

Nr. 141
September 2026

Sport Gespräch



www.stadtwerke-borken.de

STADTWERKE
BORKEN

Wir nehmen Energie persönlich.

Die Zukunft unserer Heimat liegt uns am Herzen. Darum unterstützen wir das kulturelle, sportliche und soziale Leben - für ein attraktives Borken.



Ein Unternehmen im EMERGY-Verbund

Heute ist ein schöner Tag!
Heute erscheint das **“SportGespräch”**,
die offizielle Vereinszeitschrift der
SportGemeinschaft Borken, mit der
einhunderteinundvierzigsten Ausgabe
(Nr.141/September 2026).

Editorial

Der Sommer hat mit brutaler Hitze zugeschlagen und so manchen von uns an sein Durststill-Limit gebracht. Wohl dem, der einen Pool sein eigen nennen und diesen zum Abkühlen nutzen kann. Zudem täte uns Regen nach den vielen Wochen der Dürre sehr gut.

Zum Glück hatten unsere Fußballer einige Wochen Schonzeit. Dennoch sah man sie oft auf dem Rasen an Technik und Taktik für die kommende Saison feilen.

Die Erfolge konnte schon unsere Tanzsport-Abteilung vorweisen.

Auch die Darter zeigten wieder, dass sie sehr gute Organisatoren sind. Ebenso glänzten die Leichtathleten mit guten Platzierungen.

Doch nicht nur in der Arena wurde „gearbeitet“.

Carolyn Leuger von der Jugendabteilung ist dabei, für den Verein ein aktuelles Kinderschutzkonzept zu erarbeiten, das auch speziell unsere SG-Situation berücksichtigt und nicht im Allgemeinen stecken bleibt. Einige Seminare dazu wurden bereits abgehalten. Das geht uns alle an.

So können alle Kinder, Jugendliche, aber auch Erwachsene davon ausgehen, dass sie bei der SG auf der sicheren

Seite sind, dass wir hinschauen und uns dafür einsetzen, dass Grenzen eingehalten werden.

Allen verletzten und kranken Sportlerinnen und Sportlern wünschen wir eine baldige Genesung und viel Vergnügen beim Lesen dieses Magazins.

Friedhelm Triphaus, Redakteur

Impressum

Hrsg.: Sportgemeinschaft Borken e.V.

Redaktion:

Friedhelm Triphaus

Vertrieb:

Heike Pätzold

Postalischer Vertrieb:

Petra Brandhorst

Anschrift:

Sportgemeinschaft Borken e.V.

Feldmark 5

46325 Borken

Internet:

www.sg-borken.de

E-Mail: friedhelm.triphaus@sg-borken.de

Gesamtherstellung: Rehmsdruck,
Landwehr, Borken

Auflage: ca. 1.200 Stück

Vielen Dank

sagen wir allen Inserenten und hoffen, dass unsere Mitglieder sie bei ihren Kaufentscheidungen berücksichtigen.

Nicht vergessen:

Nächster Redaktionsschluss:

15. Oktober 2026



CHASIN'

PERFORMANCE JEANSWEAR



MANGO

**JETZT
NEU!**



www.mode-cohausz.de

Modehaus Cohausz GmbH | Kapuzinerstr. 8-12 | 46325 Borken

Vom Fußball

Stadtmeisterschaft und Ausblick

(ft) Die Fußballstadtmeisterschaft 2026 ist Geschichte. Zwei Tage mussten in diesem Jahr reichen, um den Stadtmeister zu ermitteln. Die Krone holte sich, fast wie gewohnt, Westfalia Gemen.

Unsere Mannschaft belegte bei brennender Sonne den 3. Platz. Jeder spielte gegen jeden mit verkürzter Spielzeit. Eine Mannschaft trat am 2. Tag erst gar nicht an – Personalnot.

Was aber sagt unser Trainer Bernd Olbing **(Foto r.)** zu diesem Turnier? Und wie sieht er in Kurzform die Lage unserer Elf für die kommende Saison?

„SportGespräch“: Wie hast du die diesjährige Stadtmeisterschaft erlebt?

Bernd Olbing: Ich habe die Stadtmeisterschaft insgesamt als sehr gelungen wahrgenommen. Die Atmosphäre war an beiden Tagen angenehm, die Stimmung auf und neben dem Platz war positiv und auch das Miteinander zwischen den Vereinen

war sehr fair. Ich denke, dass die Zuschauer ein unterhaltsames Turnier mit spannenden Spielen erleben konnten.

Aus sportlicher Sicht sehe ich das Turnierformat allerdings etwas kritisch. Die Spielzeit von 45 Minuten kommt zwar insbesondere den kleineren Mannschaften entgegen, dennoch würde ich mir künftig wieder längere Spielzeiten wünschen. Zudem halte ich zwei Spiele innerhalb kurzer Zeit mit lediglich einer guten Stunde Pause dazwischen im Hinblick auf die Belastung und das Verletzungsrisiko für nicht optimal.

Ich würde mir wünschen, dass sich die Verantwortlichen aller Vereine nach dem Turnier zusammensetzen und gemeinsam ein Konzept entwickeln, das sowohl den sportlichen als auch den organisatorischen Anforderungen gerecht wird.





Wenn es darauf ankommt, sind
wir für Sie da - zuverlässig wie ein
Schutzengel.

Ihre Provinzial Geschäftsstelle

Bajohr & Berkemeier

Mühlenstr. 11

46325 Borken

Tel. 02861/805800

Fax 02861/62962

bajohr-berkemeier@provinzial.de

Immer da, immer nah.

PROVINZIAL

Die Versicherung der Sparkassen

Vom Fußball

„SportGespräch“: Warst du mit der Leistung deiner Elf zufrieden?

Bernd Olbing: Mit dem dritten Platz können wir insgesamt zufrieden sein, auch wenn zwischenzeitlich sicherlich mehr möglich gewesen wäre.

Besonders gefreut hat mich die Einsatzbereitschaft der Mannschaft. Die Jungs haben in jedem Spiel eine gute Einstellung gezeigt und füreinander gearbeitet. Das ist eine wichtige Grundlage für die weitere Entwicklung.

„SportGespräch“: Wie siehst du die kommende Saison für deine Mannschaft?



Spannende Spielszenen wünscht sich der Zuschauer in der neuen Saison.

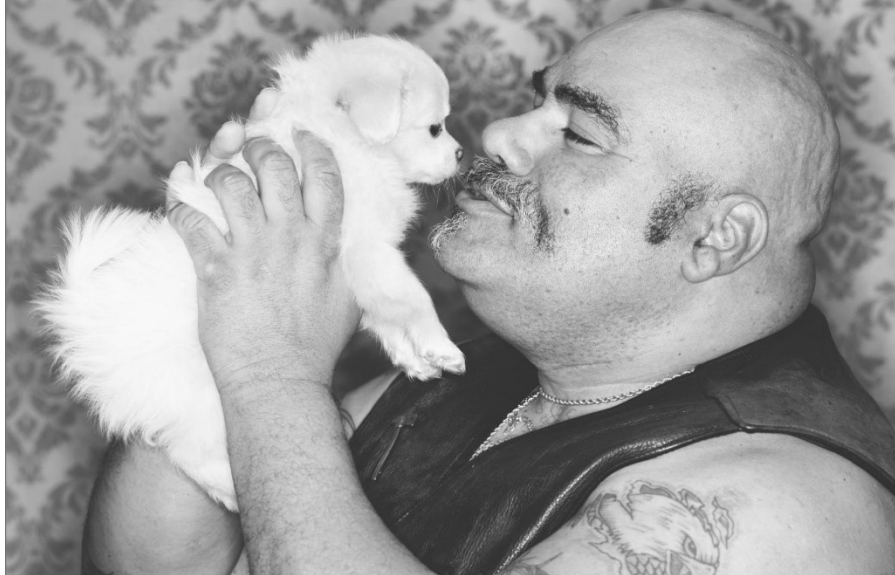
Bernd Olbing: Die Vorfreude auf die neue Saison ist im gesamten Umfeld der Mannschaft deutlich zu spüren. Die Stimmung ist gut und wir arbeiten konzentriert daran, in den verbleibenden zwei Wochen bis zum Saisonstart die letzten Schritte zu gehen.

Uns erwartet direkt zu Beginn ein anspruchsvolles Auftaktprogramm, weshalb ein guter Start besonders wichtig sein wird.

Wenn wir unsere Entwicklung konsequent fortsetzen und die Intensität aus der Vorbereitung mitnehmen, blicke ich der neuen Saison sehr positiv entgegen.

„SportGespräch“: Vielen Dank für das Gespräch, Bernd.

So besonders wie Sie.



Ihr Sparkassen-Girokonto.

Unsere Vielfalt an Kontomodellen passt zu Ihrem Leben – ob online, mobil, per App, in der Filiale, am Geldautomaten. Passende Leistungen, passender Service: flexibel, sicher, vertrauensvoll.
sparkasse-westmuensterland.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Westmünsterland

Vom Fußball

Nachwuchs auf dem Platz im Park

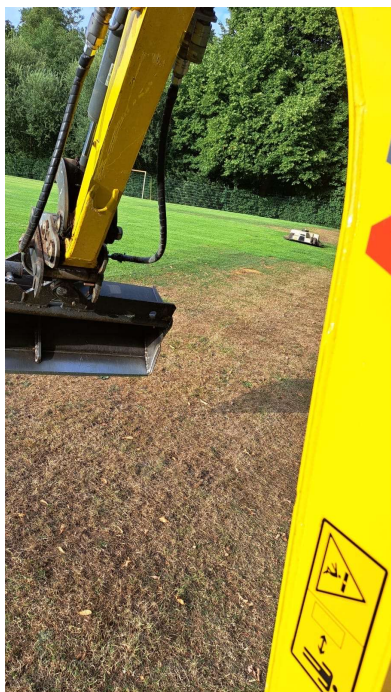
(cb) Wir haben Nachwuchs – wenn auch nicht sportlich und auf zwei Beinen: Seit einigen Wochen dreht ein Mähroboter seine Runden auf dem Platz im Park. Die Stadt verfolgt damit zwei Ziele. Zum einen soll der Pflegeaufwand für die Fläche sinken, zum anderen die Qualität des Rasens steigen. Ein willkommener Nebeneffekt: Durch die ständige Bewegung auf dem Grün erhoffen wir uns, die Wühlmäuse nach und nach zu vergrämen. Wie nachhaltig dieser Effekt tatsächlich ist, bleibt abzuwarten – aber jeder Versuch ist es wert, getestet zu werden.

Nach den ersten Wochen im Einsatz lässt sich festhalten: Die täglich gemähte Fläche sieht richtig gut aus und die Fläche wird mehr und mehr be-spielbar.

Der Platz im Park soll künftig ver-stärkt als Trainingsfläche und per-spektivisch für die Jugend auch als Spielfläche genutzt werden.

Dafür braucht es auch Ordnung abseits des Rasens: Patrick Weller-mann und sein Team schaffen klar strukturierte Flächen zum Abstellen der Tore sowie Abstellplätze für sonstiges Material im Park. Großes Lob an die Gruppe für den Einsatz!

Auch für die Flächen in der netgo Arena wird über den Einsatz von Mäh-Hilfs-Geräten nachgedacht. Hier stellt sich allerdings eine an-de-re Herausforderung: Durch die intensive Hauptnutzung der Flächen durch die Schulen sowie die Nut-zung durch weitere Vereine ist unklar, wann sich eine tägliche, mehrstündige Bearbeitung über-haupt umsetzen lässt. Hier wird derzeit weiter überlegt und geprüft, was machbar erscheint.



**Großes und kleines Gerät im Einsatz:
Bagger und Mähroboter (r.)**

ÖFFENTLICH BESTELLTER
VERMESSUNGSINGENIEUR



HÜLSMANN INGENIEURE
VERMESSUNG DETMOLD



BACHSTRASSE 24 | 32756 DETMOLD | 052 31.97 69 10 | INFO@VERMESSUNG-HUELSMANN.DE



**Rehms
Druck**

**Gemeinsam
Zukunft prägen.**

Eindrucksvoll vielseitig

Ausbildungsberufe
entdecken:



Wir sind Rehms
– unser Herz schlägt Druck!

Vom Fußball

Sommer-Stadtmeisterschaften 2026

(cb) Der RSV Borken und der Sportsportverband luden in diesem Jahr zu den Sommer-Stadtmeisterschaften. Am Ende setzte sich Westfalia Gemen vor dem RSV Borken, unserer SG, dem FC Marbeck und Adler Weseke in der Tabelle durch. Gespielt wurde freitags und samstags auf Naturrasen, jede Partie über 45 Minuten.

Ein sehr ordentlicher Auftakt

Los ging es für uns freitags mit einem 1:1 gegen Westfalia Gemen – ein wirklich ordentlicher Auftritt unserer Mannschaft gegen den späteren Turniersieger.

Im zweiten Spiel trafen wir auf den FC aus Marbeck. Die Partie war dann doch sehr zäh, und es fehlte uns phasenweise an Kreativität und letzter Entschlossenheit gegen einen deutlich defensiveren Gegner. Am Ende setzten wir uns dennoch knapp und dann auch glücklich mit 2:1 durch.

Am Samstag, den 1. August 2026, standen die letzten beiden Begegnungen an.

Gegen den RSV Borken zeigten wir ein ordentliches Spiel und gingen früh durch ein Tor von Fynn Finke in Führung. Mit fortschreitender Spielzeit verloren wir jedoch zunehmend den Zugriff auf das Spiel und agierten in einigen Situationen nicht mehr mutig und zielstrebig genug. Am Ende mussten wir uns mit 1:2 geschlagen geben.

Das letzte Spiel gegen Adler Weseke konnte leider nicht stattfinden, da Weseke am Samstag keine Mannschaft mehr stellen konnte. Die Partie wurde entsprechend mit 2:0 für uns gewertet.

Fazit:

Es ist ein gutes Zeichen, dass wir uns gegen höherklassige Gegner darüber ärgern dürfen, dass mehr drin gewesen wäre – genau darauf können wir aufbauen. Unsere Mannschaft nimmt also wirklich eine gute Entwicklung, und mit der Unterstützung aus dem Verein wird das unter dem neuen Trainerteam um Bernd Olbing und Tim Döking weiter in die richtige Richtung gehen.

Der Ausfall der Partie gegen Weseke zeigt uns aber auch zugleich, wie wichtig es ist, dass wir als Verein auf unsere zweite Mannschaft, unsere Jugend und alles drumherum als Unterbau achten, um solche Situationen für die Zukunft zu vermeiden. Den Verantwortlichen in Weseke ist die Absage sicher nicht leichtgefallen – für einen Verein ist das keine schöne Situation, und das sollten wir mit Respekt und Demut betrachten.



