitgemäßes Knowhow erfolgreich im täglichen Teamwork. Handwerkliche Qualität, Zuverlässigkeit und ein faires Preis-Leistungs-Verhältnis zählen zu unseren Stärken.

PLANUNG & ANFERTIGUNG

- Geländer und Treppen
- Schutzgitter
- Tür- & Toranlagen
- Zäune aller Art
- Überdachungen
- Edelstahlverarbeitung
- Schweißkonstruktionen
- Aluminiumfenster & -türen
- Balkonanlagen
- Sonderanfertigungen

TÜR- & TORANLAGEN

- Sektionaltore isoliert oder unisoliert (mit und ohne Antrieb)
- Garagenschwingtüre
- Nebentüren & Torantriebe
- Drehflügeltore (1-2 flügelig)
- Prüfung & Wartungsservice
- Roll- & Schiebetore (mit und ohne Antrieb)

RUNDUM-SERVICE

- Reparatur- & Kundendienste

MONTAGEARBEITEN

- Türen, Fenster, Briefkastenanlagen etc. aus Aluminium, Stahl und Edelstahl

SICHERHEITSTECHNIK

- Schlüsseldienst
- Schließanlagen
- Einbruchschutz
- Tür- & Fensterbeschläge
- Feuerschutz- & Fluchtwegtechnik

www.metallbau-landsberg.de

Salme-Genc-Ring 15 | 53121 Bonn (Dransdorf)
Gewerbepark Bonn West
Telefon 0228.65 56 01 | Telefax 0228.65 56 03
info@metallbau-landsberg.de

Sundays For »Vierte«!

Die nicht-ganz-so-ernst-gemeinte Rückschau der »Vierten« Mannschaft

Wir schreiben das Jahr 36 nach Kripsi Geburt. Ganz Lessenich ist von sportlichem Leid geprägt. Ganz Lessenich? Nein. Eine aus unbeugsamen (wörtlich gemeint!) Mannen zusammengestellte Truppe weigert sich vehement, die D(urst)-Klasse des Bonner Sportkreises hinter sich zu lassen. Mit überraschender Konstanz – im Gegensatz zu einem Großteil der Herren-Seniorenmannschaften – hält die Truppe um Trainer Tobias Nettekoven abermals die Spielklasse und lässt sich auch von einigen Veränderungen nicht beeindrucken.

Ein kurzer Rückblick

In der Regel zeichnet sich eine gute Fußballmannschaft durch Spielverständnis, Leidenschaft und Teamgeist aus. Seit jedoch das neue Fußballzeitalter ausgerufen wurde, gehört ein vielseitiges Taktikrepertoire ebenfalls dazu. In Bezug auf die »Vierte« konnte dies bereits im Dezember 2018 beobachtet werden: Nicht nur richtete man die alljährliche Weihnachtsfeier abermals mit den Spielpartnern der »Zweiten« aus, vielmehr wick man zusätzlich und grandios auf einen alternativen Austragungsort – das Zeughaus der Bonner Stadtsoldaten – aus. Eine Umstellung, die den

Feierwütigen keinen Dämpfer verschaffen konnte.

Das nächste Highlight sollte an den närrischen Tagen 2019 folgen: Kaum ein Umzugswagen war am Karnevalssamstag in Lessenich derartig gut bestückt wie der von »RWL 2.4«. Ein Startschuss für eine wohl länger wählende Tradition.

Fußballerisch gab es in der rückliegenden Saison ebenfalls einige Höhepunkte, denn in beeindruckender Manier konnte die Saison 18/19 auf dem Treppchen beendet werden. Einerseits beeindruckend, da man – staffelintern – die meisten Tore schoss (161) und andererseits beeindruckend, da man innerhalb des Spitzentrios auch die meisten Tore kassierte (90). Mit 45 Toren konnte sich »Mauro« Fria die mannschaftsinterne Torjägerkanone sichern, jedoch reichte es im Gesamtvergleich nur für die silberne Stecknadel (»Nichts ist scheißer als Platz 2!«).

Das letzte Saisonspiel konnte gegen den Aufsteiger vom »Mount Queck« nicht gewonnen werden, sorgte jedoch für ein weiteres Kuriosum: Sowohl Mittelfeldstrategie »DJ Matthes« Schleiff, als auch »Vollspann«-Peter Bonczek – ein umwerfender Typ, Grüße an die Viktoria aus Köln – durften sich im Zuge der Partie im nächstgelegenen Krankenhaus wiederfinden. Schleiff, dessen Ibiza-Bootshaus-Parookaville-Tomorrowland-erprobten Gelenke anscheinend einen Selbstheilungsprozess entwickel(te)n (mussten), stand bereits nach wenigen Wochen wieder der Mannschaft zur Verfügung, wohingegen die wohlgepflegten Schiedsrichterwaden noch ein paar Monate auf sich warten lassen werden. Was folgte,





war – in logischer Konsequenz – eine Mannschaftstour auf die Balearen.

Grundsätzlich gilt in diesem Zusammenhang die alte Regel: »Was auf Malle passiert, bleibt auf Malle«, daher hier nur ein paar kryptische Andeutungen: Hilfsbereitschaft wird bei der »Vierten« seit jeher großgeschrieben. Es wird nicht nur älteren Semestern über die Straße geholfen, nein, sie werden sogar auf die Insel begleitet und zwar ganz im Stile einer klassischen Kaffeefahrt. Dass hier und dort dann auch mal die Musik etwas lauter gestellt werden muss, ist selbsterklärend. Insbesondere die Jugend genoss den regen Austausch der Generationen und so konnten lebensbejahende Fragen á la »Wie war das WG-Leben mit Rainer Langhans?«, oder »Ihr durftet sonntags tatsächlich kein Auto fahren?!« beantwortet werden.

Ein paar aktuelle Worte

Manche gehen nach Nürnberg wegen seiner Historizität. Manche gehen nach Nürnberg aus beruflichen Gründen. Manche gehen nach Nürnberg wegen des Christkindlmarktes. Manche gehen nach Nürnberg wegen des »Glubbs« und manche gehen nach Nürnberg wegen der immens hohen Brauereidichte. Es gibt also viele Gründe um nach Nürnberg zu gehen, doch keiner dieser Gründe hält den Trainer der »Vierten« konsequent davon ab, seine Mann-

schaft – in persönlicher oder digitaler Form – weiterhin aus Franken zu coachen. Ein Zeichen für das Herzblutprojekt »Viert«.

Es ist generell bemerkenswert, in welcher Freund- und Kameradschaft sich Sonntag für Sonntag ein Schwall an WhatsApp-Nachrichten in Bezug auf Trikotsätze, Spielerpässe und Kaltgetränke in jener berühmt-berüchtigten Messenger-Gruppe sammelt, die nur den ganz Auserlesenen bestimmt ist und daher lediglich 50 Teilnehmer verzeichnet. Sicher mag man sich in den Augen mancher Betrachter etwas zu sehr für auserlesen erachten, jedoch – und das wurde bereits in der Einleitung dieses Textes erwähnt – handelt es sich bei der »Vierten« um eine wahre Konstante im Verein, die nicht nur das Traditionelle (»Wir sind Sankt Martin!«), sondern auch das Fußballerische verkörpert. Ein Großteil der Spieler sind Vereinsmitglieder von Kindesbeinen an und halten dem Verein und dessen Umfeld bis heute die Treue. So kicken – beispielsweise – ehemalige Schützlinge heute mit ihren früheren Trainern, oder treten in ihre Fußstapfen. Gleichzeitig verweigert sich die »Viert« aber auch keinen »unbeschriebenen Blättern«, so dass jeder, der Lust auf ein bisschen Kicken oder Interesse an einem geselligen Miteinander hat, jederzeit herzlich willkommen ist. Und – seien wir mal für einen Moment ehrlich – früher oder später landen sie alle hier.



Wir sagen DANKE!!!

Die U15 des FC Rot-Weiß Lessenich bedankt sich bei dem Sport-Bistro »HALBZEIT« und hier besonders dem Besitzer Ahmad Chikhou für den neuen Trikotsatz. Dieser wird in der aktuellen C-Sonderstaffel mit Stolz getragen und verhilft sicherlich zu einer erfolgreichen Platzierung. Im Namen des ganzen Teams: DANKE!

Rot-Weiß Lessenich gratuliert seinem neuen DFB Trainer!



Unser U6-Trainer **Bastian Weber** hat erfolgreich die Ausbildung zum DFB Trainer C-Lizenz bestanden! Der Lehrgang ging über 2 Wochen in den Sommer- bzw. Herbstferien. Das Thema seiner Abschlussprüfung war die Verbesserung des Abwehrverhaltens im Zentrum. Der RWL stellte bei der Ausbildung, die durch die Ausbildungskoordinatoren Manuel Schulitz und Verena Hagedorn vom FVM durchgeführt wurde, einen der jüngsten Teilnehmer.





Neue Bambini-Mannschaft etabliert

Unter dem Trainer **Bastian Weber** – seit Oktober 2019 sogar mit Trainerlizenz (dazu nochmals herzlichen Glückwunsch) – und Mannschaftsverantwortlichen **Sebastian Staden**, lernen die Jungen und Mädchen des Jahrgangs 2014 das Fußball spielen. Neben den ersten Anfängen mit dem Ball kommt der Spaß dabei selbstverständlich nicht zu kurz, sodass versucht wird, sämtliche Übungen kindgerecht zu vermitteln.

Das Training findet jeden Samstag von 11.15 Uhr bis 12.15 Uhr auf dem Kunstrasen / Kleinfeld statt. Im Winter trainieren die Nachwuchskicker in der Turnhalle der Laurentiuschule in Lessenich.

Wir hoffen, dass die Truppe zusammenbleibt und bei den im Winter anstehenden Hallen-

turnieren ihre ersten »Pflichtspiele« mehr oder weniger erfolgreich absolvieren wird. Im Frühjahr werden dann auch Freundschaftsspiele auf dem richtigen Grün vereinbart.