50 jahre

haarhaus optik

... immer einen blick voraus ...



katja thiele-haarhaus
augenoptikmeisterin und staatl.
gepr. augenoptikerin

heilig-geist-straße 20 in 46325 borken
tel. : 0 28 61/55 35
www.haarhaus-optik.de
kontakt@haarhaus-optik.de



Vom Fußball

Die Erste im Rückblick

(cb) Bei unserer ersten Mannschaft hat sich einiges getan: Mit Bernd Olbing steht ein neuer Trainer an der Seitenlinie, unterstützt von einem breit aufgestellten Team.

Tim Döking fungiert als spielender Co-Trainer, Sascha Dönnebrink kümmert sich als Torwarttrainer um unsere Schlussmänner, Jan Donnert steht als Betreuer – und sicher noch weit mehr als das – an der Seite der Mannschaft, und im Physio-Bereich sorgen Jan Philipp Godo und Annika Müssner dafür, dass die Jungs fit bleiben.

Los ging die Vorbereitung schon vor den Sommerferien mit ersten Laufeinheiten. Seitdem ziehen sich eine ordentliche Trainingsbeteiligung und gute Einheiten durch die Saisonvorbereitung, dazu kamen – wie bereits berichtet – einige neue Gesichter im Kader hinzu.

Sportlich stand die Mannschaft vor der Meisterschaft bereits in mehreren Testspielen auf dem Prüfstand. Am 23. Juli ging es gegen den A-Kreisligisten FC Oeding, der sich am Ende mit 4:1 durchsetzte. Ein guter Test, bei dem Oeding vor allem in der Chancenverwertung die entscheidend bessere Mannschaft war.

Nur drei Tage später, am 26. Juli, folgte ein sehr guter Auftritt:

Gegen A-Liga-Aufsteiger TSV Raesfeld II gewann unsere Erste am Ende deutlich mit 5:0. Es war ein gutes Spiel, das zeigte, was in der Mannschaft steckt – auch wenn wir ein solches Ergebnis weiterhin mit der nötigen Demut betrachten und uns davon nicht zu sehr blenden lassen wollen. Es war halt auch "nur" ein Testspiel.

Am ersten Augustwochenende stand dann die Stadtmeisterschaft auf dem Programm, über die bereits an anderer Stelle dieser Ausgabe berichtet wird.

Am 5. August folgte ein Test gegen VfL Ramsdorf II, Absteiger aus der B-Liga, den unsere Erste mit 3:0 für sich entschied – ein ordentliches Ergebnis.

Das Spiel hat zugleich aber gezeigt: Gegen den Ball funktioniert es bei uns schon ganz gut, mit dem Ball braucht es aber noch mehr Kreativität.

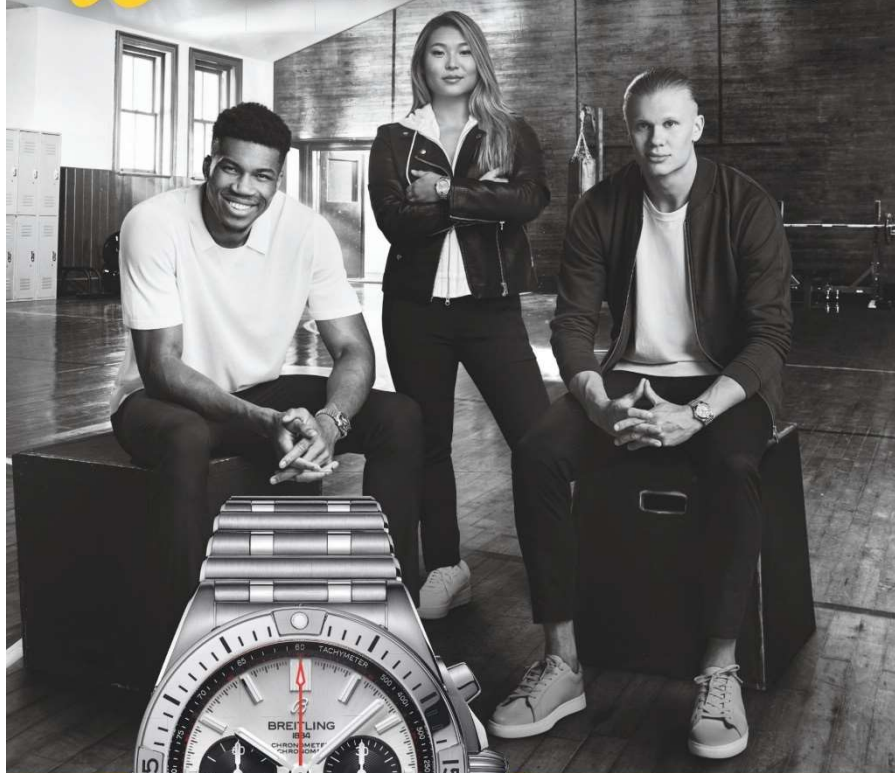
Nun geht es Schlag auf Schlag: Am 13. August stand der Pokalauftritt bei SV Titania 26 Erkenschwick an – hier konnte sich nach einem 0:1 Rückstand unsere Truppe mit 6:1 durchsetzen und erwartet in der 2. Runde daheim die SF Stuckenbusch Hochlarmark.

Am 23. August startete unsere Mannschaft in die neue B-Kreisliga-Saison. Mit dem neuen Trainerteam, einer ordentlichen Vorbereitung und frischem Wind im Kader blicken wir gespannt auf den Saisonstart!

Auf geht's in die neue Saison



BREITLING



WILGENBUS

Die Jewel an der goldenen Kette

Vom Fußball

Unsere Zweite

(cb) Bei unserer zweiten Mannschaft ist einiges in Bewegung – und das im besten Sinne. Mit „Samu“ hat ein neuer Trainer das Kommando übernommen und wächst von Einheit zu Einheit spürbar in seine neue Rolle hinein.

Die Beteiligung im Training ist gut, es sind einige neue Gesichter dazugestoßen, und alle hoffen, dass in den kommenden Wochen noch die eine oder andere Verstärkung den Weg zur SG II findet.

Vor allem aber stimmt schon jetzt das Wichtigste: das Klima in der Mannschaft ist richtig gut.



Der Kampf um den Ball

(Foto: Archiv)

Sportlich ging es in zwei Vorbereitungsspielen zur Sache.

Am 1. August traf man auf VfL Ramsdorf II und lieferte sich einen munteren Schlagabtausch: Nach einer 1:0-Führung der Gastgeber glich Abdulrahman Jama nach der Pause aus, ehe Michal Szweda unsere Farben mit 1:2 in Führung brachte. Ramsdorf kam kurz vor Schluss noch einmal zurück, sodass am Ende ein knappes 3:2 für Ramsdorf II zu Buche stand – bitter angesichts der zwischenzeitlichen Führung, aber insgesamt ein ordentlicher Auftritt unserer Zweiten.

Eine Woche später, am 9. August, ging es gegen SV Altendorf-Ulfkotte II. Hier setzte es eine 0:2-Niederlage, die aber vor allem eines brachte: viele Erkenntnisse für Trai-

ner und Mannschaft, an denen sich in der weiteren Vorbereitung gut ansetzen lässt. Die Ergebnisse sind das eine – der Eindruck, den die Mannschaft rund um den Platz hinterlässt, das andere.

Und der stimmt zuversichtlich: Mit frischem Wind auf der Trainerbank, neuen Spielern und einem guten Miteinander ist die Zweite auf einem vielversprechenden Weg in die neue Saison.

Fußball spielen mit Leib und Seele

vbank-wml.de/crowdfunding



Die Zugabe kommt von uns.

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Sie organisieren, wir schlagen was drauf:
Bei jeder Spende von mindestens 5 Euro geben wir 20 Euro dazu! Es gibt viele Projekte in Vereinen oder gemeinnützigen Organisationen, die diese nicht durchführen können, weil ihnen die nötigen finanziellen Ressourcen fehlen. Die **Crowdfunding-Plattform** Ihrer Volksbank Westmünsterland eG kann hier Abhilfe schaffen. Unter dem Motto "**Viele schaffen mehr**" helfen Sie aktiv mit, Projekte zu realisieren.

**Volksbank
Westmünsterland eG**



Jugendfußball

Drei Tage voller Fußballspaß bei der SG Borken

(rb) Drei Tage lang drehte sich auf der Sportanlage der SG Borken alles um den Fußball: Im Rahmen der Sparkassen-Fußballferien gastierte die Erlebniswelt Fußball mit ihrem beliebten Fußballcamp in Borken und sorgte für begeisterte Gesichter bei



Aufmerksam lauschten die Kinder den Worten der Trainer.

den teilnehmenden Kindern. Unter der Anleitung der qualifizierten Trainerinnen und Trainer

der Erlebniswelt Fußball erwartete die Nachwuchskickerinnen und -kicker ein abwechslungsreiches Programm. In verschiedenen Trainings- und Übungseinheiten standen Technik, Koordination, Dribbling, Passspiel und Torabschluss im Mittelpunkt. Gleichzeitig wurde großer Wert auf Fairplay, Teamgeist und gegenseitigen Respekt gelegt.

Neben den Trainingseinheiten kamen auch Spiel und Spaß nicht zu kurz. In kleinen Turnieren und abwechslungsreichen Spielformen konnten die Kinder das Gelernte direkt anwenden und ihr Können unter Beweis stellen. Die Freude am Fußball stand dabei jederzeit im Vordergrund.

Für das leibliche Wohl war ebenfalls bestens gesorgt. Ein gemeinsames warmes Mittagessen sowie ausreichend Getränke stärkten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer für die nächsten Trainingseinheiten. Als besondere Erinnerung erhielt jedes Kind ein personalisiertes Trikot mit eigenem Namen und Rückennummer.

Unser Campkoordinator Ralf Bökenbrink zog nach drei schönen Tagen ein mehr

MOBILITÄT IN ALLEN LEBENSLAGEN

Unser Sonderfahrzeugbau realisiert markenübergreifend individuelle Lösungen für alle Fahrzeuge.



UNSERE LEISTUNGEN

Rollstuhlumbauten
Camper Ausbauten
Fahrzeugeinrichtung
Sattlerei



Activa Automobil Service GmbH • Zur Heide 9 • 46325 Borken

www.activa-automobilservice.de

Jugendfußball

Fortsetzung Fußballcamp

als zufriedenes Fazit: "Das dreitägige Fußballcamp war erneut ein voller Erfolg und bot den Kindern einen unvergesslichen Start in die Sommerferien mit viel



In Reih und Glied zur nächsten Übung

Bewegung,
neuen
Freundschaften und jeder Menge Fußballbegeisterung. Ein herzlicher Dank gilt dem Team der Erlebniswelt Fußball, den zahlreichen Helferinnen und Helfern so-

wie der Sparkasse als Partner der Sparkassen-Fußballferien, die diese Veranstaltung möglich gemacht haben."



Alle hatten viel Spaß bei dem Jugendcamp.

BLEKER  GRUPPE

FAHR MIT POWER, SPIEL MIT LEIDENSCHAFT!



Online über 2.000 sofort verfügbare
Lagerfahrzeuge, gibt es hier!



Neuer Citroën e-C3 Aircross (50 kWh Batterie), Elektromotor 83 kW (113 PS) YOU: Energieverbrauch: 18,2 kWh/100 km; CO₂-Emission 0 g/km; CO₂-Klasse: A
PEUGEOT 408 Plug-in Hybrid 180 e-EAT8, 133 kW (180 PS); Kombinierte Werte gem. WLTP: Energieverbrauch (gewichtete): 16,9 kWh/100 km plus 1,5 l/100 km; CO₂-Emission 33 g/km;
CO₂-Klasse B; bei entladener Batterie: Kraftstoffverbrauch 6,5 l/100 km; CO₂-Klasse E; elektrische Reichweite (EAER): 55-54 km

Autohaus Bleker GmbH • Königsberger Str. 1 • 46325 Borken | Nordring 223 • 46325 Borken
www.bleker-gruppe.de

Jugendfußball

Rückblick auf die Albertslund-Tour im „Treff im Trier“

(pw) Die Fahrt ist vorbei, die Nachbetrachtung steht an. So hatte der Jugendvorstand zum Nachtreffen der diesjährigen Albertslund-Tour eingeladen, und viele Kinder und Eltern folgten der Einladung ins Clubheim „Treff im Trier“.



Groß war die Zahl der Fahrer nach Albertslund.

Neben vielen Gesprächen stand natürlich der Rückblick auf die gemeinsame Fahrt nach Albertslund, die vom 30. April bis zum 3. Mai 2026 stattfand, im Mittelpunkt des Abends.

Die diesjährige Tour war ein besonderer Meilenstein:

Die Partnerschaft zwischen der SG Borken und BS 72 Albertslund besteht nun seit 30 Jahren. Und von Anfang an war die SG mit dabei. Seit drei Jahrzehnten also pflegen die beiden Vereine diese internationale Freundschaft. Es finden jährliche Austausche zwischen Jugendteams und Alt Herren Mannschaften statt.

Ein Höhepunkt des jetzigen Treffens war die Vorführung eines gemeinsamen Rückblicks.

Eine engagierte Mutter hatte aus zahlreichen Fotos und Videos der viertägigen Reise einen Film zusammengeschnitten. Das Video zeigte viele Eindrücke und Erlebnisse der Fahrt und kam bei den Gästen im Clubheim sehr gut an. Klasse!

Der Abend bot allen Beteiligten eine gute Gelegenheit, die Erlebnisse noch einmal in Ruhe auszutauschen. Und davon wurde reichlich Gebrauch gemacht.

Ein Dank gilt dem Organisationsteam und allen Helfern und Familien, die die Fahrt und das Nachtreffen unterstützt und ermöglicht haben.



Weseler Landstraße 73 46325 Borken Telefon +49 2861 902514
 info@architekt-mischo.de www.architekt-mischo.de



architekturbüro
 thomas mischo

Jugendfußball

Fortsetzung Albertslund

Außerdem ein großer Dank an unsere Sponso-



Der „Treff“ war voll.

ren
Mode
Co-
hausz
und
Sport
Nie-
huis,
die uns
für die
beson-
dere
Fahrt T-
Shirts
organi-
siert
haben.



Es gab viel zu sehen.

Zu guter Letzt ein DANKE an Berthold Happe!

Er hat die Freundschaft zwischen den beiden Vereinen quasi aufgebaut und lebt diese noch bis heute. Auch bei dieser Fahrt war er nicht nur dabei, sondern hat maßgeblich mitorganisiert. Wir hoffen auf noch viele weitere tolle Jahre in Freundschaft mit BS 72 Albertslund.