Da noch 2,3 Kaderplätze frei sind, können interessierte Jungen und Mädchen nach vorheriger Absprache mit unserem Kleinfeldkoordinator (Mark Gartzke) gerne zu einem Schnuppertraining vorbeischaun.

Weitere Infos unter www.rot-weiss-lessenich.de/fussball/fussball-junioren

Ein besonderer Dank gilt den Firmen Isak Ristemi (Fliesenverlegung, Trockenausbau, Objektbetreuung), Resul Ristemi (Sicherheitstechnik) und Nils Nissen (Heizung, Sanitär, Solar), die der Mannschaft einen kompletten Trikotsatz und Trainingsanzüge zur Verfügung stellen.

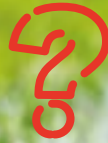


Fußballjugendarbeit: Was sagt ihr dazu?

Fußballjugendarbeit wird beim FC Rot-Weiß Lessenich auch in dieser Saison und im Jahr 2020 wieder großgeschrieben. Im neu zusammengestellten Team des Jugendvorstands arbeiten wir zielstrebig dafür, dass den Kindern der Fußball in unserem Verein Freude bereitet und alle gerne unser Motto »RWL mein Verein« präsentieren und leben.

Doch wer ist mit uns verantwortlich für den Abteilungserfolg? Unsere ehrenamtlichen Trainer und Betreuer ... Dieses Team haben wir nach ihren Gedanken, ihrer Meinung, ihren Ideen zu vier wichtigen Schlagwörtern befragt: **Verein, Ehrenamt, Zukunftswunsch und Trainer-Erlebnis.** Einige interessante Beiträge haben uns dazu erreicht, lest selbst.

VEREIN



Tobias, U8: »Der RWL ist innerhalb von nur einem Jahr für mich ein Stück Heimat und Familie geworden!«

Heiko: »Bildet die Grundlage, vermittelt Team-Gefühl, Team-Geist. Wenn es im Verein nicht stimmt, kann der Trainer, das Team nichts ausrichten.«

Mark: »Gemeinschaft, ein Miteinander, Identifikation.«

Sandra: »Eine Basis, ein Fundament, nicht nur Sportverein, auch Begegnungsstätte für das Miteinander von Jung und Alt. Vereine sind wichtig, vor allem für unsere Kinder. Hier lernen sie Gemeinschaft, Respekt, Rücksicht, Mut, Erfolg, Spaß – wo geht so viel schöner als in einem Verein.«

Chris: »Ich habe das Vereinsleben damals als eine große Gemeinschaft, in der jeder jedem hilft, kennengelernt. Wo man anpackt, auch wenn es einem persönlich nichts bringt. Wo man generationsübergreifend zusammensitzt und gesittet, aber fröhlich feiert, wo man gerne seine (Frei-) Zeit reinsteckt. Eine zweite Familie eben.«

Stimmen der U13: »Gemeinsames Erleben vor Ort. Alle halten zusammen.«

EHRENAMT

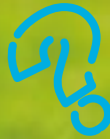
Jugend

Fußball



Heiko: »Ist wichtig für eine funktionierende Gesellschaft. Ich will nicht für meine Tätigkeit bezahlt werden, das Feedback der Kinder ist viel mehr wert.«

Sandra: »Man muss es leben, es braucht Respekt, Anerkennung und Leidenschaft – das ist das Fundament unser aller Miteinander überall. Immer eine Ehre ...«



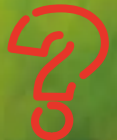
Stefan: »Ich freue mich über das ehrenamtliche Engagement vieler Vereinsmitglieder – insbesondere das des Vorstandes und der Abteilungsleiter, die uns immer super unterstützen.«

Tobias, U8: »Das Ehrenamt sollte von allen Beteiligten auch so eingeschätzt und gewürdigt werden.«

Chris: »Heutzutage unabdingbar, aber von außen viel zu wenig geschätzt. Der Dank gilt jedem, der sich ehrenamtlich betätigt.«

Mark: »Tolle Sache und wichtig, sollte mehr gefördert werden... Leider selten dankbar... Oftmals ein Missverständnis, dass die Zahlung von Vereinsbeiträgen nichts mit dem Ehrenamt zu tun haben... dementsprechende Erwartungshaltung der Eltern ...«

Stimmen der U13: »Sinnvolle und wichtige Aufgabe zur Förderung eines Miteinanders. Eine Aufgabe, die Spaß macht.«



ZUKUNFTS- WUNSCH

Chris: »Neben »materiellen« Dingen wie dem Vereinsheim und langfristig vielleicht einem zweiten Kunstrasenplatz oder/und einer eigenen Halle, würde ich mich freuen, wenn der Verein der Rückziehort und Lieblingsplatz für Hunderte junger und alter Menschen wird/bleibt.«



Heiko: »Mehr Flexibilität.«

Tobias, U8: »Einen Verein zu schaffen, in dem nicht nur von Teamgeist gesprochen, sondern dieser auch gelebt wird.«

Stefan: »Ich wünsche mir einen viel unaufregteren und gelasseneren Austausch bei Meinungsverschiedenheiten und Eltern, die vor kritischen Äußerungen einmal selbst ehrenamtlich tätig werden.«



Mark: »Anstand, Respekt, besseres Miteinander ...«
Wir alle sind Verein.««

Stimmen der U13: »Fertigstellung des Vereinsgebäudes. Weiter faires und sportliches Verhalten, sowohl innerhalb des Vereins als auch Gästen und "Gegnern" gegenüber.«

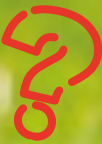


TRAINER- ERLEBNIS



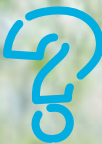
Chris: »Jedes Lächeln eines Kindes, wenn es glücklich das RWL-Gelände verlässt.«

Mark: »Das Schönste ist, wenn die Kinder dein Ehrenamt mit Spaß, Engagement, Ehrlichkeit und Vertrauen würdigen.«



Tobias, U8: »Jeder Moment, den ich mit den Jungs auf dem Platz stehen kann, ist wie eine Auszeit vom Stress des Alltags für mich, da in dieser Zeit nur der Fußball zählt. Dafür danke ich besonders meiner U8. Ihr seid das tollste Team der Welt!«

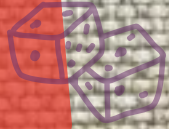
Heiko: »Die Entwicklung der Kinder innerhalb des letzten Jahres ist unglaublich, es macht mich stolz einen kleinen Beitrag dafür geleistet zu haben.«



Stimmen der U13: »Freude mit der Mannschaft über gewonnene Spiele. Umsetzung von eingeübten Spielzügen durch die Mannschaft.«



teamgeist Kids



Fußball – Quiz

Das WM-Finalspiel Deutschland gegen Ungarn 1954 nennt man auch ...

- a ... das Wunder von Bern
- b ... die Schande von Cordoba
- c ... das Wembley-Tor

Wer wird am Ende einer Fußball-Saison Deutscher Meister?

- a Die Mannschaft, die während der Saison die meisten Punkte gesammelt hat.
- b Die Mannschaft mit den wenigsten Fouls.
- c Die Mannschaft mit den meisten Fans.

In welchem Jahr wurde die Fußball Bundesliga gegründet?

- a 1974
- b 1963
- c 1857

Wo fand die Fußball-Weltmeisterschaft 2006 statt?

- a In Südafrika
- b In Japan / Korea
- c In Deutschland

Wo fand die erste Fußball-Weltmeisterschaft statt?

- a Brasilien
- b Uruguay
- c Schweiz



Auflösung: 1a, 2a, 3b, 4c, 5b

Wusstest du, ...?

... dass ein Fußball flattern kann?

Durch den sogenannten Magnuseffekt kann ein Ball plötzlich seine Flugbahn ändern. Der Ball ist während seines Flugs einer ganzen Reihe physikalischer Kräfte ausgeliefert. Durch Luftströmung und Querkraft an der Balloberfläche kommt es zu Luftverwirbelungen, die den Ball „flattern“ lassen.

... dass der Elfmeter, den ein Torhüter abfängt, mit einem Gewicht von bis zu 80 kg auf den Schlussmann prallt?

Auch hier helfen uns die Naturwissenschaften Mathematik und Physik weiter. Das Gewicht und die Geschwindigkeit eines Balles kann man messen. Nach dem berühmten Mathematiker und Physiker Sir Isaac Newton (1642 – 1726) ist die Kraft, die von einem Körper ausgeht, das Produkt aus seiner Masse und seiner Beschleunigung: $\text{Kraft des Aufpralls} = \text{Ballgewicht} \times \text{Ballgeschwindigkeit}$

... dass bestimmte Eiweiße in den Beinmuskeln für die Geschwindigkeit des Balls verantwortlich sind?

Sportmediziner haben erforscht, dass zwei besondere Eiweiße in den Muskelzellen bei einem Schuss zusammenwirken. Eiweiß ist der wichtigste Baustoff unseres Körpers, denn er steckt in jeder einzelnen Zelle.

Der Floskel-Fachmann



Der Fußball-Reporter ruft: »Sie müssen schneller umschalten!« Das hört man manchmal im Fernsehen. Damit meinen Reporter natürlich nicht die Zuschauer vor dem Fernseher. Sie benutzen ein sprachliches Bild, um auszudrücken, was sie sagen möchten: Die Mannschaft soll schneller aus ihrer Abwehr nach vorne spielen, wenn sie den Ball erobert hat. Also: umschalten - von Abwehr auf Sturm. Solche Fußball-Sprüche werden auch Floskeln genannt.

Damit du weißt, was Reporter oder andere Fußball-Experten mit ihren Sprüchen meinen, haben wir ein Rätsel vorbereitet. Kannst du ihm helfen herauszufinden, was gemeint ist?



Was macht der Torwart denn hier?

In dieser Aufgabe geht es um eine Mauer und einen Dirigentenstab.

Auflösung: Gesucht ist der Fußball-Spruch: die Mauer abblocken können. Er dirigiert sie also. Die Torwart zeigt den Spielern mit Gesten, wo sie sich genau hinstellen sollen, damit sie den Freistoß

Was haben die Flügel auf dem Fußballplatz zu suchen?

Auflösung: Gesucht ist die Formulierung: über die Flügel spielen. Die Flügel sind die offensiven Positionen rechts und links außen auf dem Feld. Von dort aus sollen Tore vorbereit werden. Oft spielen Spieler auf dem rechten und linken auf dem linken Flügel. Flanken von dort sind für die Gegner oft schwieriger zu verteidigen, als wenn die Spieler den Ball durch die Mitte nach vorne spielen.



Hier spielt eine Banane die Hauptrolle.

Auflösung: Auf dem Bild ist eine Bananen-Flanke zu sehen. So nennt man eine Flanke, bei der der Ball in einem deutlichen Bogen über den Platz fliegt; in Bananen-Form. Wenn eine solche Flanke von außen vors gegnerische Tor geschlagen wird, kann ein Mitspieler den Ball gut in den Kasten köpfen.





50 Jahre »Alte Herren« FC Rot-Weiß Lessenich

Die »Alte Herren« begehen 2020 ihr 50-jähriges Jubiläum, diesen besonderen Anlass wollen wir mit einem Jubiläumsturnier und einer Festveranstaltung angemessen feiern.

AH-Jubiläumsturnier am Samstag, 20. Juni 2020

Im Rahmen des Gerümpel Turniers 2020 (20./21.06.20) veranstalten die AH ein Turnier mit langjährigen, befreundeten Mannschaften in Lessenich.

Die Planungen laufen und wir hoffen auf tatkräftige Unterstützung des Hauptvereins bzw. der Organisatoren des Gerümpelturniers.

AH-Jubiläumsfest am Samstag, 05. September 2020

Ein Jubiläum mit der Zahl »50« verlangt natürlich auch nach einem entsprechenden

Fest mit unseren Damen. Der Vorstand und ein erweitertes Organisationsteam haben bereits 2019 die nötige Planung begonnen und sich für das »Schützenhaus« im Derletal entschieden. Diese Art der Veranstaltung erfordert zwar einen größeren organisatorischen Aufwand aber wir bekommen auch mehr für unser Geld.

Wir feiern unser Jubiläum mit großem Stolz, 50 Jahre als eigenfinanzierte Abteilung zu überstehen und alle Höhen und Tiefen zu meistern – eine einzigartige Leistung – die nur durch den gemeinsamen Einsatz aller Mitglieder möglich war. Links und rechts

Das Team der »Alten Herren« 1988

h.v.l.n.r.: Hans von Thienen, Ernst Porschen, Jürgen Spies, Gerd Schmich, Winfried Stenzel, Norbert Hündgen, Willi Schmitz, Gerd Wacker, Siegfried Stief, Ulli Zabel; v.v.l.n.r.: Bernhard Winterscheid, Franz Bauer, Klaus Prescher, Torwart BMVg, Michael Kolb, Klaus Wodrich

von Lessenich wurden im Laufe der Jahre viele bekannte AH-Abteilungen aufgelöst – wir haben durchgehalten – auch dank der lang-jährigen Sportfreunde (Stand 2020) **Jürgen Spies** (seit 47 Jahren), **Winfried Stenzel** (seit 41 Jahren), **Ernst Porschen** (seit 40 Jahren), **Willi Schmitz** (seit 39 Jahren), **Peter Krips** (seit 33 Jahren), **Michael Kolb** (seit 32 Jahren), **Uwe Schelenhaus** (seit 32 Jahren), **Klaus Eberhard** (seit 31 Jahren) **Hans Weber** (seit 30 Jahren) und aller weiteren treuen Mitglieder der AH-Abteilung.

Ein kurzer Rückblick

1970 wurde in der Gaststätte »Zur Linde« die Idee geboren eine »Alte Herren«-Fußballmannschaft zu gründen. **Heinz Weber** und **Gerd Schütze** waren sofort Feuer und Flamme und setzten den Gedanken in die Tat um. Damit war der Grundstein für eine lange, traditionsreiche Zeit gelegt, die neue Abteilung entwickelte sich zu einem festen Bestandteil der Lessenicher Sportfamilie und war fortan nicht mehr aus dem Vereinsleben von Rot-Weiß Lessenich wegzudenken.

Nach den Jahren des Aufbaus wurden die AH nicht nur im sportlichen Bereich zu einer feste Größe sondern auch gesellschaftlich ein Schwergewicht. Mit der Übernahme der Abteilungsführung durch **Siegfried Stief** 1981 wurde die Mannschaft über die Stadtgrenzen hinaus bekannt und war beliebter Gegner in Nah und Fern. Nach 10 Jahren beendete »Siggi« seine Arbeit als AL und weitere große Namen (**Klaus Prescher**, **Paul Butscheid** und **Frank Pianka**) führten die Abteilung weiter.

Es entwickelte sich eine bunte Mischung aus sportlichen Höhepunkten und geselligen

50 Jahre Alte Herren bei Rot-Weiß Lessenich

Seit nunmehr 50 Jahren sind die Alten Herren aktiv in unserem Verein. Das ist sehr erfreulich und entsprechend ist auch die Freude groß, dass die Abteilung im Jahr 2020 dieses ausgiebig feiert. Ein sportliches Highlight wird hierbei das Alte Herren Turnier auf unserer Sportanlage! Die Alten Herren sind wichtig für den Verein, da sie für alle die nicht mehr den Ball hinterherlaufen eine Möglichkeit bieten trotzdem aktiv weiter am Vereinsgeschehen teilzunehmen.

Es ist gut zu sehen, dass die Abteilung immer wieder attraktive Touren unternimmt nach Berlin oder den alljährlichen Weihnachtsmarktbesuch. Wir hoffen, dass diese Erfolgsgeschichte im Verein noch viele Jahrzehnte weitergeht.

Marco Jost

Veranstaltungen. Elf Gerd-Weber-AH-Gedächtnisturniere, Spiele und Besuche bei befreundeten Vereinen in Brück, Ramersbach, Giebelstadt, Ruhla (Thüringen), Berlin-Köpenick und Spiele gegen die Traditionsmannschaft des VfL Bochum Mannschaftstouren waren neben dem regelmäßigen Spielbetrieb Besonderheiten der jährlichen Aktivitäten.

Unsere Mannschaftstouren bildeten den Höhepunkt des Sportjahres. Während in den ersten Jahren Ziele an Rhein und Mosel oder in Winterberg bevorzugt wurden, zog es die »Alten Herren« in den folgenden Jahren



Mannschaft der

»Alten Herren« 1992

h.v.l.n.r.: Gerd Schmich, Willi Schwenk, Norbert Hündgen, Eberhard Dietze, Gerd Wacker, Willi Schmitz, Winfried Stenzel, Siegfried Stief, Dieter Schreiber, Ulli Zabel, Robert Hofmann, Hans von Thienen, Gerd Weber; v.v.l.n.r.: Klaus Eberhard, Hoffmann, Franz Fischer, Ernst Porschen, Paul Butscheid, Klaus Prescher, Michael Kolb

immer weiter in die Welt hinaus. Portugal (Algarve), Spanien (Mallorca, Lloret de Mar und Torremolinos), Bulgarien, Ski-Touren nach Oberstdorf, Bitburg, Dorf Münsterland und Städtetouren nach Prag, Hamburg, Amsterdam, München und Berlin erfreuten sich großer Beliebtheit.

Aber wir haben auch wunderschöne Feste mit unseren Frauen gefeiert – Sportlerbälle und Jahresabschlussfeiern – waren gute Anlässe um den »Mädels« für ihre Unterstützung zu danken.

In den letzten Jahren (alle wurden älter) wurde das kulturelle Angebot der Abteilung ausgebaut, Fahrten ins rheinische Braunkohlerevier und Langerwehe, zum Weihnachtsmarkt nach Limburg und Aachen, Stadtbesichtigungen in Bonn (Bundestag, Villa Hammerschmidt, Stadt- und Kneipentour), Düsseldorf (Landtag) und Köln standen – unter Leitung von Ernst PORSCHEN – auf dem Programm. Ernst war auch der Gründer des AH-Chores der bei AH- und Dorfveranstaltungen

gen die vielseitigen Fähigkeiten der AH-Fußballer unter Beweis stellen konnte.

Wie schon gesagt, wir wurden älter, daher kamen mit Fahrradtouren und Sauna- und Wellnessstagen weitere Möglichkeiten etwas gemeinsam zu unternehmen – alles zusammen – gute Gründe Mitglied bei den »Alten Herren« zu sein.

Damit nicht genug, denn wer Mitglied bei den »Alten Herren« war, wurde auch wie selbstverständlich in das ehrenamtliche Engagement des Vereins eingebunden, viele bekannte Mitglieder der Vereinsführung entstammten unserer Abteilung (1. Vors. – **Heinz Weber, Bruno Euskirchen, Gerd Schmich, Klaus Nolden**, 2. Vors. – **Klaus Eberhardt, Uwe Schelenhaus**, der langjährige Kassierer **Gerd Wacker**, Jugendleiter wie **Fritz und Hubert Winkler, Peter Brück, Michael Kolb** und **Rainer Siegel**, Schiedsrichterlegende **Manfred Schütze** und der ehemalige Ortsausschussvorsitzende **Ernst Porschen**)

Mannschaft der

»Alten Herren« 2019

h.v.l.n.r.: Robert Kleinhans, Thomas Kuhn, Christoph Kümpel, Martin Nonnen, Robert Clasen, Patrick Blankertz, Christian Winkler, Jakob Wildenberg; v.v.l.n.r.: Enrico Wildenberg, Simo (Gast), Dennis Vajbert, Benny Ignacy, Udo Weber, Klaus Kröger, Dirk Richarz



Blick in die Zukunft

Leider ist nach 50 Jahren festzustellen, dass sich die Mitgliederzahlen in den letzten Jahren nachteilig entwickelt haben, uns fehlt »ausreichender« Nachwuchs aus dem Verein, einige externe Sportfreunde haben sich uns angeschlossen. Damit konnte der schmerzliche Verlust der vielen verstorbenen Kameraden und der ausgetretenen Mitglieder nicht ausgeglichen werden.