JUGENDSPORT

DAS BESONDERE VERGNÜGEN BEI DER SG BORKEN

ELEKTROTECHNIK
SPILLER
Energie- und Steuerungskonzepte

- SPS - Steuerungen
Simatic S5/S7
- Schaltanlagen
- Trafostationen
- Elektroverteilungen

Hansestraße 22
46325 Borken
Telefon 0 28 61 / 92 95 8 - 0

Telefax 0 28 61 / 92 95 8 - 14
info@spiller-elektrotechnik.de
www.spiller-elektrotechnik.de



Ihr Logistikpartner in Borken

Spezialist für Transport-, Lager- und Kontraktlogistik

Weddeling 
Logistik

Weddeling GmbH
Landwehr 60
D-46325 Borken/Westf.
Tel.: +49 2861 9203-0
Fax: +49 2861 9203-30
info@weddeling.de
www.weddeling.de

Jugendfußball

Jugend in Burlo erfolgreich

Im Stadion am Burloer Vennweg wurden die Borkener Stadtmeister in sieben Wettbewerben aller Altersklassen ausgespielt. Ausrichter war in diesem Jahr der RSV Borken, der das Turnierwochenende organisierte – ein Wochenende voller Jugendfußball, spannender Duelle und bester Stimmung rund um den Platz.

A-Jugend – JSG Raesfeld-Borken

Unsere A-Junioren zeigten sich kämpferisch und sicherten sich am Ende einen soliden dritten Platz. Eine ordentliche Ausbeute in einer eng besetzten Altersklasse.

B-Jugend – JSG Raesfeld-Borken: Stadtmeister!

Auch aus SG-Sicht gab es eine schöne Nachricht: Unsere JSG-B-Junioren traten in den Vereinsfarben Blau-Rot an und holten sich den Stadtmeister-Titel. Ein schöner



**Unsere Stadtmeister der B-Junioren (JSG Raesfeld-Borken)
mit dem Pokal.**

Erfolg für unsere Jugendarbeit – Glückwunsch an die Mannschaft!

WIR HABEN FÜR JEDEN SPORTFREUND DAS RICHTIGE AUF LAGER



- Fachmarkt
- Farbmischanlage
- Betontankstelle
- Parkett + Designböden
- Innentüren
- Garagentore
- Gartenwerkstoffe + Gartenbeleuchtung
- Dach + Fassade
- Holzwerkstoffe + Plattenzuschnitt
- kompetente Fachberatung
- Lieferung durch eigenen Fuhrpark
- Digitales Abholssystem + überdachte Ladezone



Wir wünschen euch eine
erfolgreiche Saison mit
jeder Menge Spaß!

ÖFFNUNGSZEITEN

Montags bis Freitags: 7 – 18 Uhr

Samstags: 7 – 13 Uhr

Sonntags Schautag*: 14 – 18 Uhr

*keine Beratung/ kein Verkauf. Feiertags geschlossen.

LUEB+WOLTERS

DAS BAUFACHZENTRUM

■ BAUSTOFFE ■ HOLZ ■ BÖDEN ■ TÜREN

www.das-baufachzentrum.de

Jugendfußball

C-Jugend – SG Borken

Auch unsere C-Junioren mischten vorne mit und belegten am Ende einen guten dritten Platz.

D-Jugend – SG Borken

Unsere D-Junioren sammelten in einer starken Konkurrenz wichtige Turnier Erfahrung. Nicht jedes Ergebnis ging in dieser Altersklasse an uns, doch der Einsatz stimmte – darauf lässt sich aufbauen.

E-Jugend – SG Borken

Die E-Junioren zeigten sich gut aufgestellt und erreichten einen respektablen dritten Platz.

F- und G-Jugend

Für unsere jüngsten Kicker stand statt einer Tabelle der Spaß im Vordergrund: Im Rahmen der Stadtmeisterschaften wurden für die F- und G-Junioren stimmungsvolle Spielfeste ausgerichtet.

Fazit

Unsere Jugendabteilung kann mit dem Wochenende zufrieden sein – allen voran mit dem Stadtmeister-Titel unserer B-Jugend. Ein großes Dankeschön geht an alle Trainerinnen und Trainer sowie Spielerinnen und Spieler für ihren Einsatz am Turnierwochenende! Genau dieser Einsatz, die Leidenschaft und der Teamgeist sind es, die wir in unserer Jugendarbeit hochhalten wollen – und auf denen wir aufbauen, um auch in Zukunft weitere positive Ergebnisse einzufahren.

Körperliche Gesundheit der Kinder fördern

Regelmäßige Bewegung stärkt Herz und Kreislauf, kurbelt den Stoffwechsel an und unterstützt das Immunsystem.

Kinder, die sich häufig bewegen, haben oft eine bessere körperliche Konstitution und sind seltener krank. Darüber hinaus kann regelmäßiger Sport Übergewicht vorbeugen und die Grundlage für einen gesunden Lebensstil bis ins Erwachsenenalter legen.

(Simon Anger)



SBVWEST eV
Geprüfter Fachbetrieb



Ihr Schädlingsbekämpfer

an Rhein, Ruhr & Münsterland

Schnelle Hilfe – effektiv, nachhaltig, zuverlässig

Schädlingsbekämpfung & Taubenabwehr

- Familienbetrieb mit über 100 Jahren Erfahrung
- TÜV-zertifizierte Qualität
- Betreuung von Privat- & Gewerbekunden
- Vorbeugendes Schädlingsmanagement nach Lebensmittelstandards (HACCP, IFS, BRC, AIB)
- Onlinedokumentation und digitaler Berichtsversand
- Ausgebildetes Fachpersonal



A. & B. Keßner Unternehmenszentrale:
Lauerstraße 12-16 • 47198 Duisburg
Tel. 02066 - 99 37 40
E-Mail: info@abkessner.de

www.abkessner.de

Ehrenmitglieder

Neue Ehrenmitglieder ernannt

(ft) In der Ehrenordnung der SG Borken heißt es u.a. unter „Ehrenmitgliedschaft“:

2.2. Die Ehrenmitgliedschaft kann besonders verdienten Mitgliedern verliehen werden.

2.3. Die Zahl lebender Ehrenmitglieder soll ein Prozent der Mitgliederzahl des Vereins nicht überschreiten.

Bei der Delegiertenversammlung im März wurde das Thema „Ehrenmitgliedschaft“ neu aufgegriffen. Wegen der Corona-Pandemie ist es in den letzten Jahren vernachlässigt worden.



Die neu ernannten Ehrenmitglieder sind **Alfons Bußkönning, Johannes Fooke, Manfred Greving, Winfried Grömping, Berthold Happe, Heiner Hülsmann, Ulrich Kastner, Manfred Körntgen, Hans-Jürgen Steingens, Friedhelm Tripphaus, Peter Vinke und Heinz Wettels.**

Ehrennadeln

„Ehrennadel in Bronze“

Brigitte Albersmann, Gideon Bleker, Josef Schneermann, Mia Südholt, Renate Deppe, Rita Kleine-Boes, Sebastian Mels und Theresia Schlattmann.

„Ehrennadel in Silber“

Michael Raida und Sebastian Mels

„Ehrennadel in Gold“

Norbert Grömping



Norbert Grömping (l.) erhielt für seine treuen Dienste die „Ehrennadel in Gold“.

Verstorben

Dieter Rahlmann



(ft) Mit Dieter Rahlmann ist ein lang-jähriges SG-Mitglied Mitte Juli gestorben.

Dieter Rahlmann stammt aus Klein-Lafferde im Kreis Peine in Niedersachsen.

Hier wurde er am 19. Mai 1939 geboren.

Schnell kam er mit dem Sport in Berührung und spielte als Torhüter in der dortigen Fußballmannschaft.

Zu den damaligen Sportfreunde Borken kam Dieter Rahlmann im Jahre 1993.

Hier wurde er mit seinem umfangreichen Wissen und Können der Organisationsleiter des Vereins, der die gesamte Mitgliederdatei führte mit allen An-

und Abmeldungen sowie dem Einrichten neuer Kurse.

„Die einzelnen Abteilungen“, so lautete sein Credo schon damals, „sollen möglichst viel Autonomie haben. In unserem großen System ist es jedoch erforderlich, dafür zu sorgen, dass in den Abteilungen nicht ein eigener Verein entsteht, der den Gesamtverein mit allen seinen Vorteilen aus dem Auge verliert.“

Dieter Rahlmann war auch als Initiator und Organisator der Inline-Skater-Veranstaltung, die in jedem Jahr im Herbst stattfand und die viele Sportlerinnen und Sportler aus nah und fern anzog, aktiv.

Daneben setzte er sich sehr für das Sportabzeichen ein und war immer zur Stelle, wenn man ihn als Prüfer benötigte. Als Starter der einzelnen Läufe war er nicht wegzudenken.

Als Mitglied der Montags-Trimmergruppe war er regelmäßig zur Stelle und bereicherte mit seiner Anwesenheit und freundlichen Art diese Gruppe.

Wir werden Dieter Rahlmann immer ein ehrendes Andenken bewahren.

(Ein ausführliches Porträt: Archiv SF-INFO Nr. 79 Jan/1999)

SG Borken - Da will ich hin

Abbruch

Sprecherkabine ade

(ft) Die Sprecherkabine am Hauptplatz ist Vergangenheit. Mit schwerem Gerät wurde sie Ende Juli abgerissen.

Was damals unter TuS-Zeiten als eine herausragende Möglichkeit war, die Zuschauer zu informieren, wurde dem Erdboden gleichgemacht.

Viele Jahre lang diente sie als Aussichtsplatz für den Stadionsprecher. Allerdings ist sie im Laufe der Zeit in die Jahre gekommen. Bei der heutigen Technik wird



Unbarmherzig griff der Bagger zu und räumte ab.

eine
solche
Kabine
schlicht
nicht
mehr
ge-
braucht,
und der
Zustand
ließ
ohnehin
zu wün-
schen
übrig:
Die
brüchige
Treppe
und die
veraltete
Technik

im Innenraum bargen zuletzt eine echte Unfallgefahr. Für Abhilfe sorgte Shoppy, der sich um die Abwicklung mit einer Abbruchfirma kümmerte. Zügig und unkompliziert wurde die Kabine abtransportiert – übrig blieb eine freigeräumte Fläche mit viel Potenzial für die Zukunft.

Ein herzliches Dankeschön geht an Shoppy, die schnelle Eingreiftruppe und alle fleißigen Helfer, die mit angepackt haben!

Tri-Bike-Run

Ligawettkampf in Kalkar (Bericht von Stefan Haane)

Am 28.6. ging es für die Landesliga Triathleten zum Niederrhein-Triathlon nach Kalkar.

Dort wurde der dritte von vier Ligawettkämpfen bei hochsommerlichen Temperaturen über die Kurzstrecke von 1,5 km Schwimmen, 38 km Radfahren und 10 km Laufen ausgetragen.

Für die SG Borken am Start waren Aaron Luithle, Till Keiten-Schmitz, Andreas Callegari und Nils Kemper. Das Schwimmen fand im Wisseler See statt und es gab aufgrund der hohen Wassertemperatur noch ein Neoprenverbot.



Die SG-Mannschaft in Kalkar: Till Keiten-Schmitz, Nils Kemper, Andreas Callegari, Aron Luithle (v.l.)

Als schnellster absolvierte Till das Schwimmen in 24:42 min. Aaron benötigte 28:37 min, dicht gefolgt von Andreas in 29:20 min und Nils in 30:42 min.

Auf der Radstrecke mussten die Vier nicht nur gegen die heißen Temperaturen kämpfen, sondern auch gegen den Wind.

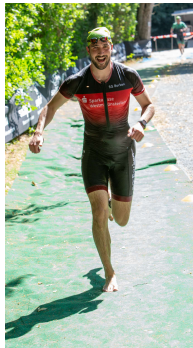
Schnellster SG'ler auf der Radstrecke war Aaron in 1:05:2, gefolgt von Till in 1:07:5.

Andreas und Nils beendeten das Radfahren in 1:11:0 bzw. 1:16:1, was bei den hochsommerlichen Temperaturen eine beachtliche Leistung ist.

Auf der Laufstrecke spielte Aaron seine Laufstärke aus. Er benötigte für die zwei Runden à 5 km nur 41:51min und belegte damit den 12. Platz in der Gesamtwertung.

Till kam als 47. ins Ziel und benötigte für die 10 km 57:14 min. Als 71. erreichte Nils das Ziel mit einer Laufzeit von 51:51. Andreas komplettierte das Quartett und

Tri-Bike-Run



Nils Kemper

belegte Platz 82 in der Gesamtwertung mit einer Laufzeit von 1:04:1.

Damit belegten die Vier den 16. Platz in der Tageswertung. In der Tabelle steht die Mannschaft auf dem 13. Platz.

Am 12.9. geht es nach Vreden zum Ligafinale über die Sprintdistanz.



Aaron Luithle

Endergebnisse:

Aaron Luithle:

Platz 12, Ges.-zeit
2:19:59 (28:37 S, 1:05 R,
41:51 L)

Till Keiten-Schmitz :

Platz 47, Ges.-zeit
2:34:13 (24:42 S, 1:07:5
R, 57:14 L)

Nils Kemper:

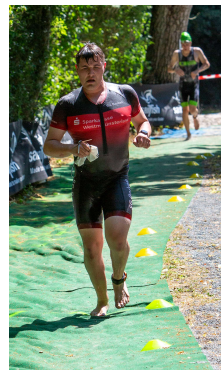
Platz 71, Ges.-zeit
2:42:55 (30:42 S, 1:16:1
R, 51:51 L)

Andreas Callegari:

Platz 82, Ges.-zeit
2:49:34 (29:20 S, 1:11:0
R, 1:04:1 L)



Andreas Callegari



Till Keiten-Schmitz

***SG Borken
vielfach unterwegs***

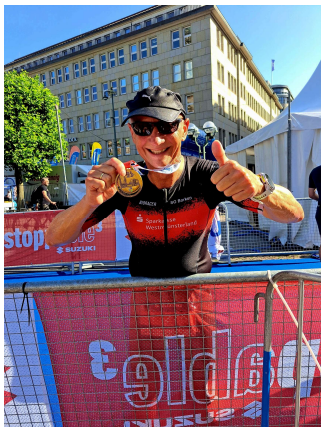
Tri-Bike-Run

Hamburg Wasser Triathlon 2026

(Bericht von Jürgen Kössler)

Was soll ich sagen, es war die 7. Teilnahme in Hamburg und ich bin immer wieder gerne hier und genieße die Atmosphäre. Sportveranstaltungen können die Hamburger.

Die Veranstaltung lief über 2 Tage von Samstag 11.07. bis Sonntag 12.07. und es waren mehr als 13.000 Athleten-innen über die Volksdistanz und Olympische Distanz am Start. Allein die von Rädern gesäumte Wechselzone ist beeindruckend und die Stimmung an den beiden Tagen war hervorragend. Ich muss auch sagen, wir hatten ein traumhaftes Wetter und das allein sorgt für große Vorfreude auf den Start.



Geschafft!!!

Wie im letzten Jahr habe ich mich in den ersten Startblock gebucht. D.h. um 4:00 Uhr aufstehen, um 5:00 Uhr mit der U-Bahn zur Alster und um 5:20 Uhr zum Check In. Schwimmstart war dann planmäßig um 6:38 Uhr.

Doch noch mal zurück zur Wechselzone.

Voller Vorfreude heute mit Neo zu schwimmen, das Wasser hatte am Vortag so ca. 21 Grad, kam bei den Vorbereitungen zum Start die Hiobsbotschaft von den Schiedsrichtern „Neoverbot“. Das Wasser hatte wohl über 22 Grad und sofort war die Stimmung bei vielen Mitstreitern erst mal etwas gedämpft. Ich packte auch erst mal den Neo ein und ging so langsam Richtung Kleiderbeutelabgabe. Dann sah ich doch den ein oder anderen im Neo stehen und dann wurde es klar, ab AK 60 darf mit Neo geschwommen werden! Super, also zog ich mal kurzerhand meine Alterskarte und war flux wieder im Neoprenanzug. Ich bin dann noch ein paar Mal drauf angesprochen worden, aber da bin ich halt ein Weichei.

Die 1500m Schwimmen in der Alster liefen gut und kam entspannt aus dem Wasser. Laut meiner Strava Aufzeichnung war der Weg zum Rad und bis zum Radaufstieg 800m lang, da habe ich auch 6:44min. Zeit liegen lassen. Auf der knapp 40km langen Radrunde (insgesamt 3 Runden) entlang am Hafen, war ich in diesem Jahr flott unterwegs und kam nach 1:04:22 zur Wechselzone. Nach 4:56min. war ich dann auf den letzten 10km der Laufstrecke unterwegs und konnte nach den 46:41min. auf der Laufstrecke die Ziellinie in einer Zeit von 2:36:22 überschreiten. Ich war absolut happy über das Ergebnis und freute mich, dass ich am Ende noch in der AK 60 auf Platz 18. von 120 gelandet bin.

Tri-Bike-Run

Fortsetzung Hamburg

Das Schöne an einem frühen Start ist, dass ich dann doch noch um 10:30 Uhr mein Frühstück im Hotel genießen konnte. Ich kann nur jedem empfehlen, fahrt mal nach Hamburg. Ob Volks oder Olympische Distanz, ein tolles Event. Und ein highlight sind natürlich auch die Sprint Weltmeisterschaften der Herren, Frauen und Mixed Staffel.



Die Atmosphäre genießen

SG Borken

Sachse
Eine runde

Fest der Vereine

Am Sonntag, dem 06. September wird es rund um den Pröbstringsee ein „Fest der Vereine“ geben.

Alle Vereine präsentieren sich mit ihrem Angebot den hoffentlich zahlreichen Besuchern. Auch die SG Borken wird mit ihren Abteilungen vor Ort sein und sich vorstellen.

Also auf in das Land der Vereine.

Tri-Bike-Run

Starke Leistungen der Triathlon-Damen der SG Borken in Kamen und Saerbeck

(Bericht von Nicola Wewers)

Die Triathlon-Damen der SG Borken setzten ihre Saison am 02.08.2026 mit einer starken Vorstellung in Kamen fort und sammelten dort wichtige Punkte für die Oberliga-Wertung.



**Nicola Wewers, Julia Schmäing, Eva Keiten-Schmitz
(v.l.)**

Nach dem gelungenen Auftakt in Bocholt sowie dem zweiten Wettkampf in Saerbeck zeigten die Athletinnen in Kamen erneut großen Einsatz, Freude und Wettkampfhärte.

In Saerbeck haben die SG-Athletinnen am 05.07.2026 eine tolle Teamleistung gezeigt. Über die Strecke 700 m Freiwasser, 20 km Rad und 5 km Lauf konnte

die Mannschaft in der Rangliste weiter aufsteigen und sich den 27. Platz in der Oberliga Frauen des NRWTV sichern. Mit 1:12:17 sicherte sich Eva Keiten-Schmitz den neunten Gesamtrang. Danach folgten Nicola Wewers mit einer Zeit von 1:23:20 und Isabell Kaiser in einer Zeit in 1:23:56.

Am 02.08.2026 folgte der dritte Wettkampf der Oberliga Damen in Kamen. Dort trat die Mannschaft erneut über die Sprintdistanz (500 m Schwimmen im Freibad, 24 km Rad, 5 km Laufen) an. Eva Keiten-Schmitz erreichte als 14. in der Gesamtwertung in einer Zeit von 1:16:26 das Ziel, gefolgt von Julia Schmäing in 1:26:02 und Nicola Wewers in 1:27:38. Die Damen der SG Borken sicherten sich mit diesen starken Einzelergebnissen den 12. Platz und rücken damit in der Rangliste der Oberliga Frauen des NRWTV auf Platz 19.



Eva Keiten-Schmitz, Isabell Kaiser, Nicola Wewers (v.l.)

Tri-Bike-Run

Fortsetzung Kamen / Saerbeck

Zudem war an diesem Wochenende auch Wiebke Finke von der SG Borken im Einsatz: Sie startete für das Triathlon Team Indeland Eschweiler II und erreichte nach einer starken Leistung in 1:28:08 das Ziel.



Support-Team in Saerbeck: Stephan Bruns, Barbara Bruns, Nicola Wewers, Eva Keiten-Schmitz, Sabine Holstegge

Der Blick der Mannschaft richtet sich nun auf den Saisonabschluss Anfang September in Xanten. Mit dem starken Auftakt in Bocholt, dem Rückenwind aus Saerbeck und der überzeugenden Leistung in Kamen gehen die Damen motiviert und voller Vorfreude in die letzten Vorbereitungen.

Zu guter Letzt ein Dank an unsere Supporter: Besonders hervorzuheben ist unser großartiger Team Support: Zahlreiche Vereinskolleginnen waren beim Saisonauftakt in Bocholt, in Saerbeck und in Kamen entweder

persönlich oder gedanklich vor Ort. Dieser Support trägt uns, motiviert ungemein und macht unsere Gemeinschaft so besonders.

Danke euch – ihr seid ein wichtiger Teil dessen, was unseren Verein ausmacht. Wir sind einfach eine tolle, starke Gemeinschaft.

Zusammenhalt, Spaß am Sport und in der Gemeinschaft

Tri-Bike-Run der SG Borken

Fit und schön

Sportgruppe „Fit und schön“ auf Hüttentour“

(hw) Auch in diesem Jahr unternahm die Sportgruppe um Reinhild Büning ihre traditionelle Radtour. Hanna als Tourguide hatte sich anlehnend an die Südlohner-Hüttentour, eine Rundfahrt entlang verschiedener Hütten ausgesucht.

Los ging es am Freitag, den 10. Juli, um 11 Uhr bei bestem Radelwetter und guter Laune an der Stettiner Straße in Borken. Die Gruppe folgte eine kurze Strecke dem



Erholungspause zwischendurch

AA-Radweg Richtung Ramsdorf. In Gemen Krückling ging es weiter auf dem Möllenweg weiter bis zur ersten Hütte.

Hier wurde die erste Trinkpause eingelegt und die ersten Fotos geschossen. Die Tour führte dann weiter an Weseke vorbei über den Kotten Büskerweg zum Boklerhook. Hier wurden die Frauen von einer schönen privaten Hütte überrascht. Der Hof Tenk bot verschiedene Sitzmöglichkeiten, so wie gekühlte Getränke in einem Erdkühlschrank für einen „Guten Zweck“ an. Der gepflegte Hof und die wunderschöne dekorierte Hütte (Remise) waren ein Augenschmaus für die Frauen.

Weiter radelte die Gruppe Richtung Holt hausen, über den Lohner Brook und Brink bis in die Bauernschaft Eschlohn. Die Hütte Brinkerhütte wurde nicht angefahren, sondern links liegen gelassen. Die Brookhütte als nächste Hütte erwies sich nur noch als Tisch und Bänke in der freien Natur.

Nach rund 20 km erreichte die Gruppe „Bettinas Hofkonfetti“.

Hier wurde die Mittagspause eingelegt. Bettinas Hofkonfetti sind verschiedene Hütten; die sich auf dem Hof Hüske in der Bauernschaft Eschlohn befinden. Dort bewirtschaftete Bettina Hüske einen Milchviehbetrieb. Zusätzlich betreibt sie eine Eismanufaktur und bietet in einem Automaten-Hofladen Produkte wie Eier, Kartoffeln, Wurst, Teigwaren u.v.a.m. von weiteren Landwirten an. Daneben bietet sie einen Selbstbedienungsservice für Kaffee und Eis an. Verschiedene Sitzgruppen und Spielmöglichkeiten für Kinder machen den Aufenthalt zu einem kleinen Erlebnis.

Fit und schön

Fortsetzung

Nach einer guten Stärkung radelte die Gruppe durch den Wienkamp rechts und links zur Vennhütte. Hier gratulierte die Gruppe Maria Süthold mit einem Ständchen nachträglich zum Geburtstag. Zur Belohnung gab es ein Gläschen Sekt.

Weiter radelte die Gruppe Richtung Ebbinghook und durch den Hessinghook. In diesen Bauernschaften waren drei weitere Hütten, die aber nicht angefahren wurden. Die nächste Pause machte die Radelgruppe in Oeding an der Eisdiele.

Eine kleine Abkühlung bei dem Wetter war notwendig. Von Oeding ging es weiter durch den Look und Böingshook nach Borken.

Zum Abschied der Tour kehrte die Gruppe in Hannas Garten zu einem kleinen Grillimbiss, kalten Getränken und guten Gesprächen ein. Hier konnte die Gruppe den schönen Tag ausklingen lassen.

Insgesamt war die Radtour 47 km lang, bei optimalem Wetter, guter Stimmung, in einer wunderschönen Landschaft und vielen neuen Eindrücken und dazu noch direkt vor der Haustür. Besser kann man nicht planen.

Kurz und gut

(ft) Unter dieser Bezeichnung stand das 3. Seminar der SG Borken unter der Organisation von Carolin Leuger von der Jugendabteilung der SG im „gelben Salon“.

Referent des Abends war Dennis Drepper vom KSB Wesel.

Inhaltlich ging es um die Prävention von sexualisierter & interpersoneller Gewalt im Sport“. Ausführlich wurden einige Aspekte dieser Problematik erläutert. Die Beiträge der Teilnhmer zeugten von dem Interesse an diesem Thema.

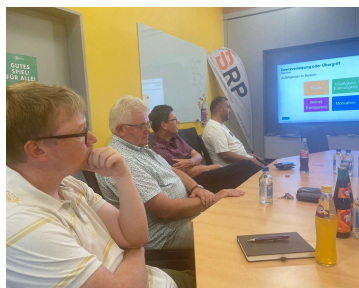
Jeder Übungsleiter/in oder Betreuer/in, der/die mit Minderjährigen zu tun hat oder haben könnte, sollte ein solches Seminar besuchen.

Carolin Leuger hat sich intensiv mit dieser umfangreichen Problematik auseinander-gesetzt und dazu ein Konzept erstellt.

Im SG-Gesamtvorstand wurde dieses bereits vorgestellt und wird weiterhin inten-siv bearbeitet.

Ein weiterer Termin ist Donnerstag, 03.09.2026, ab 17:30

Kontakt: kinderschutz@sg-borken.de



Engagierte Anwesende

Treff im Trier

(cb) Die Sommerpause ist vorbei, und auch der „Treff im Trier“ öffnet wieder seine Türen. Die WM ist Geschichte, die Seniorenfußballer starten in die neue Saison, die Schulferien gehen zu Ende – und mit ihnen kehrt auch bei uns wieder der gewohnte Trubel ein.

Alles startet wieder.

Die Kinder nehmen ihr Training wieder auf, ob beim Tanzen, Fußball oder in der Leichtathletik. Alle sind nach der Urlaubszeit erholt zurück – und auch unser Team im Vereinsheim steht wieder bereit, um euch zu versorgen.

Kommt vorbei!

Ob warme oder kalte Getränke, leckere Snacks oder deftige Speisen: Bei uns ist für jeden etwas dabei. Und wer den Live-Sport nicht verpassen möchte, ist bei uns genau



richtig – über Sky und DAZN läuft bei uns alles, was der Sport zu bieten hat.

Also: Kommt vorbei, schaut euch auf dem Sportplatz um und lasst den Sommer im „Treff im Trier“ ausklingen!



Der „Treff im Trier“ lädt ein.

Leichtathletik

Training mal anders!

(sn) Die U10–U12-Gruppe startete ihr Training am 12. Juni 2026 mal anders. Diesmal traf sich die Gruppe von Steffi auf dem Waldspielplatz in Raesfeld. Nach



Zu jeder Trainingseinheit gehört auch das Aufwärmen.

einer kurzen Aufwärmphase auf dem Parkplatz standen zunächst Balancieren und Hangeln auf dem Programm. Anschließend setzte sich die Gruppe in Bewegung und joggte gemeinsam zum Bewegungspark. Dort probierten die Kinder mit viel Begeisterung die verschiedenen Fit-

nessgeräte aus. Auch das Tretbecken und der Barfußpfad wurden getestet und sorgten für zusätzlichen Spaß.

Danach ging es quer durch Raesfeld weiter zur Festwiese, wo ein Wurftraining absolviert wurde. Doch damit war der Trainingstag noch nicht beendet: Zum Abschluss gab es noch eine Überraschung. So wurde bei der Trainerin zu Hause der Grill angefeuert und mit Bratwurst im Brötchen und einem Getränk wurde das Training beendet. Gut gestärkt traten schließlich alle den Heimweg nach Borken wieder an.



Konzentriert bei den Balanceübungen

Leichtathletik

SG Borken Leichtathletik bei Kreismehrkampfmeisterschaften erfolgreich
(sn) Bei den Kreismehrkampfmeisterschaften am 5. Juli 2026 im Rahmen des Bertlicher Mehrkampfes zeigten die jungen Athleten der SG Borken starke Leistungen und sammelten zahlreiche vor-

derre Platzierungen. Der Wettkampf fand auf der Sportanlage Bertlich in Herten statt und war Teil des offiziellen FLVW-Kreisterninkalenders.flvw-recklinghausen

Den besten Tagesausgang feierte Tamme Wißing (M8), der im Dreikampf mit 852 Punkten den 1. Platz be-



Erfolgreiche Athleten: Arne, Oskar, Tamme, Gabriel, Hannes



Die U10 – U12-Gruppen mit der Trainerin

legte. Mit 8,96 Sekunden über 50 Meter, 3,42 Metern im Weitsprung und 28,50 Metern im Ballwurf stellte er eine rundum überzeugende Leistung auf.

Ebenfalls stark präsentierten sich die jüngeren Borkener Starter in der Altersklasse M9. Gabriel Marulanda Castiblanco er-

reichte mit 898 Punkten Platz 4, Oskar Zschiedrich belegte mit 836 Punkten Platz 6, Arne Leensing wurde mit 772 Punkten Siebter und Hannes Eiting kam mit 629

Leichtathletik

Fortsetzung Bertlich

Punkten auf Rang 10.