Die zur Zeit 46 Mitglieder weisen einen hohen Altersdurchschnitt ($\bar{U}_{30} = 2$, $\bar{U}_{40} = 7$, $\bar{U}_{50} = 17$, $\bar{U}_{60} = 10$, $\bar{U}_{70} = 10$) auf, junge Leute werden dringend gesucht um den Spielbetrieb und die Arbeit in der Abteilung aufrecht zu erhalten. Es wird immer schwerer eine leistungsstarke Mannschaft auf den Platz zu bekommen, Großfeldspiele sind aufgrund der Altersstruktur so gut wie unmöglich, Kleinfeldspiele bilden die Ausnahme und Kleinfeldturniere werden immer beliebter, eine Entwicklung die nur schwer aufgehalten werden kann.

Abteilungsleiter der »Alten Herren«

1970 – 1976	Gerd Schütze
1976 – 1977	Karl-Robert Gloning
1977 – 1979	Werner Duxmann
1979 – 1981	Peter Brück
1981	Manfred Herkelrath
1981 – 1991	Siegfried Stief
1991 – 1994	Klaus Prescher
1994 – 2001	Paul Butscheid
2001 – 2010	Frank Pianka
2010 – 2015	kein AL, kommissarische Leitung Robert Kleinhans und Klaus Kröger
2015 – 2020	Michael Kolb

Neuer Abteilungsvorstand

Ein Jahr der Veränderung

2020 ist nicht nur ein Jubiläumsjahr sondern auch ein Jahr der Veränderung im Abteilungsvorstand. Abteilungsleiter und Leiter Spielbetrieb werden nicht mehr kandidieren, die Geschicke der Abteilung werden in jüngere Hände gelegt. Passende Kandidaten wurden gefunden und werden im Laufe des Jahres die Amtsgeschäfte übernehmen.

Michael KOLB steht nach 20-jähriger ehrenamtlicher Tätigkeit (u. a. als Jugendtrainer, Jugendleiter und Abteilungsleiter AH) nicht mehr zur Verfügung.

Ein neuer Abteilungsleiter konnte mit Udo WEBER gefunden werden, der Zeitpunkt der Abteilungsübergabe ist noch offen.

Robert Kleinhans beendet zum Jahresbeginn seine 10-jährige Tätigkeit als Spielleiter – sein Nachfolger wird **Christian Winkler**. Robert

gebührt unser aller Dank für seine lange Bereitschaft diesen Posten auszuüben. Dankenswerterweise hat sich **Klaus Kröger** bereit erklärt – nach nunmehr auch schon 13 Jahren – die Aufgaben des Kassiers weiterzuführen.

Die designierten Nachfolger werden natürlich noch in Rahmen der Mitgliederversammlung der AH gewählt.

Ich darf mich an dieser Stelle bei den vielen ehrenamtlichen Sportfreunden bedanken die in den zurückliegenden 50 Jahren zu Wohle der Abteilung und des Vereins gearbeitet und das Erreichte erst möglich gemacht haben. Danke auch an unsere Frauen die mit viel Geduld und Verständnis das sportliche Treiben ihrer Männer unterstützt haben.

Der Abteilung wünsche ich ein schönes Jubiläumsjahr und alles Gute für die Zukunft, wir



sind eine unverzichtbare Säule im Vereinsleben von Rot-Weiß Lessenich, es lohnt sich dieses traditionelle Vereinsleben zu pflegen und zum Wohle unseres »Veedels« am Leben zu erhalten. Persönliche Befindlichkeiten sollten hinten anstehen und das sportlich,

gesellige Gemeinwohl in den Vordergrund gestellt werden, dann geht die Erfolgsgeschichte »Alte Herren« RW Lessenich auch noch viele Jahre weiter.

Michael Kolb

Abteilungsleiter »Alte Herren«

Das Sportjahr 2019

Bereits im Jahr 2018 hatten sich die aktiven Alten Herren zu einer grundlegenden Veränderung ihres Spielbetriebes entschlossen. So stand die Teilnahme an Kleinfeldturnieren klar im Vordergrund. In der Spielzeit 2019 sind wir wieder fünf Einladungen gefolgt.

Bei allen Turnieren konnten respektable Ergebnisse bis hin zum Einzug ins Halbfinale erzielt werden.

Der Zuwachs durch einige externe, jüngere Spieler in unseren Reihen machte sich hier deutlich bemerkbar.

Doch auch die älteren Jahrgänge bewiesen ihre fußballerischen Fähigkeiten. Bei der Ü50 Kreismeisterschaft des Fußballkreises stand wieder die Freude am Spiel im Vordergrund.

Unsere Gegner waren durchgängig Teams der gleichen Altersklasse und der Gastgeber im Franz- Elbern-Stadion in Beuel hatte einen perfekten Turniertag organisiert.

Auf dem Großfeld standen zwei Vergleiche mit den Sportfreunden des SV Menden auf dem Programm. Die »Mendener« waren diesmal in der Lage, ihre spielerische Stärke voll umzusetzen, somit konnten wir entgegen dem Vorjahr keines der beiden Spiele gewinnen.

Die Trainingsabende (Montag 19.30 – 21.00 Uhr auf einer Platzhälfte) wurden von der Mannschaft sehr gut angenommen und verliefen in einem geordneten Rahmen. Im Durchschnitt fanden sich regelmäßig 18 Sportkameraden auf unserem Kunstrasenplatz ein. Aufgrund der nicht mehr vorhandenen Hallenbelegungszeiten, sind zusätzliche Trainingseinheiten im Soccer-Center, gerade in der kalten Jahreszeit, eine attraktive Ergänzung zum herkömmlichen Trainingsbetrieb.

Der Trainingstag ist für die Aktiven ein besonderer Tag – die körperliche Fitness will schließlich erhalten und gepflegt sein!

Wir pflegen in hohem Maße die sportliche Gemeinschaft. Nach der entspannten Trainingseinheit werden bei gekühlten Getränken und einer leckeren Wurst, durchaus auch die einen oder anderen Anekdoten zum Besten gegeben.

Interessierte Spieler, die sich unserer Truppe anschließen möchten, sind herzlich willkommen.

Robert Kleinhans
Leiter Spielbetrieb »Alte Herren«



AH-Tour nach Berlin

25. bis 27. Oktober 2019

Das Ziel unserer diesjährigen AH-Tour war die Bundeshauptstadt Berlin. Mit reichlich Proviant an Bord starteten wir unsere Expedition am Bonner Hauptbahnhof. Bei Doppelkopf, Dalmuti und jeder Menge Spaß verfloß die Bahnfahrt wie im Nu. Zum Glück hatte Cliff noch eine Zusatzkiste besorgt, sonst wären wir wahrscheinlich »unterhopft« in Berlin angekommen.

Nachdem wir unsere Zimmer am Kudamm bezogen hatten, ging es auch schon weiter ins Nikolei Viertel. Eigentlich wollten wir zu »Mutter Hoppe«, aber unser Eventmanager Udo hatte vergessen einen Tisch zu reservieren – kann passieren – Ersatz war schnell gefunden, das Brauhaus »Georgs Bräu« gleich nebenan. Auf halber Fahrtstrecke bemerkte Udo, dass er die

Tickets für die abendliche Comedy Bustour vergessen hatte – kann auch passieren.

Also fuhr Udo (begleitet von Cliff) zurück zum Hotel um die Tickets zu holen, schnell in die S-Bahn und zurück ins Zentrum, leider fuhren die Helden in die falsche Richtung.

Nach dem leckeren Essen (nur das Eisbein war wohl schlecht, denn Michael sollte es in der Nacht noch mal wieder sehen) und einem Umtrunk (Dirk hatte zum Baby- pinkeln zur Geburt seiner Tochter eingeladen) ging es zum Startpunkt der Comedy-Bus-Tour an den Friedrichstadt-Palast. Eine kurzweilige, humorvolle Stadtrundfahrt, bei der es viel zu sehen gab. Dumm nur, dass es draußen dunkel war und wir kaum etwas erkennen konnten.



Im Anschluss machten wir uns zu Fuß auf den Weg zu einer Rundreise um den »Alex«, Thomas hatte einen Geheimtipp erfragt, die Hafenbar, leider gab es für uns keinen Einlass (zu viele Männer, Frauen hätte man genommen). Also ging unsere Wanderung weiter, eine passende, nahegelegene Kneipe fanden wir aber nicht mehr, so ist das manchmal in einer europäischen Metropole. Zum Glück hatte die Hotelbar noch geöffnet und wir ließen den Abend dort ausklingen. Im Nachhinein nicht schlecht, denn alle bekamen ausreichend Schlaf und konnten sich für den nächsten Tag schonen.

Am nächsten Morgen war ein Frühschoppen in der »Ständige Vertretung (Stäv)« angesagt, dort trafen wir auch unseren alten RWL Vorsitzenden und Neuberliner Klaus Nolden. Der ein oder andere Kranz wurde getrunken und nach einem Fototermin am Brandenburger Tor ging es weiter Richtung Olympiastadion. Der Besuch des Bundesligaspiels Hertha BSC gegen Hoffenheim (oder war es Paderborn) stand auf dem Programm. Leider hatte die Geschäftsstelle der Hertha die falschen Eintrittskarten verschickt (war bis zu diesem Zeitpunkt aber leider nicht aufgefallen) doch unser Udo konnte mit hohem persönlichen Einsatz und

nervenaufreibenden Telefonaten das Problem lösen und die Karten wurden getauscht. Für uns neutrale Besucher war es ein torreiches Spiel (2:3) bei dem die Heimmannschaft leider als Verlierer vom Platz ging.

Für den Abend hatte Ritchie einen Tisch in der Kultkneipe »Klo« reserviert. Eine urige Kneipe, bei der es wirklich viel zu entdecken gab. Gute Stimmung, tolle Musik und ausreichend Bier sorgten für einen wirklich gelungenen Abend, die Letzten machten im »Klo« das Licht aus.