In der Altersklasse M10 überzeugte Jonas Klein-Ridder mit einem sehr starken Dreikampf. Mit 995 Punkten und Platz 2 zeigte er ein ausgewogenes Ergebnis in allen drei Disziplinen; im Vierkampf startete er zum ersten Mal und glänzte mit 1290 Punkte und bestätigte ebenfalls den 2. Platz.

Auch die älteren Jahrgänge konnten sich sehen lassen. Jeremiah Shabani (M11) erreichte im Dreikampf 914 Punkte und Platz 2, während Tom Rickert mit 804 Punkten auf Rang 7 landete. In der Altersklasse M12 erkämpfte sich Paul Hadder mit 1044 Punkten im Dreikampf und 1406 Punkten im Vierkampf jeweils den 2. Platz.



**Die U12-Mannschaft ganz oben auf dem Treppchen;
Jeremiah, Jonas und Tom**



Jonas hebt ab.

Form und den starken Teamgeist.

Sehr erfreulich waren zudem die Mannschaftsergebnisse der SG Borken. In der Dreikampf-Mannschaft M8/M9 belegten Gabriel Marulanda Castiblanco, Tamme Wißing und Oskar Zschiedrich mit 2586 Punkten einen hervorragenden 2. Platz. Die Dreikampf-Mannschaft M10/M11 mit Jonas Klein-Ridder, Jeremiah Shabani und Tom Rickert kam auf 2713 Punkte und Feierten den 1 Platz und zudem Kreismeister der Mannschaft. Mit diesen Resultaten unterstrichen die SG-Borken-Jungs einmal mehr ihre gute

Tanzsport

Herbstgala 2026 – Ein glanzvoller Abend, den Sie nicht verpassen dürfen!

Am Samstag, 21. November 2026, bekommen wir wieder Gänsehaut-Momente in

der Stadthalle Vennehof, Borken serviert!

Die Herbstgala 2026 steht unter dem Motto "Casino Dance Royal" und verspricht einen Abend voller Eleganz, Musik, Show und Gemeinschaftsgefühl. Ein kulturelles Highlight in Borken – und Sie können dabei sein!

Also – gleich Tickets sichern und Vorfreude genießen. Wir freuen uns auf Sie!



Ein festlich dekorierte Vennehof lädt ein zur Herbstgala.

Tanzbegeisterung pur und ein Programm, das von vereinseigenen Gruppen bis zu hochklassigen externen Showacts reicht. Auch in diesem Jahr wird der Abend wieder stilvoll, lebendig und unvergesslich!

Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Showprogramm, das Sie zum Staunen bringt, und genießen Sie mit der mitreißenden „Starlight-Band“ Live-Musik bis in die Nacht. Ein Abend, der nicht nur Tanzbegeisterte begeistern wird, sondern alle, die Freude an festlicher Atmosphäre und unvergesslichen Momenten haben.

Sichern Sie sich jetzt Ihr Ticket – bevor es zu spät ist!

In den letzten Jahren war die Gala ausverkauft – auch in diesem Jahr rechnen wir mit großer Nachfrage! Also: Handeln Sie jetzt!

Der Kartenvorverkauf hat begonnen:



Tanzen mit Eleganz

Tanzsport

Fortsetzung Herbstgala

Die Eintrittskarten werden online als E-Ticket verkauft!

Kategorie 1: 37,-€ / Kategorie 2: 32,-€ / Kategorie 3: 27,-€

Online im Vereins-Ticketshop: www.herbstgala.de

Wem eine Online Bestellung nicht möglich ist, meldet sich gerne bei einem unse-



Auch die Soloformation zeigt, was sie kann.

rer Vorstandsmitglieder. Wir helfen gerne weiter.

Wir laden Sie herzlich ein, gemeinsam mit uns einen festlichen Abend voller Freude, Musik und Begegnungen zu erleben. Seien Sie dabei, wenn es wieder heißt: Herbstgala in Borken – ein Abend, der verbindet!

Tanzen

Tanzen als Sport fördert Muskelaufbau, Motorik, Koordination und Gleichgewichtssinn.

Das Erlernen, Planen und Umsetzen komplexer Bewegungsabläufe kann das Selbstvertrauen stärken und ein gesundes Verhältnis zum eigenen Körper entwickeln.

(nach Wikipedia)

Tanzsport

Von der Party auf das Turnierparkett / Borkener Tanzpaar überrascht bei Discofox-Debüt

(ah) Ein Jahr intensives Training, Workshops mit Weltmeistern und eine große Portion Leidenschaft: Das Borkener Tanzpaar Ralf Steffan-Curth (78) und Jacoline van Dijk hat bei seinem ersten gemeinsamen Turnierstart für eine echte Überraschung gesorgt. Die beiden Newcomer vom SG Borken Tanzsport tanzten sich am vergangenen Samstag bei ihrer Turnierpremiere in Oberhausen direkt bis in das Halbfinale.



Stolz präsentieren Ralf Steffan-Curth und Jacolina van Dijk ihre Urkunden.

Vor rund einem Jahr fanden Ralf Steffan-Curth und Jacolina van Dijk über die Tanzsportabteilung der SG Borken als Partner zusammen. Abseits von lockerer Party-Erfahrung hatten beide zuvor keine Berührungspunkte mit dem Turniertanz. Doch der Ehrgeiz war schnell geweckt: Durch die Teilnahme an exklusiven Workshops mit Weltmeistern und mehrmalige, intensive Trainingseinheiten pro Woche entwickelte sich das Paar in kürzester Zeit bereit für die Turnierebene.

Der Fleiß zahlte sich nun beim ersten offiziellen Wettkampf aus. Ausrichter des Discofox-Turniers war der Tanz- und Tanzturnierclub Oberhausen e.V.

Das Borkener Duo trat in der Startklasse „Hobby“ an. In einem starken und erfahrenen Teilnehmerfeld von insgesamt 18 Paaren – darunter entgegen ersten Annahmen sogar fünf Profipaare – waren die Borkener die einzigen echten Turniereinsteiger. Das erklärte Minimalziel vor dem Start war bescheiden: „Wir wollten vor allem nicht direkt in der ersten Runde ausscheiden und nach Möglichkeit den letzten Platz vermeiden“, blickt das Paar zurück.

Dieses Ziel übertrafen die beiden Senioren-Sportler bei weitem. Mit einer starken Leistung auf dem Parkett überstanden sie die Runden und mussten sich erst nach

Tanzsport

dem Halbfinale geschlagen geben.

Mit dieser Platzierung im gesicherten Mittelfeld ist das Duo mehr als zufrieden. Der Erfolg zeigt eindrucksvoll, dass sportliche Höchstleistungen und der Einstieg in den Turniertanz keine Frage des Alters, sondern des Willens und des Teamgeists sind.

Für den SG Borken Tanzsport ist dieser Erfolg ein weiteres schönes Aushängeschild der eigenen Vereinsarbeit.

Für alle Disco Fox Interessierten bietet der SG Borken Tanzsport viele Möglichkeiten des Einstiegs. Weitere Informationen befinden sich auf der Vereinshomepage.

Borkener Tanzpaar debütiert bei der DanceComp

(ah) Die historische Stadthalle in Wuppertal bot am vergangenen Wochenende die atemberaubende Kulisse für eines der größten Tanzsportevents Deutschlands: die DanceComp.

Mittendrin statt nur dabei war das Ehepaar Markus und Ann-Katrin Rottbeck von der SG Borken Tanzsport e.V. Für die beiden Standardtänzer war es eine Premiere auf diesem Parkett – und ein echter Turniermarathon. Insgesamt vier Turniere an drei Tagen standen für das Borkener Paar auf dem anspruchsvollen Zeitplan.

Der Startschuss fiel am Freitag im prachtvollen Mendelssohn-Saal mit dem Turnier der Hauptgruppe (HGR) II B Standard. In einem starken Feld von 21 Paaren erwischten die Rottbecks jedoch nicht ihren besten Tag. Mit einem geteilten 17.–18. Platz verpassten sie den



Vor dem großen Auftritt

Tanzsport

Fortsetzung DanceComp

Einzug in die erste Zwischenrunde. „Hier sind wir leider hinter unseren eigenen Erwartungen zurückgeblieben“, bilanzierte das Paar selbstkritisch.

Doch Aufgeben war keine Option. Am späten Samstagabend folgte die Revanche in derselben Startklasse, diesmal in einem deutlich größeren Startfeld von 37 Paa-

ren. Die Borkener zeigten Nervenstärke, überzeugten die Wertungsrichter in der Vorrunde und erreichten hochverdient die erste Zwischenrunde. Am Ende ertanzten sie sich einen starken 23. Platz in diesem hochkarätigen Teilnehmerfeld.

Der Sonntag forderte Ann-Katrin und Markus Rottbeck im Offenbach-Saal noch einmal alles ab, denn es ging direkt zweimal hintereinander aufs Parkett. Zuerst ertanzten sie sich in der Altersklasse Senioren (SEN) I B Standard einen guten geteilten 7.–8. Platz von 12 Paaren und schrammten damit nur knapp am Finale vorbei. Unmittelbar im Anschluss mobilisierten sie die letzten Kraftreserven für die letzten Kraftreserven für die HGR II B Standard, die sie mit dem 14. Platz von



Tanzen in prachtvollem Ambiente

16 Paaren abschlossen.

„Alles in allem hatten wir uns natürlich bessere Ergebnisse erhofft und sind auch nicht vollständig mit unserer eigenen Leistung zufrieden“, resümiert das Ehepaar ehrlich.

Dennoch zieht die SG Borken Tanzsport e.V. eine positive Bilanz aus dem Wuppertaler Wochenende. Man darf nicht vergessen: Markus und Ann-Katrin Rottbeck starten erst seit April dieses Jahres in der anspruchsvollen B-Klasse und haben dort noch nicht viele Turniere bestritten. Vor diesem Hintergrund ist das Bestehen auf internationalem Parkett eine tolle Leistung und ein wichtiger Meilenstein.

Tanzsport

Mit einer Menge neuer Erfahrungen, wertvollem Feedback der Wertungsrichter und großem Motivationsschub kehrt das Paar nun zurück in den Trainingsalltag.



Mit Platz drei auf dem Siegerpodest: Ann-Katrin und Markus Rottbeck von der SG Borken

Das nächste Ziel steht bereits fest: Im August wollen die Rottbecks beim Bonner Sommerpokal wieder voll angreifen.

Hinweis!

Am 05.09.2026 findet der 20. Gemener Burglauf statt, und die SG ist offizieller Partner!

Es gibt verschiedene Disziplinen (z. B. Teamläufe oder Staffeln), Altersklassen und Strecken - da ist für jeden was dabei!

Es ist jedes Jahr ein echtes Highlight der Borkener Sportszene.

Anmeldung und alle Infos findet ihr hier:

<https://www.burglauf.de/>

Tanzsport

Die Angebote des Tanzsports nach den Ferien

Sa. 05.09.2026, **Discofox Stufe I**, 16.00 – 17.00 Uhr, 6 Einheiten,
Sportraum 2 Preis: 35 €, Leitung: Amira Weber

So. 06.09.2026, **Tanzkurs Stufe I**, 19.30 – 21.00 Uhr, 8 Einheiten,
Sportraum 3, Preis: 50 €, Leitung: Britta Schlüter

So. 06.09.2026, **Tanzkurs Stufe III**, 16.30 – 18.00 Uhr, 8 Einheiten,
Sportraum 3, Preis: 50 €, Leitung: Britta Schlüter

So. 06.09.2026, **Tanzkurs Stufe IV**, 18.00 – 19.30 Uhr, 8 Einheiten,
Sportraum 3, Preis: 50 €, Leitung: Britta Schlüter

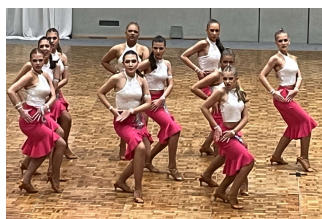
So. 06.09.2026, **West Coast Swing Stufe I**, 14.00 – 14.45 Uhr, 6 Einheiten,
Sportraum 1, Preis: 40 €, Leitung: Sandra & Frank

So. 06.09.2026, **West Coast Swing Stufe II**, 15.00 – 15.45 Uhr,
6 Einheiten, Sportraum 1, Preis: 40 €, Leitung: Sandra & Frank

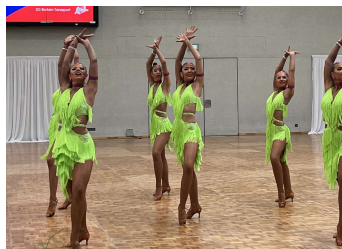
Di. 08.09.2026, **DanceFit bei Corinna**, 18.00 – 19.00 Uhr, 8 Einheiten,
Sportraum 3, Preis: 40 €, Leitung: Corinna Plötner

So. 06.09.2026, **Nappydancers**, 10.00 – 10.45 Uhr, 8 Einheiten,
Sportraum 3, Preis: 50 €, Leitung: Immogen Flöder-Sicking

So. 06.09.2026 **Nappydancers** 11.00 – 11.45 Uhr, 8 Einheiten,
Sportraum 3, Preis 50 €, Leitung: Immogen Flöder-Sicking



Showtime fürs Showteam



Einfach anmutig

Wir wissen,
was Sport ist.

**Werde Mitglied bei der
SG Borken!**

**Da gibt es vielfältigen Sport,
Spaß und Geselligkeit**

www.sg-borken.de

Neues vom G.u.f.i.

Hallo liebe SG Sportler und Sportlerinnen, liebe Mitglieder.

Das G.u.f.i. startet in die nächste Saison! Aus dem Sommer zurück sind unsere Indoor Cycling Queens mit ihren neuen Kursen.

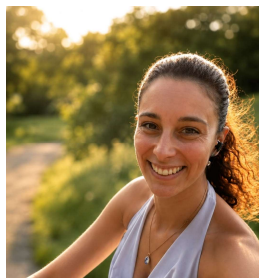
NEU, NEU, NEU!

Neu im Team ist Diana Cardoso Hahm (**Foto**). Sie wird bei uns einen Kurs am Vormittag anbieten, der dienstags von 9:30-10:30 stattfindet. Sie ist bereits kurserfahren und wird auch Anfängern den Start nicht zu schwierig machen.

Wir wünschen ihr viel Erfolg und ihren Teilnehmern viel Spaß!

Hoch motiviert sind auch Annette, Lea und Susanne.

Alle Indoor Cycling Kurse findest du auf unserer Internetseite www.sg-borken.de unter <G.u.F.i > Kursangebote.



Ebenso wieder dabei sind:

Marietta mit **Beckenbodengymnastik** am Montag um 19:30 Uhr

Heike mit **Bodyshape** am Mittwoch um 8:15 Uhr

Mariele mit **Energy Dance** am Mittwoch um 10:00 Uhr

Monika mit **ganzheitlicher Gymnastik** am Mittwoch um 19:00 Uhr

Gerlinde mit **Tanzen 60+** am Donnerstag um 11.30 Uhr

Mirja mit Hatha/Vinyasa **Yoga (für Anfänger und Fortgeschrittene)** am Freitag um 19:45 Uhr

Heike mit **Walking & more** am Freitag um 10:30

Heike mit **Mrs. Fit am Montag** um 8:00 Uhr, **Mittwoch** um 9:30 und 17:00 Uhr und **Freitag** um 9:15 Uhr

(Angaben ohne Gewähr)

Das G.u.f.i. stellt vor:

Mrs. Fit.mit Heike (an drei Tagen in der Woche) Die etwas andere Art sportlich zu sein!

Mrs.Fit...das Training für Frauen jeden Alters! Gemeinsam fit, beweglich und stark!

Das multifunktionale Training im Circle bietet die Möglichkeit, das Herz/Kreislauf- System, die Muskulatur, die Beweglichkeit, die Koordination und das Gleichgewicht zu trainieren.

Neues vom G.u.f.i.

Fortsetzung 1

Durch Einsatz verschiedener Geräte wie Hanteln, Ball, Schwingstab, Steppbrett, Matten, Trampolin und Wackelbrett kann das Training ganz individuell gestaltet werden.

Die einzelnen Stationen sind so erarbeitet, dass am Ende der Stunde alle Muskelgruppen trainiert wurden. Besonders der Rücken kann durch gezielte Übungen gekräftigt werden.

Aber auch Gelenke können durch sanfte Bewegungen wieder beweglich gemacht werden. Jede Teilnehmerin entscheidet mit, welche Übungen für sie passend sind.

Bist du gerade dabei ein paar Kilos zu verlieren? Mrs. Fit hilft dir Muskeln aufzubauen, um somit das Abnehmen zu erleichtern.

Ein Training 1-2x in der Woche ist perfekt. Bei regelmäßiger Teilnahme im Circle können nach 4 Wochen schon Erfolge verbucht werden.

Das Training dauert 1 Stunde. Ein Timer gibt das Signal, wann du die Station wechselst. Wir starten mit einem gemeinsamen Warm up und enden ebenso mit der Dehnung. Mit motivierender Musik macht das Sporten noch viel mehr Spaß.

Durch eine professionelle Betreuung werden Korrekturen zu den Übungen, Tipps und Hilfestellungen gegeben.

Bist du neugierig geworden? Lerne den Circle kennen und komme gern zu einem kostenlosen Probetraining.

Trainingszeiten und Tage findest du unter www.sg-borken.de

Eine Anmeldung zum Probetraining ist nötig. Schicke eine Email an gufibor-ken@sg-borken.de

Kurz gesagt:

Mrs.Fit bedeutet nicht, perfekt fit sein zu müssen. Es geht darum, das zu trainieren, was einem guttut - unabhängig vom Alter und vom persönlichen Fitnesslevel. Stärker. Beweglicher. Sicherer. Und gemeinsam macht es einfach mehr Spaß!

Ein Besuch im G.u.f.i. lohnt sich immer!

Schlanker, fitter, gesünder mit Vitalstoffen!

Die Stoffwechselumstellung: der Schlüssel zu deinem Wunschgewicht und Wohlbefinden!

Wie bereits im letzten Heft angekündigt, findet am Mittwoch, den 16.September 2026, 19:00 Uhr ein Vortrag zu diesem Thema statt.

Referentin: Rita Schroer

Kosten: 15€

Neues vom G.u.f.i.

Fortsetzung 2

Ansprechpartnerinnen für weitere Infos:

Heike Pätzold (Tel.: 01578/7367649), gufiborken@sg-borken.de und

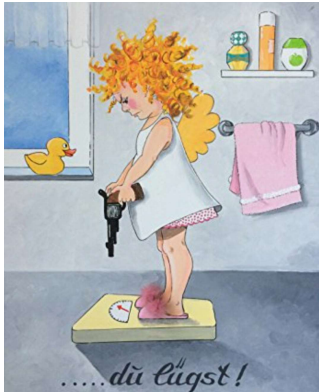
Rita Schroer (Tel.: 0179/9048831),

rita.schroer@googlemail.com

Wir freuen uns auf Dich – Dein Weg zu Gesundheit, Wohlbefinden und Deinem Wunschgewicht beginnt hier!

Mehr Infos
und Anmeldung
findest du unter

www.sg-borken.de
(G.u.F.i. >
Kursangebote)



*Sorge gut für deinen Körper, er ist der einzige Ort,
den du zum Leben hast!*

Rehasport Parkinsongymnastik!

In der Johann-Walling Schule

Es sind noch Plätze frei!

Im Rahmen des Rehasports mit ärztlicher Verordnung bietet der Behindertensport jeden Dienstag von 16:30 - 17:30 Uhr eine Rehasunde in der Sporthalle Johann-Walling Grundschule an.

Kontakt unter detlef.wessel@sg-borken.de

Rehasport Orthopädie bietet das G.u.f.i. an:

Dienstags 19:30 Uhr mit Heike

Mittwochs 9:30 Uhr mit Heike

Donnerstags 17:15 Uhr mit Heike

Freitags 8:30 Uhr mit Gerlinde

Kontakt unter: gufiborken@sg-borken.de

Anmeldung unter www.sg-borken.de

Neues vom G.u.f.i.

Fortsetzung 3

Gesund durch Wissen

Wie entsteht ein Bandscheibenvorfall?

Ein Bandscheibenvorfall entsteht meist durch das Zusammenspiel von altersbedingtem Verschleiß und wiederholter Belastung der Bandscheiben. Mit der Zeit verlieren die Bandscheiben Wasser und Elastizität, wodurch der äußere Faserring Risse entwickeln kann. Tritt der weiche Gallertkern nach außen und drückt auf Nerven, spricht man von einem Bandscheibenvorfall.

Häufig entwickelt er sich über Jahre und wird schließlich durch eine ungünstige Bewegung oder das Heben einer schweren Last ausgelöst.

Zu wenig Trinken und eine ungesunde Ernährung (Nährstoffmangel) sind keine direkten Ursachen für einen Bandscheibenvorfall. Sie können die Gesundheit der Bandscheiben jedoch beeinträchtigen, beispielsweise durch eine schlechtere Gewebeversorgung, eine verminderte Regeneration oder die Förderung von Übergewicht.

Zu den wichtigsten Risikofaktoren zählen außerdem Bewegungsmangel, eine schwache Rumpfmuskulatur, Rauchen, genetische Veranlagung sowie wiederholte starke (auch falsche) Belastungen der Wirbelsäule.

Ein Bandscheibenvorfall kann auch bei jungen Menschen auftreten, ist dort jedoch deutlich seltener. In jüngeren Jahren spielen häufig genetische Veranlagung, intensive körperliche Belastung, Verletzungen oder falsches Heben eine größere Rolle als Verschleiß. Rückenschmerzen bedeuten allerdings nicht automatisch einen Bandscheibenvorfall – oft sind Muskelverspannungen oder Überlastungen die Ursache.

Am häufigsten tritt ein Bandscheibenvorfall zwischen dem 30. und 50. Lebensjahr auf. In diesem Alter zeigen die Bandscheiben bereits erste Verschleißerscheinungen, sind aber noch ausreichend belastbar, sodass es leichter zu einem Vorfall kommen kann. Danach sinkt die Wahrscheinlichkeit wieder, weil der Gallertkern dann immer mehr an Flüssigkeit verliert und seltener austritt. Grundsätzlich kann ein Bandscheibenvorfall jedoch in jedem Erwachsenenalter entstehen.

Ungesunde Ernährung

Eine Ernährung mit wenig Nährstoffen kann die Gesundheit der Wirbelsäule indirekt beeinträchtigen:

Sie kann Übergewicht fördern, wodurch die Bandscheiben stärker belastet werden.

Ein Mangel an Eiweiß, Vitaminen und Mineralstoffen kann die Regeneration von Gewebe erschweren.

Neues vom G.u.f.i.

Fortsetzung 4

Eine dauerhaft sehr unausgewogene Ernährung kann Entzündungsprozesse im Körper begünstigen.

Auch hier gilt: Eine ungesunde Ernährung verursacht nicht direkt einen Bandscheibenvorfall, kann aber das Risiko zusammen mit anderen Faktoren erhöhen.

Häufige Symptome (Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule)

- Schmerzen im Rücken oder Nacken.
- Ausstrahlende Schmerzen in Arm oder Bein (z. B. Ischias).
- Kribbeln oder Taubheitsgefühle.
- Muskelschwäche im betroffenen Arm oder Bein.
- Nicht jeder Bandscheibenvorfall verursacht Beschwerden. Manche werden zufällig entdeckt und müssen gar nicht behandelt werden.

Wann sollte man sofort ärztliche Hilfe suchen?

Bei einem Bandscheibenvorfall ist eine sofortige ärztliche Abklärung nötig, wenn:

- plötzlich eine ausgeprägte Schwäche im Bein oder Arm auftritt,
- Gefühlsstörungen im Genital- oder Gesäßbereich entstehen,
- Probleme mit der Blasen- oder Darmentleerung auftreten.

Diese Beschwerden können auf eine schwere Nervenkompression hinweisen und erfordern eine rasche Behandlung.

Kann ein Bandscheibenvorfall verhindert werden?

Einen Bandscheibenvorfall kann man nicht zu 100 % verhindern, weil Verschleiß und Alter eine wichtige Rolle spielen. Aber du kannst dein Risiko und vor allem Rückenbeschwerden deutlich reduzieren.

Die wichtigsten Maßnahmen:

- Regelmäßig bewegen: Gehen, Rad fahren, Schwimmen oder andere Aktivitäten sind gut. Entscheidend ist, dass du dich regelmäßig bewegst.
- Rumpf- und Beinmuskulatur trainieren: Ein kräftiger Rumpf hilft, die Wirbelsäule bei Belastungen zu stabilisieren. Krafttraining ist grundsätzlich sinnvoll.
- Langes Sitzen unterbrechen: Wenn du viel am Schreibtisch sitzt, regelmäßig aufstehen und ein paar Minuten gehen oder dich bewegen.
- Beim Heben nicht aus dem Rücken reißen: Last möglichst nah am Körper halten, kontrolliert anheben und schwere oder unhandliche Gegenstände möglichst zu zweit bewegen.
- Nicht dauerhaft schonen: Auch bei gelegentlichen Rückenschmerzen ist Bewegung normalerweise besser als Bettruhe oder völlige Schonung.

Neues vom G.u.f.i.

Fortsetzung 5

- Belastung langsam steigern: Besonders beim Krafttraining, Sport oder körperlicher Arbeit nicht plötzlich deutlich mehr Gewicht oder Umfang machen.

Ein Bandscheibenvorfall muss nicht sein. Bewegung findest du im G.u.f.i. ausreichend! Von sanfter Wirbelsäulengymnastik, über Yoga und Pilates, bis zum Ganzkörpertraining und Indoor Cycling!

Wenn du Fragen zu unseren Angeboten hast, melde dich gern unter gufiborken@sg-borken.de

Anmeldungen unter www.sg-borken.de (G.u.F.i. > Kursangebote)

DAS G.U.F.I! IMMER EINE GUTE ADRESSE!

Übungen

Gib dem Bandscheibenvorfall keine Chance!

Für die Prävention geht es um die **regelmäßige Bewegung plus Kräftigung der Rumpf-, Hüft- und Beinmuskulatur**. ZEIT, die gut investiert ist. Wenn du den Bandscheibenvorfall hast, bist du in ärztlicher Behandlung und musst Zeit in die Genesung investieren, wirst vielleicht Schmerztabletten nehmen, bist in der Bewegung eingeschränkt und dein Alltag verliert an Lebensqualität.

Ein einfaches 10–15 Minuten-Programm für die tägliche Routine.

1. Bird Dog – Rumpfstabilität

Auf Hände und Knie gehen. (Vierfüßler)

Rechten Arm und
linkes Bein langsam
ausstrecken.

5–10 Sekunden
halten, kontrolliert
Knie und Ellenbo-
gen unter Bauch
ziehen, dann wieder
strecken.

2 × 6–10 Wiederholungen pro Seite



Neues vom G.u.f.i.

Fortsetzung 6

2. Brücke – unterer Rücken, Gesäß und hintere Oberschenkel



Brücke

Auf den Rücken legen, Knie gebeugt, Füße aufstellen.

Becken langsam nach oben heben.

Oben kurz anspannen, langsam absenken.

2–3 × 10–15 Wiederholungen

3. Seitstütz – seitliche Rumpfmuskulatur

Auf die Seite legen und auf Unterarm und Knie/Füße abstützen.

Hüfte anheben und Körper möglichst gerade halten.

2 × 15–30 Sekunden pro Seite halten.



Seitstütz für Anfänger

4. Kniebeugen (Squat)– Beine und Hüfte

Füße etwa schulterbreit.

Gesäß nach hinten führen und kontrolliert absenken. (Fersen am Boden lassen)

Rücken in eine natürliche, gerade Position halten.

Wieder aufrichten.

2–3 × 8–15 Wiederholungen



5. Hüftbeuge („Hip Hinge“) – richtiges Bewegen unter Belastung

Füße hüftbreit, Knie leicht gebeugt.

Hüfte bewusst nach hinten schieben, während der Oberkörper sich gleichzeitig nach vorne neigt, bis er parallel über den Boden ist

Rücken dabei kontrolliert und neutral (gerade) halten.

Wieder aufrichten.

2 × 10 Wiederholungen

Neues vom G.u.f.i.

Fortsetzung 7

6. Zusätzlich: zügiges Gehen

20–30 Minuten, möglichst regelmäßig.
Alternativ Radfahren, Schwimmen oder eine andere Sportart, die dir Spaß macht.
(Vielleicht Ganzkörpertraining, Beckenbodengymnastik, Pilates, Yoga, Wirbelsäulengymnastik? Gibt's alles im Gufi. Komm gern zum Schnuppern)

Kontakt unter gufiborken@sg-borken.de



Hüftbeuger

*Solltest du bereits unter einem Bandscheibenvorfall leiden, dann bist du bei einem guten Physiotherapeuten in guten Händen.
Je nach Befund, bekommst du passende Übungen. Anfangs können das sehr einfache Bewegungen sein, die sich mit der Zeit steigern.

Gesundes aus dem Gufi

Vom Sportler für Sportler!

Herbstliche Kürbis-Hähnchen-Pfanne mit Kartoffeln

Für 2 große Portionen

Zutaten

400 g Hokkaido-Kürbis

400 g Kartoffeln

250 g Hähnchenbrust

2 Möhren

1 kleine Stange Lauch

1 Zwiebel

1 EL Olivenöl

150–200 ml Gemüsebrühe

1 TL Paprikapulver

½ TL Thymian oder Rosmarin

Salz & Pfeffer

optional: 1 EL Kürbiskerne

optional: etwas Naturjoghurt als Topping

Neues vom G.u.f.i.

Fortsetzung 8

Zubereitung

Kartoffeln und Kürbis in etwa 2–3 cm große Würfel schneiden. Hokkaido musst du nicht schälen.