Nach einem ordentlichen Kater-Frühstück machten wir uns dann auf Weg zum Haupt-





bahnhof. Gut dass Michael vorsorglich einen Zeitpuffer von 90 Minuten für die Fahrt eingeplant hatte, denn für die ersten 300 Meter brauchten wir satte 45 Minuten (aber nicht weil wir gehbehindert waren, sondern »ich muss noch mal kurz auf die Toilette, ich auch – aber länger, wo ist die blaue Kühlbox – vergessen, wo ist dein Koffer – am Hotel stehen gelassen, lass uns noch Bier kaufen usw.«) »Unglaublich, was sind wir doch manchmal für eine »verpeilte« Truppe«. Um weitere Überraschungen zu vermeiden hatte Udo sicherheitshalber das Bahnticket an Michael bzw. Cliff abgegeben und die Rückfahrt konnte ohne Probleme angetreten werden (Erfahrung der München Tour).

Gegen Nachmittag erreichten wir etwas übermüdet Bonn und alle waren sich einig, es war wieder eine super Tour!

Udo Weber

Der Abteilungsleiter »Alte Herren« sagt »Danke« lieber Udo!

Wir danken unserem Eventmanager »Udo« für die Planung und Durchführung der diesjährigen AH-Tour.

Es war wieder ein gelungenes Wochenende, wir haben einiges erlebt und viel gelacht sowie ausgiebig den geselligen Zusammenhalt gepflegt.

Berlin ist immer eine Reise wert – aber mit den »Alten Herren« bleibt eine solche Reise ein unvergessliches Erlebnis.

Michael Kolb



Zur Linde

al tilo

[Home](#)[Kontakt](#)

Willkommen

Hinweis! Bitte beachten Sie, dass zur Zeit keine Reservierungen per E-Mail möglich sind.

Speisekarte

Roncollistraße 25
53123 Bonn-Lessenich
Tel: 0228 - 92 655 119
Mail: service@al-tilo.de

Gesellschaftsräume für alle
Gelegenheiten
10 - 80 Personen,
Bundeskegelbahn

ÖFFNUNGSZEITEN:
Täglich ab 17:30 Uhr

Eine starke Mannschaft mit hohen Ambitionen: Die Damen

Ehrgeiz und Eifer – genau das macht die Damenmannschaft aus. Gemeinsam haben sie in der vergangenen Saison gezeigt, dass sie Potenzial haben sich durchzusetzen. Am Ende des steinigen Weges hat es leider trotzdem nur zum 8. Platz der Liga gereicht. Allerdings mit der Erkenntnis, dass die Damen einer der besten Stürmerinnen der Liga in ihren Kreisen hat. Natascha Thiel (7) ließ die gegnerischen Torhüterinnen nicht zur Ruhe kommen. Mit 42 Treffern in der Saison hat sie ordentlich für Trubel gesorgt. Umso motivierter ging es dann im August in die nächste Runde – die Saison 2019/2020.

Die Damen durften sich über mehr als zehn Neuzugänge freuen und konnten somit weiterhin an ihrer Ambition und an dem Weg dorthin arbeiten. Für neuen Wind sorgte außerdem ein Umbruch im Trainerteam. Mit an Bord durften sie Tino Hillenbrand begrüßen, der mit seinem

fußballerischen Können und taktischen Wissen für neue Ansätze sorgte. Gemeinsam mit dem langjährigen Trainer Kevin Taaks und dem Torwarttrainer Daniel Schneider bringen sie die Damen auf den richtigen Pfad. Sie wollen im oberen Drittel der Liga eine Rolle spielen. Genau dieses Ziel lassen sie ihre Gegner jede Woche aufs Neue spüren.

Die Damen des Rot-Weiss Lessenich e.V. stehen für Ehrgeiz und Zusammenhalt. Diese Eigenschaften in Kombination mit viel Freude und Spaß am Fußball sorgen dafür, dass sie auf einem guten Wege sind, ihre Ziele zu erreichen.

Tatkräftige Unterstützung, in Form von motivierten Damen mit fußballerischem Können, wird natürlich immer benötigt.

Sarah H.





U16 – Juniorinnen: Mach mit beim RWL

Unsere Mädchen spielen in der Bezirksliga des FVM in der Staffel 2 und suchen noch weitere Spielerinnen auf allen Positionen. Es können Mädchen der Jahrgänge 2003 – 2006 am Training und Spiel teilnehmen. Auch Anfänger können mitmachen.

In der laufenden Saison liegt die Mannschaft zurzeit auf einem 2. Platz.

Fragen zum Team bitte an info@haeck-consult.de senden.



Trainingszeiten

Die Mannschaft wird von **Holger Häck** trainiert und trifft sich Dienstag und Donnerstag jeweils von 18.00 bis 19.30 Uhr.





SOCCER CENTER BONN

HALBZEIT

BIERGARTEN • GASTSTÄTTE

Bonner Logsweg 131 | 53123 Bonn-Lessenich

ABHOL- ANGEBOT

jede Pizza / jeder Burger
inkl. 0,33l-Dose Cola

6,50€

Nur bei Abholung!

SPORT BISTRO HALBZEIT

BESTELLUNGEN

TÄGLICH 16 BIS 23 UHR
WOCHENENDE+FEIERTAGE AB 12 UHR

per WhatsApp/Mobil: 0178 - 868 151 3
oder unter: 0228 - 645 640

Inhaber: A. Cheko



Welche Leistungen erbringen wir für unsere Kunden?

Als innovatives und geradliniges Unternehmen sind wir im Bereich Elektrotechnik und Technische Gebäudeausrüstung beratend tätig. Fachgerechte Beratung durchzuführen und optimale Lösungen zu finden ist unser Bestreben.

Nachhaltige Anlagen zu planen sowie die Umsetzung durch den Ausführenden zu kontrollieren und ein hohes Qualitätsniveau zu erreichen ist unser gesetztes Ziel.

Zu unseren Kunden zählen wir private und öffentliche Auftraggeber, wie z. B. Universitäten, Industrie und Einzelhandel.



TBRicharz

Friesenstraße 50
50670 Köln

☎ 0221 964309-0

☎ 0221 964309-20

✉ info@tricharz.de





Herzsport – Mit diesen Sportarten unterstützen Sie Ihr Herz

Mit Herzsport das Herz stärken

Für Patienten mit koronarer Herzkrankheit, nach einem Herzinfarkt und /oder mit einer Herzinsuffizienz ist Herzsport sehr wichtig. Zahlreiche Untersuchungen belegen, dass Sport das Herz unterstützt und das Leben verlängert, denn Sport kann bestehende Symptome lindern und vor einem erneuten Infarkt schützen. Zudem verbessert Sport die körperliche Leistungsfähigkeit und erhöht so die Lebensqualität. Herzpatienten können hierbei zwischen verschiedenen Sportarten wählen. Zu den beiden Säulen im Herzsport zählen Ausdauersport und Krafttraining.

Walking, Wandern oder Schwimmen: Ausdauersportarten sind im Herzsport unerlässlich

Ausdauersportarten trainieren nicht nur das Herz-Kreislauf-System und verbessern die Durchblutung, sie stärken auch den Herzmuskel. Ausdauersportarten gelten als besonders geeignet für Herzpatienten: Sie erfordern keine besonderen Vorkenntnisse und können, je nach Erkrankung und Fitnessstand des Patienten, auch mit niedriger Intensität betrieben werden. Von Ballsportarten wie Fußball, Tennis oder Squash raten Experten hingegen ab, da die Überlastungsgefahr für das Herz zu groß ist, wenn man einem Ball hinterherhetzt.

Zu den für Herzpatienten geeigneten Ausdauersportarten zählen

- » Wandern
- » Walking (oder flottes Spaziergehen) und Nordic Walking
- » Joggen
- » Schwimmen
- » Radfahren
- » Rudern (zum Beispiel an Rudertrainern)
- » Skilanglauf

Mit welcher Intensität die jeweilige Ausdauersportart als Herzsport betrieben werden sollte, lässt sich nicht in Faustformeln angeben, sondern ist von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich und sollte deshalb gemeinsam mit dem behandelnden Arzt ermittelt werden. Generell gilt, dass man eher eine moderate Trainingsintensität mit mittleren Pulswerten anstreben sollte – ins Schwitzen zu geraten ist erwünscht, aber man sollte sich noch unterhalten können, rät die Deutsche Herzstiftung.

Neuere Studien weisen indes darauf hin, dass Herzpatienten, wenn sie innerhalb einer medizinischen Rehabilitation langsam an intensiveres Training herangeführt werden, auch von einem hochintensiven Training (HIT) profitieren können. Hierzu ist allerdings noch mehr Forschung notwendig. Herzpatienten sollten ihr Sportprogramm grundsätzlich mit ihrem Arzt abstimmen.

Moderates Krafttraining für Herzpatienten

Auch Kraftausdauertraining beziehungsweise Muskelaufbautraining gilt mittlerweile als für Herzpatienten geeignet. Es wird meist begleitend zum Ausdauertraining eingesetzt und dient dazu, die körperliche Leistungsfähigkeit weiter zu verbessern. Trainiert wird in der Regel an Geräten im Fitnessstudio, da hier die Verletzungsgefahr niedriger ist als beim Freihanteltraining. Krafttraining für Herzpatienten bedeutet allerdings nicht Bodybuilding:

Herzpatienten sollten beim Kraftsport auf keinen Fall pressen und unter Höchstanstrengung Gewichte stemmen, sondern eher im Kraftausdauerbereich trainieren.

Training in einer Herzsportgruppe

In einer Herzsportgruppe werden Menschen mit einer Herzerkrankung beziehungsweise nach einem Herzinfarkt unter medizinischer Anleitung an den Sport herangeführt. Herzsportgruppen treffen sich regelmäßig, beispielsweise einmal in der Woche, zum gesundheitsorientierten Sport. Hier steht die Sport- und Bewegungstherapie unter ärztlicher Aufsicht im Vordergrund, aber auch der Austausch der Teilnehmer untereinander kommt nicht zu kurz. Die Berliner KHK-Studie zeigt nach Angaben der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen e.V., dass Herzpatienten, die in einer Herzsportgruppe gemeinsam trainieren, länger leben und seltener einen weiteren Herzinfarkt erleiden als solche, die nicht in einer solchen Gruppe aktiv waren.





Taekwondo News Round-Up with Grand Master Keyver

Ein weiteres unglaubliches Jahr für die Schüler des Taekwondo Rot-Weiß Lessenich

Erfolgreiche Schwarzgurt-Prüfung für Taekwondo-Ausbilderin



Im Januar überreichte Grand Master Keyver der Ausbilderin **Stefanie Moll** ihr 2. Dan Taekwondo Changmookwan Zertifikat. Das Zertifikat ist im World Taekwondo Changmookwan Hauptquartier in Seoul, Südkorea, registriert und vom Präsidenten Grand Master Joong Young-Kim unterzeichnet. Alle bei Taekwondo Rot-Weiß Lessenich gratulieren Stefanie Moll zu ihrer 2. Dan Schwarzgurt-Prüfung.

Ein besonderes World Taekwondo Changmookwan Geschenk

Im April erhielt Grand Master Keyver bei einem Besuch des 4. Internationalen Open Taekwondo Turniers in Eschweiler ein Überraschungsgeschenk. Ippolito Baglieri im Namen von Taekwondo Changmookwan Deutschland überreichte **Grand Master Keyver** die offizielle World Taekwondo Changmookwan Krawatte. Ein großes Dankeschön von Grand Master Keyver an Changmookwan Deutschland für dieses Geschenk.



Für weitere Informationen oder zur Anmeldung beim Taekwondo Rot-Weiß Lessenich wenden Sie sich an m.jost@rot-weiss-lessenich.de

Ausgezeichnete Taekwondo-Wettbewerbserfahrung und Ergebnisse



Im Juni nahm Taekwondo Rot-Weiß Lessenich an den **38. Baek's International Taekwondo Open Championships** teil. Das Turnier in Bottrop wurde von vielen Taekwondo-Schulen besucht. Mit der Unterstützung durch Trainer **Maxim Pracht** gewann das Juniorenteam insgesamt 4 Goldmedaillen und 1 Silbermedaille in den Disziplinen Poomsae (Formen) und Kyurugi (Zweikampf). Herzlichen Glückwunsch an alle Teammitglieder. Wir danken Grand Master Baek Jin-Kun für die Ausrichtung dieser prestigeträchtigen internationalen Meisterschaften.

Taekwondo Junior-Team Demonstration



Im Oktober führte Taekwondo Rot-Weiß Lessenich eine Taekwondo-Demonstration im Rahmen des Programms **Integration durch Sport** in der Sporthalle der Laurentiusschule durch. Unter der Leitung von Grand Master Keyver und mit Hilfe von Ausbilderin Stefanie Moll zeigte das Juniorenteam ein sehr umfangreiches Programm der Taekwondo-Disziplinen Poomsae (Formen), Kyorugi (Zweikampf) und Kyokpa (Bruchtest).

Neue Samstag Taekwondo Klasse für Jugendliche und Erwachsene wächst weiter

Neben dem Jugend- und Erwachsenenentraining am Montag wächst auch die neue Samstagsschule, die zum Taekwondo-Programm hinzugefügt wurde. Unter der Leitung von Ausbilder **Maxim Pracht** findet die Samstagsschule von 14 bis 15.30 Uhr in der Turnhalle der Laurentiusschule Bonn-Lessenich statt.

Wir danken dem Ausbilder Maxim Pracht für diese Initiative und für sein anhaltendes Engagement für das Taekwondo-Programm.

Mit dem Jahr 2020 wollen wir an die bisherigen Erfolge anknüpfen.



Morbus Osgood-Schlatter – was Fußballer im Wachstumsalter wissen sollten

Blöd, gerade noch gelaufen und plötzlich schmerzt es im Knie und ich kann nur noch unrund dem Ball hinterherlaufen – der Trainer sieht es und wechselt mich aus. Was ist los – plötzliche Schmerzen im Knie, damit geht gar nichts mehr bei meinem

Lieblingssport. Ihr steht damit aber nicht alleine – auch Weltmeister Per Mertesacker hatte in seiner Jugend damit zu kämpfen: »Ich spielte in meinem ersten Jahr in der C-Jugend von Hannover 96, als es anging. Ich war fünfzehn Jahre alt, schoss urplötzlich in die Höhe und bekam fürchterliche Wachstumschmerzen. Im linken Knie war es besonders schlimm. Meine Eltern sind mit mir zu einigen Ärzten gegangen. Alle sagten das Gleiche: Da kann man nicht viel machen (aus Spiegel Online 3.5.2018).«

Die Wachstumsstörung wurde zuerst von den beiden Ärzten Carl Schlatter aus der Schweiz und dem Amerikaner Robert Bayley Osgood im Jahre 1903 unabhängig voneinander in wissenschaftlichen Zeitschriften berichtet.

Die Störung tritt bei Kinder und Jugendlichen im Wachstumsalter (9–15 Jahre) auf. Als Symptome treten häufig Schmerzen am Vorderknie unter Belastung, beim Anspannen der

Abb. 1: Bildung eines schmerzhaften Hubbels



Oberschenkelmuskulatur und bei Druck auf den Schienbeinrand unterhalb der Kniescheibe, beim Sport allgemein und beim Niederknien auf. Rund 20 % der sportlich tätigen Jugendlichen und nur 5 % der Nicht-Sportler sind betroffen.

Ein Beispiel aus unserer aktuellen C-Jugend (U14)

Bei vier Spielern trat die Störung im verschiedenen Ausmaß auf und führte dazu, dass ein Kind gar nicht mehr spielen konnte, zwei Kinder mussten bis zu sechs Monaten pausieren und ein Spieler kann mit häufigeren kurzen Trainings- und Spielpausen den Sport weiter ausführen. Für die Betroffenen ist es eine große Einschränkung, da sie ihren Lieblingssport nicht mehr ausüben können und damit auch ein Teil ihrer Freizeitbeschäftigung fehlt.

Ursächlich für diese Erkrankung ist ein Ungleichgewicht zwischen Belastung und Belastbarkeit der betroffenen Stellen. Durch

eine Reizung der Ansatzstelle der Kniescheibensehne (Patellasehne), welche zum vorderen Oberschenkelmuskel (Musculus Quadriceps femoris) über die Kniescheibe (Patella) zu einem Knochenvorsprung am oberen vorderen Schienbein (Tuberositas Tibiae) zieht, können sich kleine Knochenteile lösen, absterben (Osteonekrose) und einen schmerzhaften Hubbel entwickeln).

Der Arzt häufig ein Orthopäde oder Sportarzt stellt die Erkrankung in vielen Fällen durch einen Tastbefund fest, in dem eine Berührung des Hubbels (Schwellung) einen Schmerz auslöst. Unterstützend wird eine Ultraschalluntersuchung, Röntgenbild oder ein Kernspintomografie erstellt (siehe Abbildung 1).

Wird die Störung früh erkannt und konsequent behandelt sind die Chancen auf eine vollständige Heilung sehr hoch. Die meisten Symptome verschwinden, wenn das Kind den jugendlichen Wachstumsschub beendet hat

Röntgenbild (li.) und Kernspintomografie (re.) mit dem Befund eines Morbus Schlatter;
gelber Pfeil= abgelöstes Knochenstück am Schienbein



© Wikipedia



Die betroffene Stelle sollte z. B. mit einem Eislolly gekühlt werden.



Es kann eine Stoßwellentherapie durchgeführt werden.

(ca. 14 Jahre bei Mädchen, Jungen 16 Jahre). Evtl. bleiben Schmerzen beim Hinknien zurück. Auch wenn die Störung mehrer Monate und länger andauern kann ist ein chirurgischer Eingriff selten notwendig (~10% der Fälle).

Was hilft nun, wenn die Erkrankung erkannt wurde

1. Das betroffene Knie sollte geschont und abhängig vom Schweregrad und Ausprägung nicht sportlich belastet werden. Möglich sind Schwimmen und leichtes Radfahren (also keine Bergfahrten). Eine Befreiung vom Schulsport kann ausgesprochen werden.
2. Die betroffene Stelle sollte z. B. mit einem Eislolly gekühlt werden. Dabei ist wichtig, dass das Eis bewegt wird und nicht an einer Stelle verbleibt.
3. Bei akuten Schmerz kann maximal über eine Woche ein Schmerzmittel wie Ibuprofen verabreicht werden (**nur nach Verordnung durch den Arzt!!!**).
4. Es kann eine Stoßwellentherapie durchgeführt werden. Durch die Wellen sollen die abgelösten Knochenfragmente zerstört und damit die Heilung beschleunigt werden.
5. Auch eine Krankengymnastik kann helfen. Hierbei ist vor allem die Dehnungsübung für den Oberschenkelmuskel herausragend. Diese kann im Stand, Rücken- oder Seitenslage durchgeführt werden. Im Stand steht der Patient auf dem gesunden Bein, das betroffene Bein winkelt er an und zieht die Ferse in Richtung Gesäß. Dabei verstärkt er, indem er das Bein am Knöchel fasst und die Ferse weiter Richtung Gesäß zieht, die Dehnung. Wichtig ist, dass die Leiste bei der Übung nach vorne geschoben und das Gesäß angespannt wird, sodass auch die Muskulatur der Hüfte gedehnt wird. Die Position sollte 30 Sekunden gehalten und die Übung 3-4 mal wiederholt werden.

Wenn die Schmerzen im normalen Alltag nicht mehr auftreten kann nach der Sportpause ein



Auch eine Krankengymnastik kann helfen.