Möhren und Lauch klein schneiden, Zwiebel würfeln.

Hähnchenbrust in mundgerechte Stücke schneiden und in etwas Olivenöl kräftig anbraten.

Hähnchen kurz herausnehmen. Zwiebel, Möhren, Kartoffeln und Kürbis in die Pfanne geben und etwa 5 Minuten anbraten.

Mit Gemüsebrühe ablöschen, würzen und bei geschlossenem Deckel etwa 12–15 Minuten köcheln lassen.

Lauch und Hähnchen dazugeben und weitere 5–7 Minuten garen, bis die Kartoffeln weich und das Hähnchen vollständig durchgegart ist.

Mit Kürbiskernen und ggf. einem Klecks Naturjoghurt servieren.

Warum das gut für Sportler passt

Kartoffeln + Kürbis: Kohlenhydrate für die Trainingsenergie

Hähnchen: mageres, hochwertiges Protein

Kürbis + Möhren + Lauch: viele Mikronährstoffe und Ballaststoffe

Olivenöl + Kürbiskerne: ungesättigte Fettsäuren und zusätzliche Mineralstoffe

Joghurt: zusätzliches Eiweiß und Calcium

Das Ganze ist **nicht kompliziert und lässt sich sehr gut vorkochen.**

Vegetarische Variante

Das Hähnchen kannst du problemlos durch **150–200 g Kichererbsen** ersetzen.

Dann hast du weiterhin eine Kombination aus Kohlenhydraten, pflanzlichem Eiweiß, Ballaststoffen und vielen Mikronährstoffen.

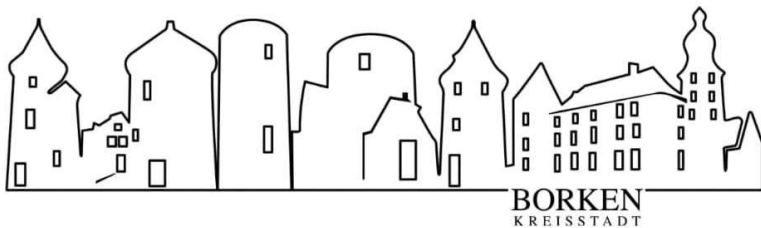
Für Sportler ist eine Kombination aus **Kohlenhydraten + hochwertigem Eiweiß + viel Gemüse** sinnvoll. Gerade Kartoffeln liefern Energie fürs Training, während Hähnchen bzw. Hülsenfrüchte Eiweiß beitragen.



Auf ins G.u.f.i.!

Guten Appetit wünscht Heike

Mein Verein - Meine Stadt



Sport verbindet

Dartsport

Checkpoint geht den nächsten Schritt

PDC macht Station im Checkpoint / Nachwuchs aus zehn Ländern spielt erneut beim IYC in Borken auf

„Also darauf sind wir wirklich stolz und das ist ausschließlich den Leuten zu verdanken, die sich hier teilweise tagtäglich für die SG Borken Darts einsetzen“, sagt Christian Siek, 1. Vorsitzender der Dartsparte. Er spielt damit auf den nächsten Meilenstein an, die der Checkpoint erreicht hat: Die PDC, die Professional Darts Corporation – weltweit der wichtigste und größte Dartverband, macht Station in Borken – und das gleich zehn Mal.

Konkret hat sich die PDC Europe (PDCE), der offizielle europäische Ableger der PDC, in Europa ähnliche Ziele gesetzt wie die SG Borken Darts: Den Sport noch näher an die Menschen bringen. Dabei macht sie mit der neuen Turnierserie „PDC Europe Start“ gleich zehn Mal Halt auch in Borken. Leon I. Krampe, Projektmanager der PDC Europe: „Mit PDC Europe Start wollen wir noch näher an die Spielerinnen und Spieler herantreten, um unseren Sport mit Unterstützung der verschiedenen Spielstätten lokal zu stärken und Talenten weitere Entwicklungsmöglichkeiten zu schaffen.“ Am Ende der Turnierserie, einem anschließenden Masters der Besten der Serie, bei der die Qualifikation für die Super League ausgespielt wird, winkt sogar die Qualifikation für die Darts WM im Ally Pally in London. Denn die gibt es bei der Super League zu gewinnen.

Die Turnierserie findet in fünf verschiedenen Ländern statt. Bei der Auswahl der Locations hatte man sich schnell auf Borken einigen können: „Gerade in unserer Premierensaison ist es uns wichtig, engagierte und verlässliche Partner an unserer Seite zu haben. Wir freuen uns daher sehr, mit der SG Borken einen Ausrichter dabei zu haben, der mit viel Leidenschaft für den Dartsport steht und beste Voraussetzungen für erfolgreiche Turniertage bietet“, so Leon I. Krampe.

Christian Siek freut sich ebenso über die Serie wie die deutsche Nummer eins, Martin Schindler, der ebenfalls bereits in Borken den Checkpoint besucht hatte. „The Wall“ – so sein Spielernamen, unterstreicht, wie wichtig diese professionellen Rahmenbedingungen inzwischen geworden sind: „Es reicht heute nicht mehr, nur Talent zu haben. Du brauchst Plattformen wie PDCE Start, auf denen du dich regelmäßig unter Wettkampfbedingungen beweisen kannst, ohne direkt quer durch Deutschland oder ganz Europa reisen zu müssen. Für die Entwicklung des Sports im deutschsprachigen Raum ist das ein riesiger Meilenstein.“

Dartsport

Fortsetzung 1

PDC Europe Start ist allerdings nicht die einzige Serie, die in Borken und dem Checkpoint gerne Station macht.



Die International Youth Challenge macht Station in Borken.

Auch die Internationale WDF Youth Challenge macht erneut Halt im Checkpoint. Mitte August waren über 140 Jugendliche aus zehn verschiedenen Ländern in Borken zu Gast. Die IYC ist ein Turnier der World Darts Federation, der offizielle Welt-Dachverband des Dartsports. Der DDV, der Deutsche Dartverband und die Organisatoren um den Bundestrainer Dirk Wurzler, übrigens ebenfalls Mitglied bei der SG Borken Darts, hatten nach Borken eingeladen und

freuten sich ebenso wie die Spielerinnen und Spieler sowie die Offiziellen über die Updates im Checkpoint: Klimaanlage und automatisches Zählsystem.

Auch hier zogen Christian Siek und sein Team ein positives Fazit: „Ganz ehrlich, natürlich liegt sehr viel Arbeit vor allem beim Vorstand, aber wir haben hier im Verein einfach eine große Handvoll Menschen, die viele freie Minuten für und mit unserem Verein verbringen. Das ist ebenso Weltklasse wie die Darts, die auf dem IYC geworfen wurden. Dank Eurer Hilfe konnten wir wieder zeigen, wie gerne wir hier Menschen am liebsten aus der ganzen Welt bei uns im Checkpoint begrüßen.“

Eine Dekade Darts im Blut

Zum ersten Mal „Borkener Darts Open“: Dartsparte feiert Geburtstag mit Dart-Profis, Hobby- und Vereinsspielern – und mit neuer Technik in der Sportstätte

Rund 400 Teilnehmer aus Deutschland, Österreich und den Niederlanden sorgten für gelungene 1. Borkener Darts Open
verschiedene Angebote für Hobby-Spieler, Freundeskreise, Junioren und

Dartsport

Fortsetzung 2

ambitionierte Spieler

Münsteraner Paul Krohne zeigt seine außergewöhnliche Klasse und gewinnt das Einzelturnier der 1. Borkener Darts Open mit dem Prädikat „Weltklasse“.

Verantwortliche der SG Borken Darts ziehen ein positives Fazit

Das war ein echtes Mammutprojekt: Die SG Borken Darts, mit über 200 Mitgliedern – darunter rund 60 Kinder- und Jugendspieler aus der vereinseigenen Youth Academy – veranstalteten am letzten Juni- und am ersten Juliwochenende die 1.



Die Platzierten der Borken Darts Open. (Paul Krohne 6.vl.)

Borkener Darts Open (BDO). Zu Gast waren Dart-Profis, Vereins- und Hobbyspieler, Stammtisch- und Firmenteams und natürlich der Dartnachwuchs bei insgesamt fünf verschiedenen Turnieren. Aber warum eigentlich?

„Wir werden in diesem Jahr bereits zehn Jahre alt“, schmunzelt Christi-

an Siek, erster Vorsitzender der SG Borken Darts. Und diese zehn Jahre waren durchaus erfolgreich: „Wir hatten einen Deutschen Jugendmeister und einen Landesmeister in unseren Reihen, eine Spielerin aus unserer vereinseigenen Youth Academy ist bereits seit einigen Jahren Nationalspielerin.“

Zudem spielt die erste von den insgesamt sieben Mannschaften nach einem Durchmarsch durch mehrere Liegen nun seit zwei Jahren oben in der ersten Liga im nordrheinwestfälischen Dartverband erfolgreich mit.

Aber es gibt noch einen zweiten Grund, erläutert Siek: „Da gleichzeitig unsere Heimatstadt Stadtjubiläum feiert, ist vor zwei Jahren noch mit dem damaligen Vorstand bei uns die Idee entstanden, ein Bürgerprojekt zu organisieren. Daraus sind dann die 1. Borkener Darts Open (BDO) mit insgesamt fünf verschiedenen

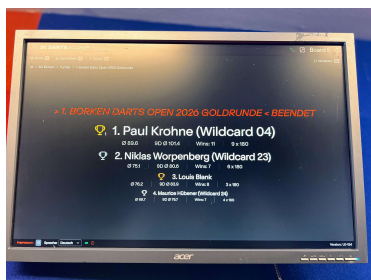
Dartsport

Fortsetzung 3

Turnieren an zwei Wochenenden entstanden“, so Siek, der zusammen mit seinen Vorstandskollegen und weiteren Helferinnen und Helfern an den beiden Wochenenden keinen eigenen Dart geworfen hatte. Gefeiert wurde aber trotzdem, denn am Samstagabend, dem 4. Juli, fand eine Zeltparty mit DJ im eigens aufgebauten Festzelt statt.

Vor allem Darts stand aber natürlich im Fokus. Siek erklärt das Konzept: „Wir wollten Spielerinnen und Spielern in der Region die Möglichkeit bieten, zusammen mit Top-Spielern aus Bundesliga und PDC am Oche zu stehen.“ Und das klappte

auch, denn es kamen Welt- und Europameister aus dem E-Dart zusammen mit Deutschen Meistern, PDC-Profis und dem ersten Deutschen Sieger des wohl teilnehmerstärksten Dartturniers der Welt im Steeldart – Paul Krohne – nach Borken.



Das Siegerboard

Dartförderung in Spitze und Breite

Gleichzeitig habe man sich schon immer zum Ziel gesetzt, Darts sowohl in der Breite als auch in der Spitze zu

fördern. „Und das wollten wir für Jung und Alt, Vereinsspieler und Hobbyspieler erreichen. Deshalb starteten wir eben nicht nur das große Einzelturnier mit einem Warm-Up-Doppeltturnier am Vorabend, sondern am zweiten Wochenende einen BDO-Hobbycup für alle, die in keiner Liga spielen, einen Team-Cup für Sportvereine, Firmenteams oder Freundeskreise und den BDO-Junior-Cup.“

Rund 400 Teilnehmende aus ganz Deutschland sowie aus den Niederlanden und Österreich kamen am Ende zusammen und machten die 1. Borkener Darts Open zu einem vollen Erfolg. Schon nach dem ersten Turnierwochenende fiel das Fazit der SG Borken Darts eindeutig aus: Die monatelange Vorbereitung hat sich gelohnt.

Vor allem die Rückmeldungen der Teilnehmer sprechen eine klare Sprache. „Top-Location“, „Tolle Organisation“, „Tolle Menschen“ und „Tolles Turnier“ – diese Aussagen waren während der beiden Wochenenden immer wieder zu hören. Besonders die familiäre Atmosphäre und die Gastfreundschaft des ehrenamtlichen Organisationsteams wurden von vielen Gästen hervorgehoben. Max Czerwinski, Dartprofi aus Dortmund, zog ein eindeutiges Fazit: „Wenn ihr das hier noch mal macht, dann bin ich sehr gerne wieder dabei!“

Dartsport

Fortsetzung 4

Checkpoint als Location macht sich einen großen Namen

Einen bleibenden Eindruck hinterließ auch der Checkpoint, die Heimspielstätte der SG Borken Darts. Viele Teilnehmer bezeichneten die moderne Anlage als eine der besten Turnierlocations, die sie bislang erlebt haben. Neben der hochwertigen Ausstattung sorgte insbesondere die klimatisierte Halle angesichts der sommerlichen Temperaturen für ideale Spielbedingungen. Ebenso viel Lob erhielt das Verpflegungsangebot, dessen Qualität und Auswahl nach Meinung vieler Teilnehmer deutlich über dem liegt, was sie von vergleichbaren Turnieren kennen.

„Unser Ziel war es, ein Turnier zu schaffen, bei dem sich jeder willkommen fühlt – unabhängig davon, ob jemand Hobbyspieler, Vereinsspieler oder Profi ist. Dass wir dafür so viel positives Feedback bekommen, macht uns als Verein unglaublich stolz“, sagte der Vorsitzende Christian Siek.

Sport teilweise auf Weltklasse-Niveau beeindruckt Publikum und Teilnehmende

Auch sportlich bot das Auftaktwochenende Darts auf höchstem Niveau. Im Warm-Up-Doppel entwickelte sich bereits das Achtelfinale zwischen Paul Krohne und Jannes Bremermann sowie Maximilian Czerwinski und Oliver Klein zu einem echten Publikumsmagneten. Beide Teams spielten einen Average von deutlich über 90 Punkten. Am Ende setzten sich Krohne und Bremermann durch und sicherten sich später auch den Turniersieg.

Im Einzelturnier setzte Maximilian Czerwinski in der Gruppenphase mit einem Average von 104 Punkten ein weiteres sportliches Ausrufezeichen und unterstrich das hohe Niveau der Veranstaltung. Den Sieg im Hauptturnier sicherte sich schließlich aber dann eindrucksvoll Paul Krohne. Der Münsteraner ließ über alle Tage nichts anbrennen, spielte einen Turnierdurchschnitt von rund 90 Punkten und warf in elf Spielen 47 Bestleistungen.

Für die Organisatoren ist der sportliche Erfolg allerdings nur ein Teil des positiven Gesamtbildes. Viele Besucher nutzten die Gelegenheit, den Checkpoint erstmals kennenzulernen und zeigten sich beeindruckt, welche moderne Dartsportstätte in Borken entstanden ist. Gleichzeitig entstanden zahlreiche Gespräche über den Verein, den Trainingsbetrieb und die Nachwuchsarbeit. Für die SG Borken Darts ist genau das ein wesentlicher Gedanke hinter den Borkener Darts Open: Menschen für den Dartsport zu begeistern und den Verein als offenen Treffpunkt für alle Generationen zu präsentieren.