© Marco Joost

Viele Sportler tragen eine spezielle Bandage zur Druckentlastung der betroffenen Region.

langsamer Aufbau beginnen. Zuerst wird über kurze Strecken gelaufen und dann die Entfernung ausgedehnt z. B. von 1,5 km auf 2 km und dann 3 km usw. Begleitend dazu ist eine Physiotherapie zur Stärkung der Muskulatur und Dehnung der Muskeln an der Vorder- und Rückseite des Muskels anzuraten. Wenn keine Probleme auftreten kann mit ersten Übungen in der ausgeübten Sportart begonnen werden. Beim Fußball z. B. kurze Pässe, Hütchenparcours. Bleibt das Knie schmerzfrei können die Übungen langsam gesteigert werden.

Wenn die Erkrankung überstanden ist sollte auch auf eine Prophylaxe geachtet werden. Viele Sportler tragen eine spezielle Bandage zur Druckentlastung der betroffenen Region. Gute Dehnung und Kräftigung der Muskulatur sollten unbedingt beibehalten werden. Nach Belastung können die Knie gekühlt werden und es sollten letztendlich zu hohe Belastungen vermieden werden (mehrere Spiele an aufeinanderfolgenden Tagen, harte Böden).

Falls Probleme auftreten bei Euch meldet es dem Trainer und bespricht es. Der Trainer kann euch dann Informationen geben, an wem ihr euch wenden sollt.

Marco Jost und Csaba Losonc

Wichtig: Bitte keine Selbstbehandlung auf Basis dieser Informationsschrift. Stimmt eure individuelle Behandlung mit dem Arzt und Physiotherapeuten ab!!!

Merken: Sportler, die wachsen, sollten darauf achten, dass keine Überlastung auftritt – weniger ist mehr!!! Die Muskulatur stärken und nach jedem Training ausreichend dehnen.

Schon gewusst?

**Durch eine Vereinsunfallversicherung
sichern Sie sich und Ihre Familie bei
Unfällen ab.
Nutzen Sie unsere TOP Sonderkonditionen.**



württembergische

Die Fikie in der Brandung

**Generalagentur
Chris Diederich**

chris.diederich
@wuerttembergische.de

Telefon: 0228-85031991

TiBAO®

Ger.Auto Supporting Expert

www.tibao.de



In Bewegung ...

Die Gruppen »Bewegung für Lebensältere« und »Functional training 40 plus« mussten Ende November leider, leider ihren Übungsleiter **Wolfgang Rusch** verabschieden, der nach vielen Jahren beschlossen hat, seine »Karriere« als Übungsleiter zu beenden. Zu uns kam Wolfgang vor drei Jahren und übernahm die Leitung der beiden Gruppen. Viele von uns waren zunächst sehr erstaunt, dass wir plötzlich laut und im Übungsmodus atmen sollten, aber es dauerte nicht lange und wir stellten fest, dass uns die angebotenen, abwechslungsreichen Übungen und das Atmen ausgesprochen gut taten! Ich hatte nach den Stunden häufig das Gefühl aus einem kleinen Urlaub zu kommen, so leicht und warm fühlten sich Körper und Seele an und ich denke, anderen ging es ebenso. Durch seine lange Erfahrung als Übungsleiter konnte

Wolfgang auf jeden in der Gruppe achten und sein Programm entsprechend anpassen. Wir sind ein wenig wehmütig über den Abschied, können seine Entscheidung jedoch verstehen und wünschen ihm alles, alles Gute für die Zukunft und dass er oft Zeit hat, einzuspringen, wenn eine Vertretung benötigt wird.

Aber – in jedem Abschied liegt ein Neuanfang – daher sind wir gespannt auf unsere neue Übungsleiterin Fatima, die in Zukunft die beiden Gruppen leiten wird. Übrigens, in der Gruppe »Functional training 40 plus« ist noch Platz für weitere Teilnehmer, die uns herzlich willkommen sind!

**Jutta in Vertretung für die Gruppen
»Bewegung für Lebensältere« und
»Functional training 40 plus«**





Mit Durchblick zum Erfolg auch im Sport

OPTIK Inhaber
A. Zabłinski

KAFARNIK

Kontaktlinsen und Optometrie

Rochusstr. 207 · 53123 Bonn

Tel.: 0228 - 62 33 33

www.optik.kafarnik.de

Wir führen für Sie

**Tages-/Monats-Kontaktlinsen,
Ein- und Mehrstärken-Kontaktlinsen
auch im Abo**

& Selbstverständlich haben wir auch Sportbrillen!

Wir beraten Sie gerne in unserem Geschäft über die
verschiedenen Korrektionsmöglichkeiten, die für ihre
ausgeübte Sportart am besten ist.



Weiter Aufschwung bei der TT-Jugend

Die Rückrunde der Saison 2018 – 2019 schloss man in der 1. Kreisklasse der Schüler-A zwar »nur« auf dem 7. Platz ab, aber nicht als Letzter. Drei weitere Mannschaften konnte man hinter sich lassen. Eine Leistungssteigerung nach dem letzten Platz in der 2. Kreisklasse der Schüler-A aus der Hinrunde. Neben dem neu entfachten Trainingseifer der Spieler ist dies auch der Rückkehr einiger Spieler zu verdanken, die dem Training längere Zeit ferngeblieben waren. Mit dazu beigetragen haben sicherlich auch die beiden neuen Jugendtrainer. Während Marc Otto bereits zu Anfang des Jahres verpflichtet werden konnte, war es ebenfalls möglich, unseren alten Jugendtrainer Benedict Krämer wieder zu gewinnen.

Grund genug, für die aktuelle Saison 2019–2020 in die nächsthöhere Spielklasse zu wechseln. Somit starteten unsere Spieler in der 1. Kreisklasse der Jugend. In der hart umkämpften Klasse steht man aktuell auf dem achten

Tabellenplatz. Bisher kein Kraut gewachsen war gegen die Spitzenteams aus Pech, Uedorf und Witterschlick. In den verbliebenen zwei Spielen sollen aber in jedem Fall noch Punkte auf der Habenseite verbucht werden. Mittlerweile ist die Mannschaft so stark gewachsen, dass für die kommende Rückrunde eine zweite Mannschaft gemeldet werden soll. Ein gutes Zeichen in der heutigen Zeit, da viele Vereine meist mit sinkenden Zahlen in der Jugend zu kämpfen haben.

Die Mannschaft (einige Spieler fehlen) in den neuen Trikots beim letzten Heimspiel

Kurz vor dem Ende der letzten Saison erhielt die Mannschaft auch neue Trikots. Da die alten Trikots schon etwas in die Jahre gekommen waren und auch nicht für jeden Spieler eines vorhanden war, wurde es Zeit, endlich neue anzuschaffen.

Andreas Dresen

Danke an unsere Sponsoren



All der persönliche Einsatz und Ehrgeiz von unseren ehrenamtlichen Helfern würde nicht zum selben Ergebnis führen, ohne die Unterstützung unserer Sponsoren! Ohne materielle oder finanzielle Unterstützung wäre ein geregeltes und zufriedenstellendes Vereinsleben kaum noch zu realisieren!

An dieser Stelle möchten wir uns herzlichst bei unseren Sponsoren für die Zuwendung und das entgegengebrachte Vertrauen bedanken und hoffen weiterhin auf eine exzellente sowie partnerschaftliche Zusammenarbeit!

Unseren Mitgliedern möchten wir empfehlen, bei Anschaffungen oder anderen Dienstleistungen vorrangig unsere Sponsoren entsprechend zu berücksichtigen!

Ihr Ansprechpartner

FC Rot-Weiß Lessenich 1951 e. V.

Andreas Schmich

Tel. 02 28 / 4 22 80 89

a.schmich@rot-weiss-lessenich.de

www.rot-weiss-lessenich.de

Möchten auch Sie den FC Rot-Weiß Lessenich 1951 e.V. entsprechend unterstützen?

Dann sprechen Sie uns einfach und völlig unverbindlich an.

Nutzen Sie jetzt die Chancen des Vereins-Sponsorings und profitieren Sie von vielen Vorteilen, wie zum Beispiel

- » Steigerung des Bekanntheitsgrades Ihres Unternehmens
- » Imageverbesserung durch die Förderung von Kindern und Jugendlichen o Konkrete Zielgruppen werden angesprochen
- » Höhere Identifikation als bei »klassischer« Werbung
- » Erhöhte Medienpräsenz
- » Werbebutton auf der Internetseite des Vereins

Egal ob Bandenwerbung, Trikotsponsoring, Werbung auf unserer Homepage am und im Umfeld unserer Platzanlage »Am Alten Heeweg«. Wir haben für jeden Zweck und jede Zielgruppe die passende Werbefläche. Vielleicht haben Sie auch eigene Ideen und Vorstellungen, wie Sie sich in unserem Verein einbringen möchten?! Sprechen Sie uns einfach an. Gerne sprechen wir über individuelle Möglichkeiten Ihrer Werbung.

Unsere Mannschaften sind vertreten in den lokalen Printmedien, bei div. Veranstaltung und öffentlichkeitswirksamer Events, wie z. B. dem »Gerümpelturnier« dem »Lauri-Cup Indoor/Outdoor« oder dem »Lauri-Camp«. Ebenso nimmt die Bedeutung des Internets immer mehr zu, wie Sie an den Zugriffen auf unsere Homepage erkennen können.

teamgeist



Unterstützen Sie uns auch weiterhin!

Mit einer Auflage von je 2.000 Exemplaren wurden die ersten Ausgaben unserer Vereinszeitung **teamgeist** begeistert begrüßt. Vielen Dank an alle Werbepartner!

Unterstützen Sie auch weiterhin die ehrenamtliche Arbeit und das Projekt **Tu was für die Jugend** und profitieren Sie an der guten regionalen Verteilung unserer Vereinszeitung.

Format: DIN A5, Hochformat

Verteilung: An alle Mitglieder, Auslage in regionalen Geschäften, Gastro und zusätzlich im Internet, weil die Ausgaben hier ebenso als download veröffentlicht werden.



Format	Breite x Höhe	Preis
1/4 Seite quer	140 x 40 mm	EUR 50,-
1/2 Seite quer	140 x 90 mm	EUR 75,-
1/2 Seite hoch	60 x 202 mm	EUR 75,-
1/1 Seite	140 x 202 mm	EUR 150,-
Umschlag 2 + 3, innen	148 x 210 mm*	EUR 199,-
Umschlag 4, Rückseite	148 x 210 mm*	EUR 250,-

* + 3 mm Beschnittzugabe



Herausgeber

FC Rot-Weiß
Lessenich e. V. 1951
Im grünen Winkel 30
53123 Bonn
Tel. 02 28 / 3 91 97 22

Auflage

2.000 Exemplare,
ca. 40 Seiten

V.i.S.d.P.

Dr. Marco Jost
Im grünen Winkel 30
53123 Bonn
Tel. 02 28 / 3 91 97 22

Ansprechpartner

Anzeigenschaltung

Andreas Schmich
Tel. 02 28 / 4 22 80 89
a.schmich@
rot-weiss-lessenich.de

Belegung Sporthallen Laurentiuschule / Finkenhofschule (FH)

Wochentag	Uhrzeit	Sportart	Trainer
Montag	16.45 – 17.45 Uhr 18.00 – 19.00 Uhr 19.00 – 20.00 Uhr	Taekwondo (8 bis 12 Jahre) Taekwondo (ab 14 Jahre/ Erwachsene) Taekwondo (ab 1. Dan)	J. Keyver J. Keyver J. Keyver / M. Pracht
Dienstag	16.00 – 17.00 Uhr 17.00 – 18.00 Uhr 18.00 – 19.30 Uhr 19.30 – 22.00 Uhr	Eltern und Kind (1 bis 3 Jahre) Eltern und Kind (4 bis 6 Jahre) Tischtennis – Jugend Tischtennis – Senioren	I. El Figuigui I. El Figuigui A. Dresen D. Didolff
Mittwoch	16.00 – 17.00 Uhr 17.00 – 18.00 Uhr 18.30 – 19.30 Uhr 19.30 – 20.30 Uhr	Eltern und Kind (1 bis 2 Jahre) Eltern und Kind (3 bis 5 Jahre) LadyFitness Pilates	C. Mühl C. Mühl B. Schneider B. Schneider
Donnerstag	16.45 – 17.45 Uhr 18.00 – 19.30 Uhr 19.30 – 22.00 Uhr 17.30 – 18.30 Uhr 18.30 – 19.30 Uhr	Taekwondo (8 bis 12 Jahre) Tischtennis – Jugend Tischtennis – Senioren Rückenfitness (FH*) Rehasport Orthopädie (FH*)	J. Keyver A. Dresen D. Didolff B. Reccius B. Reccius
Freitag	16.00 – 17.00 Uhr 17.00 – 18.00 Uhr 19.00 – 22.00 Uhr	Bewegung für Lebensältere 65plus Functional Training ab 40plus Tischtennis – Senioren	F. Alhalabi F. Alhalabi D. Didolff
Samstag	09.00 – 12.00 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr 14.00 – 15.30 Uhr	Fußball – Jugend Tischtennis – Jugend (an Spieltagen) Taekwondo (ab 14 Jahre/ Erwachsene) wenn Spieltag der Tischtennis-Jugend von 13.30 – 15.00 Uhr	C. Stegmüller A. Dresen M. Pracht



Trainingszeiten der Juniorenmannschaften Saison 2019 / 2020

Mannschaft	Tag	Trainer
U19 Jahrgang 2001/03	Mittwoch , 18.00 – 19.30 Uhr Freitag , 18.00 – 19.30 Uhr	Andreas Schulz, AndySchulz3@web.de Co-Trainer: Jan Herrmann, Luca Burwitz
U15 Jahrgang 2004	Montag , 18.00 – 19.30 Uhr Donnerstag , 18.00 – 19.30 Uhr	Carsten Buhmes Co-Trainer: Ravi Dessai, Frank Szmala anja.ravi@T-Online.de
U16 Mädchen Jahrgang 2003-06	Dienstag , 18.00 – 19.30 Uhr Donnerstag , 18.00 – 19.30 Uhr	Holger Häck info@haeck-consult.de
U15 Jahrgang 2005	Dienstag , 18.00 – 19.30 Uhr Freitag , 18.00 – 19.30 Uhr	Christian Stegmüller c.stegmueller@rot-weiss-lessenich.de Co-Trainer: Maurizio Di Tullio, Tamas Saldecki
U14 Jahrgang 2006	Montag , 18.00 – 19.30 Uhr Mittwoch , 18.00 – 19.30 Uhr	Otman El Ghazi (B-Lizenz-Trainer) Stefan Schmitz (C-Lizenz-Trainer) Co-Trainer / Betreuer: Ayoub Brahimi, Marco Jost
U13 Jahrgang 2007	Montag , 17.00 – 18.15 Uhr Mittwoch , 17.00 – 18.15 Uhr	Andrea Caponera Betreuer: Axel Osterwold, Mobil 0160 / 96 26 68 26
U12 Jahrgang 2008	Montag , 17.00 – 18.15 Uhr Donnerstag , 17.00 – 18.15 Uhr	Serkan Sehil kontakt@rwl2008.de Co-Trainer: Elias El Mellal
U11 Jahrgang 2009	Dienstag , 17.45 – 19.00 Uhr Donnerstag , 18.00 – 19.15 Uhr	Abdel Boyaala, Tel. 02 28 / 3 90 65 90 Co-Trainer: Pascal Griesebach
U10 Jahrgang 2010	Montag 17.00 – 18.00 Uhr Donnerstag , 17.00 – 18.00 Uhr	Jan Connemann, Mobil 0 15 78 / 4 84 09 11 Co-Trainer: Mehmet Yildirim
U9 Jahrgang 2011	Dienstag , 17.15 – 18.15 Uhr Donnerstag , 17.00 – 18.00 Uhr	U9-1: Ole Pütz (C-Lizenz-Trainer), Mobil 01 71 / 5 46 44 00 U9-2: Mark Gartzke, Mobil 01 51 / 59 44 44 76
U8 Jahrgang 2012	Dienstag , 17.00 – 18.00 Uhr Donnerstag , 17.00 – 18.00 Uhr	Tobias Franke Mobil 0 15 78 / 8 62 43 30 Co-Trainer: Jamal Amghar
U7 Jahrgang 2013	Samstag , 9.45 Uhr – 11.00 Uhr Mittwoch , 17.00 – 18.00 Uhr	Johannes Martin, Mobil 01 51 / 23 53 71 70 Co-Trainer: Heiko Beß, Mohamed Amghar
U6 Jahrgang 2014	Samstag , 11.15 Uhr – 12.15 Uhr	Sebastian Staden, Mobil 01 77 / 2 47 47 79 Co-Trainer: Bastian Weber

Trainingszeiten der Seniorenmannschaften Saison 2019 / 2020

Mannschaft	Tag	Trainer
1. Mannschaft	Dienstag , 19.30 – 21.00 Uhr Freitag , 19.30 – 21.00 Uhr	Satria Damshäuser, Tel. 01 51 / 70 40 07 76 Co-Trainer: Amadou Sarr
2. Mannschaft	Mittwoch , 19.30 – 21.00 Uhr Donnerstag (01.07.19 – 30.09.19 und 01.04.20 – 30.06.20), 19.30 – 21.00 Uhr Freitag (01.10.19 – 31.03.20), 19.30 – 21.00 Uhr	Kai Wiesner, Tel. 01 71 / 48 53 109
3. Mannschaft	Mittwoch , 20.00 – 22.00 Uhr Freitag (01.07.19 – 30.09.19 und 01.04.20 – 30.06.20), 19.30 – 21.00 Uhr Donnerstag (01.10.19 – 31.03.20), 19.30 – 21.00 Uhr	Daniel Clasen, Tel. 01 78 / 51 45 40 3 Co-Trainer: Kevin Müller, Tel. 01 76 / 46 12 75 26 Betreuer: Dominic Wacherow, Tel. 01 52 / 04 12 88 96
4. Mannschaft	Mittwoch , 19.30 – 21.00 Uhr	Tobias Nettekoven, Tel. 01 78 / 58 34 17 6 Co-Trainer: Oliver Marzi Simon Golletz, Tel. 01 76 / 81 20 87 81
Alte Herren	Montag , 19.30 – 21.00 Uhr	Robert Kleinhans, Tel. 01 75 / 29 62 17 3 Christian Winkler, Tel. 01 78 / 52 14 43 3
Damen	Montag , 19.30 – 21.00 Uhr Donnerstag , 19.30 – 21.00 Uhr	Kevin Taaks, Tel. 01 51 / 50 63 87 53 Tino Hillenbrand, Tel. 01 57 / 88 26 06 94

**Sport-Shop
Brüser Berg**

Borsigallee 9, Bonn
0228 25 68 16
Mo-Fr 15:00 – 18:30
Sa 10.00 – 13.00



Dabeisein ist einfach.



gut.sparkasse-koelnbonn.de

Unser Engagement für Sport.

Sport steht für Teamgeist, Leistungsbereitschaft und Fairness. Diesen Werten fühlen wir uns verpflichtet. Deshalb unterstützen wir den Sport in Köln und Bonn. Von der Fußball-E-Jugend über den Behindertensportverein bis hin zum jährlichen Kindersportfest. Von der Nachwuchsförderung bis zu Spitzenleistungen beim 1. FC Köln, bei den Telekom Baskets oder den Kölner Haien. Jedes Jahr unterstützen wir rund 200 Sport-Projekte.

Wenn's um Geld geht



**Sparkasse
KölnBonn**



LOSE? FEST? SICHTBAR? UNSICHTBAR?

WIR FINDEN AUCH DIE PASSENDE **ZAHNSPANGE** FÜR DICH



DEINE **KIEFERORTHOPÄDIE**
IN **BONN-DUISDORF**



JÄGERDENT | ROCHUSSTR. 289 | 53123 BONN
TELEFON: 0228 / 433 998 44 | E-MAIL: INFO@JAEGERDENT.DE



JAEGERDENT.DE