Dartsport

Fortsetzung 5

Julia Siek, Nationalspielerin und „Absolventin“ der Youth Academy erringt im Team den Deutschen Meistertitel

Ein Sieg für Siek: Herzlichen Glückwunsch Julia! Die 23-Jährige hat nach einem Landesmeistertitel



2021 nun auch den Deutschen Meistertitel im Team gewonnen.

Julia, die die Youth Academy der SG Borken Darts durchlaufen hat, konnte beim Länderpokal beim German Masters 2026 den Titel mit der Mannschaft gewinnen. Julia ist bereits seit einigen Jahren auch im Nationalteam des DDV auf

Titeljagd und vertritt damit nicht nur die deutschen, sondern auch die SG-Farben weltweit.

Herzlichen Glückwunsch liebe Julia!

Auf dem neuesten Stand

Dartsparte modernisiert den Checkpoint erneut

„Es ist und bleibt unser Ziel, eine der modernsten und besten Dart-Sportstätten in Europa zu sein“, betont Christian Siek, 1. Vorsitzender der Dartsparte. Dafür hat das Team um Siek in diesem Jahr neue Anstrengungen unternommen und den Checkpoint erneut modernisiert.

Und diese Modernisierungen haben bereits jetzt unter anderem zum Erfolg bei den 1. Borkener Darts Open beigetragen: Seit diesem Sommer verfügt der Checkpoint über eine performante Klimaanlage, die auch an einem der heißesten Wochenenden des Jahres gezeigt hat, dass sie funktioniert. Ebenso hat der Vorstand der Dartsparte den Snackpoint mit einer Industriespülmaschine und weiteren Fritteusen

Dartsport

Fortsetzung 6

ausgestattet. Und das IYC Mitte August hat gezeigt, dass das auch notwendig war: Weit über 300 Essensbestellungen an einem Tag konnten mit dem Snackpoint-Team sehr erfolgreich abgearbeitet werden.

Aber ganz unabhängig von Essen bei ausgewählten, großen Turnieren und der Temperatur im Sommer hat der Checkpoint ein Update bekommen, dass über das gesamte Jahr für alle Vereinsmitglieder und Gäste einen Mehrwert bietet:

Die SG Borken Darts ist eine Kooperation mit dem führenden Autoscoringsystem Scolia eingegangen und hat nun alle 25 Boards mit dem Scolia-System ausgestattet. Scolia ist ein automatisches Kamerasystem für Steeldart-Boards, das jeden geworfenen Pfeil in Echtzeit mit hoher Genauigkeit erfasst, die Punkte selbstständig zählt und umfangreiche Statistiken liefert. Das System ist auch an die Liga- und Turniersoftware



Das Foto-Scolia-System (Boards mit Kreis)



Unersetzlich: Das Aufbauteam

angebunden, so dass auch in der Liga und beim Turnier die Administration weiter vereinfacht wird.

Im Training bieten die Statistiken und Trainingsspiele für Trainerteam und Trainierende gleichermaßen weitere Vorteile. Und nicht zuletzt alle Gruppen, die sich für ein paar Stunden im Checkpoint eine gute Zeit machen, bietet das System große Vorteile.

Klönen im Treff im Trier

**Jetzt auch dienstags &
donnerstags 10–13 Uhr geöffnet!**



Kommt gerne vorbei!

Kaffeespezialitäten - Tee - belegte Brötchen

Vom Tennis

Abschlussturnier der Donnerstagsrunde – Tradition seit 40 Jahren

(ms) Seit rund 40 Jahren gehört die Truppe um unsere aktuelle Herren 65-Mannschaft fest zu unserem Vereinsleben dazu.

Bereits in der Altersklasse Ü60 und davor in der Ü50 spielte man gemeinsam Ten-

nis und konnte so manche Erfolge feiern und schöne Geschichten erzählen. Auch nach all den Jahren wird immer noch hoch motiviert um jeden Ball gekämpft, um im internen Ranglistenturnier gut abzuschneiden.

So stand auch in diesem Jahr wieder das Abschlussturnier - traditionell am Don-



Die Mannschaft Herren 65

nerstagsmorgen - an, in dem die Sieger der Saison gesucht und gefunden wurden.

Über die gesamte Hallensaison wurden alle Ergebnisse akribisch festgehalten, bevor bei tollem Wetter draußen auf unserer Anlage die letzten Punkte für das persönliche Abschneiden gesammelt werden konnten. Nach Abschluss des Turniers durfte sich der Erstplatzierte als Erster am reichhaltigen Gabentisch bedienen, bevor anschließend alle weiteren Teilnehmer der Reihenfolge nach ihre Preise in Empfang nehmen konnten.

Neben dem sportlichen Wettkampf standen wie immer vor allem die Geselligkeit



Die Herren 30 offen und gemischt

Vom Tennis

und die langjährige Gemeinschaft im Mittelpunkt.

Ein besonderer Dank gilt Uwe Martin, der die Donnerstagsrunde seit vielen Jahren



Tennis bei bestem Wetter

im Griff hat und mal wieder ein hervorragend vorbereitetes

Abschlussturnier auf die Beine gestellt hat.

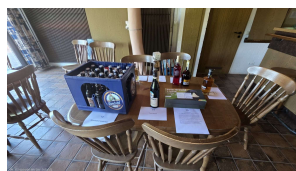
Auch in der Meisterschafts-saison ist man mit der Mann-schaft bereits im

sicheren Fahrwasser und kann ohne Abstiegsorgen auf den letzten Spieltag im September schauen, an dem die Truppe selbst spielfrei hat.

Drei Unentschieden aus vier Begegnungen haben gereicht, um bereits vorzeitig den Klassenerhalt geschafft zu haben. Eine tolle Leistung, vor allem vor dem Hintergrund, dass man bereits seit acht Jahren in der Altersklasse antritt und damit auf so manch jüngere Gegner trifft.



Die Beteiligung am Turnier war hervorragend.



Um diese Preise ging es.

Tennis – mein Sport

Und ich sach noch...

„Nä, nä“, sagt Jupp, als ich ihn auffen Platz traf.

„Watt hasse denn jetz schon wieder?“, frach ich ihn.

„Datt will ich dir erzählen“, sacht Jupp.

„Also, ich denk so: Is ja nix los mit 'n Fußball zurzeit, da kannse gut 'n paar Tage in Urlaub fahr'n. Also sach ich datt zu meiner Frau, un die is damit auch einverstanden.“

„Dann hasse ja alles richtig gemacht“, sach ich so.

„Könnte man meinen“, sacht Jupp, „wenn meine Frau nich gesacht hätte. <Dann können wir ja auch Jüppken mitnehmen.>“

„Ja, is doch super“, sach ich so, „mit 'n Enkel in Urlaub. Gibt et denn watt schöneres?“

„Ich hab dir ja schon mal von Jüppken erzählt“, antwortet Jupp. „Ich sach dir: Der hat et faustdick hinter de Ohr'n. Du darfs ihn keine Sekunde ausse Augen lassen... Is ja auch egal. Ich hab jedenfalls sofort 'n Termin gebucht.“

„Wo seid ihr denn hingefahr'n?“, frach ich Jupp.

„Nach Wangerooge“, sacht Jupp.“

„Is ne super Insel. Ich war da auch schon mal“, sach ich.

„Ich denk“, sacht Jupp, „für fünf Tage is erst mal genuch. Wir also dahin. Ganz früh morgens schon auffen Weg gemacht. Un nach kurzer Zeit fracht Jüppken schon: <Wann sind wir da?> Fängt ja schon gut an, denk ich. Meine Frau sah datt etwas anders un gab ihm 'n paar Knoppers un ne Cola. Die hatten wir vorsichtshalber schon griffbereit.“

„Datt kann ne lange Fahrt werden, wenne schon so früh gefracht wirs“, sach ich so.

„Datt kannse wohl sagen“, sacht Jupp.

„Jedenfalls fahr ich weiter und schon kommt die nächste Frage <Is et noch weit?> Nich mehr, sach ich un meine Frau kuckt mal nach, watt noch so alles inne Picknick-Tasche is. Gummibärchen kommen immer gut an, auch Mäusespeck. Un da sacht unser Jüppken nich nein und stopft sich voll.“

„Die mögen die Blagen auch richtig gern“, sach ich so, „is ja auch so verführerisch.“

„Ich fahr weiter und tu so, als ob ich von allem nix mitkrich. Auf einmal kommt et, wie et kommen musste.“

„Jüppken muss kotzen“, vermute ich.

„So schnell konntese gar nich kucken“, bestätigt Jupp, „da kam et auch schon raus. Gummibärchen mit Anhang, und alles, watt keine Miete zahlt, musste raus. Als ob er gar nich mehr aufhör'n wollte. Zuerst wusste ich gar nich, watt ich machen sollte un kuck in'n Innenspiegel und seh die ganze Misere. Zum Glück hat meine Frau, die mit Jüppken hinten im Auto saß, ihm sofort die Tasche vorgehalten.“

„Da warse aber bedient“, sach ich so.

„Un frach nich, wie“, sacht Jupp. „Ich war fix und fertich.“

„Un, watt hasse dann gemacht?“, frach ich.

„Ich bin sofort vonne Autobahn runter gefahr'n und hab angehalten. Kanns ja so'n Kind nich kotzen lassen.“

„Un deine Frau?“, frach ich Jupp.

„Die war natürlich auch komplett fertich.“

Und ich sach noch...

Fortsetzung

<Watt is bloß mit dem Kind los?> frachte se die ganze Zeit. Un ich sachte ihr: Er hat wohl zu viel in sich reinge-stoppt. Dann aber dann ging et weiter. Zu essen gab et sowieso nix mehr, weil ja die ganze Tasche voll war. Die haben wir irgendwo in irgendeine Mülltonne entsorgt. Un Jüppken hat auch nix mehr gesacht.“

„Un“, frach ich nach, „seid ihr denn noch rechtzeitig angekommen?“

„Ja, ja“, sacht Jupp, datt wohl. Aber danach wollten wir erst mal Urlaub machen. Eigentlich war der auch ganz in Ordnung. Aber immer wieder musste mit Jüppken auf'n Spielplatz oder in't Wasser. <Opa krich ich'n Eis? Opa krich ich ne Waffel?> Die ganze Zeit. Un wenn ich sachte: Jetzt nich, kam Oma und kaufte ihm watt er wollte. Also Langeweile kam nich auf.“

„Aber sons?“, frach ich Jupp.

„Ging so!“, sacht der, „aber wenne mich frachs: Noch mal mit Jüppken in'n Urlaub?, sach ich: Ich glaub nich.“

„Datt kann ich mir gut vorstellen“, sach ich so. „Da kannse besser mit ihm nach hier auffen Platz geh'n un pöhlen.“

„Ich glaub auch“, sacht Jupp.

Friedhelm Triphaus

**Wenne watt wissen wills,
musse in't
SG-Blättken
kucken**

Am Rande notiert

(ft) Es grünt und blüht bei der SG Bor-



ken.

Liebevoll wird alles gehegt und gepflegt. Immer sind ehrenamtliche Kräf-



Stefan Ehling (l.) und Patrick Wellermann im Einsatz

te im Einsatz um alles in Schuss zu halten. Auch schwere Arbeiten werden übernommen. Wie oben bei der Pflasterung am Platz im Park.

SG – kurz notiert

Zusammengestellt von Friedhelm Triphaus

„**I**ch freue mich, dass wir einen so großen Kader haben. Da müssen wir nicht immer zittern, wenn jemand fehlt“, erklärte sich **Jan Donnert**, Betreuer der Fußballer über den großen Zuspruch bei den ersten Trainingseinheiten.

„**A**nders als die Wolken es suggerierten, hat das Wetter gehalten!“, freute sich **Ralf Bökenbrink**, der Organisator des Jugendcamps.

„**T**rainer, wo soll ich spielen?“, fragte ein Akteur der 1. Mannschaft seinen Trainer **Bernd Olbing**. „Auf der Ersatzbank“, lautete die Antwort eines Mitspielers, bevor der Trainer antworten konnte.

„**D**er Rasen ist viel zu lang“, beschwerte sich **Gerd Büsker** von den Montags-trimmern über das Grün, als der Ball beim Abschlussspiel nicht hoch genug sprang.

„**W**ir sind einfach eine tolle, starke Gemeinschaft“, stellte **Nikola Wewers** von der Tri-Bike-Run-Abteilung fest.

„**E**s ist schon vorbildlich, dass ihr diese Hinweise aufgehängt habt“, lobte **Dennis Drepper** vom KSB Wesel die ersten Maßnahmen für das SG Kinderschutzkonzept.

„**H**ier kann man später auch mal zwei D-Jugendspiele parallel laufen lassen“, blickte **Stefan Ehling** bei einem Arbeitseinsatz am Platz im Park in die nahe Zukunft.

SG Borken – Ein Verein im Zentrum



Buß Solar ermöglicht eine ökologisch und ökonomisch sinnvolle Nutzung von landwirtschaftlichen Freiflächen mit Hilfe modernster Solar-Technik.

AUS DER REGION. FÜR DIE REGION.

✉ info@buss-solar.de

☎ +49 2861 82526-0

🌐 www.buss-solar.de

📍 Buß Solar GmbH
Nordring 82
46325 Borken



WIR BILDEN AUS:

- Koop. Ingenieurausbildung (m/w/d)
- Fachinformatiker (m/w/d)
- Zerspanungsmechaniker (m/w/d)
- Elektroniker (m/w/d)
- Industriekaufmann (m/w/d)
- Metallbauer (m/w/d)
- Industriemechaniker (m/w/d)
- Mechatroniker (m/w/d)



www.boerger-ausbildung.de

BÖRGER®



#cooleAusbildung

Pump up your future!

Wir bilden dich aus.



**SANITÄTSHAUS
BEERMANN** GmbH
Reha- und Orthopädie-Technik

www.sanitaetshaus-beermann.de



6x
in Ihrer
Nähe

› **Orthopädietechnik**
› **Reha-Technik**

› **Sanitätsfachhandel**
› **Wundmanagement**

› **Beratungszentrum
für Lymphologie**

STANDORT BORKEN 1

Ahauser Straße 2a
46325 Borken
Tel. +49 (0) 28 61 – 91 39 1

STANDORT BORKEN 2

Am Boltenhof 2
46325 Borken
Tel. +49 (0) 28 61 – 60 47 81

STANDORT AHAUS

Fuistingstraße 68a
48683 Ahaus
Tel. +49 (0) 25 61 – 97 99 08 0

STANDORT RAESFELD

Borkener Straße 15
46348 Raesfeld
Tel. +49 (0) 28 65 – 20 43 73 4

STANDORT VREDEN

Königstraße 7
48691 Vreden
Tel. +49 (0) 25 64 – 39 06 90

STANDORT RHEINE

Altenrheiner Straße 30
48429 Rheine
Tel. +49 (0) 59 71 – 79 64 61

