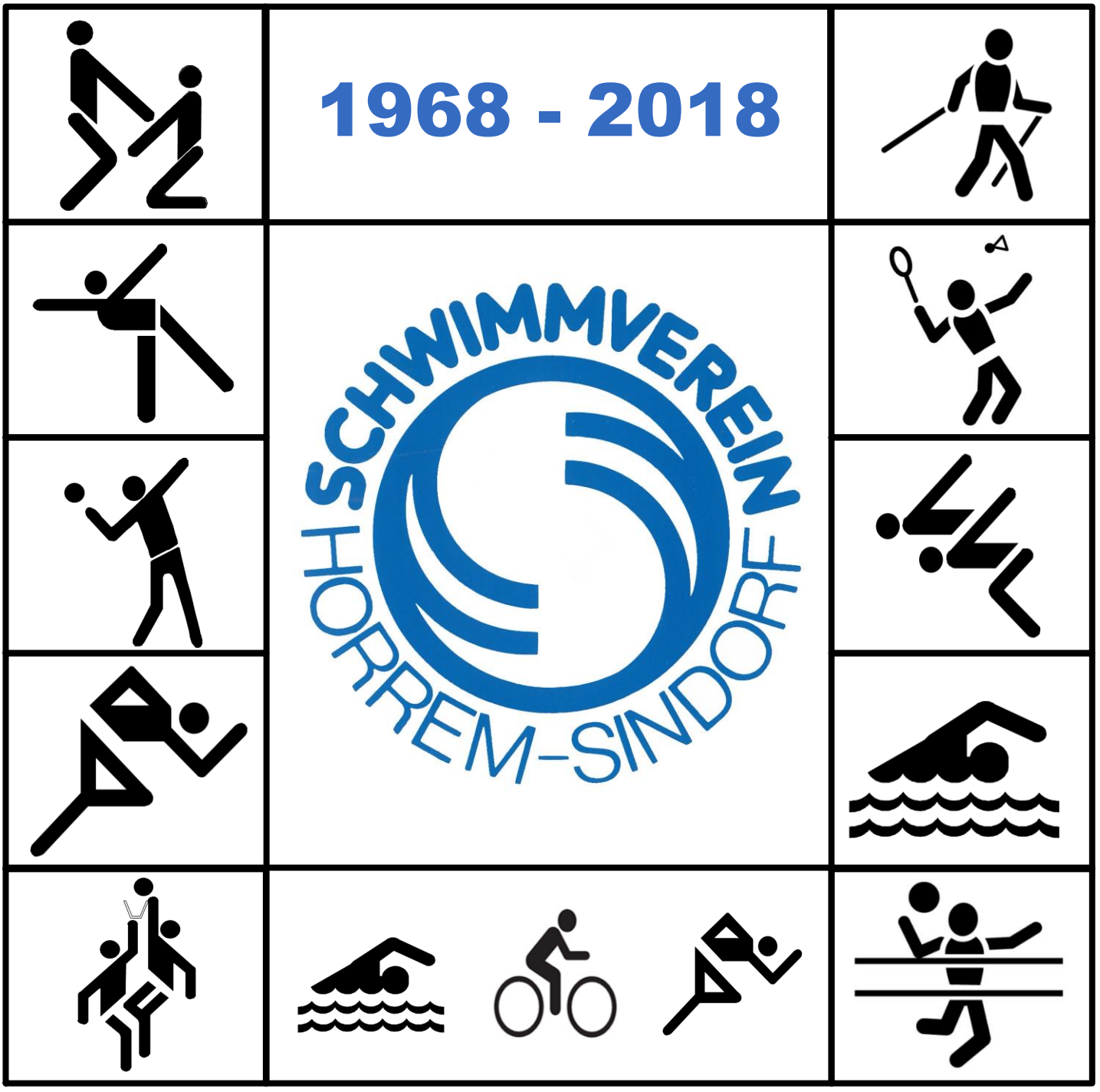
50 Jahre



SCHWIMMVEREIN HORREM-SINDORF e.V.
Kerpener Straße 76, 50170 Kerpen, www.sv-hs.de

50 Jahre SV Horrem-Sindorf

SV Horrem-Sindorf: Wir sind in Bewegung! Dieser Wahlspruch unseres Vereins beschreibt sein Wesen und das seiner Mitglieder sehr treffend. Bewegung und Wandel sind erforderlich, um mit den gesellschaftlichen Veränderungen Schritt zu halten. Denn unser Verein existiert nicht einfach nur, damit es ihn gibt und damit man alle 25 Jahre ein Jubiläum feiern kann, sondern um ein attraktives Angebot für seine Mitglieder zu schaffen.

Das macht einen stetigen Wandel unumgänglich. Neue Sportarten wie z.B. Inlineskating oder Modern Dance sind in den letzten Jahren hinzugekommen, ehemalige Traditionsveranstaltungen wie der Tanz in den Mai sind dagegen nur noch schöne Erinnerungen. Bereits beim 25-jährigen Jubiläum hat der damalige 1. Vorsitzende Stefan Hager darauf hingewiesen, dass sich Gesellschaft und die Erwartungshaltung an einen Sportverein seit der Vereinsgründung verändert haben.

Das kann ich auch an mir selbst beobachten. Der SVHS ist mein Verein. Ich bin mit ihm groß geworden: Ich habe im Clemensbad schwimmen gelernt und bin – mit einigen Ausflügen in andere Sparten des Vereins – dem Schwimmen bis heute treu geblieben. Aber während es mir früher vor allem um die sportliche Herausforderung, das „Höher-Schneller-Weiter“, ging, ist es heute mehr der Wunsch nach allgemeiner Fitness und Entspannung am Abend, der mich ins Wasser zieht. Und jeden Tag klappt das zeitlich auch nicht mehr. Mein eigener Anspruch an das Sportangebot hat sich verändert.

Bei aller Veränderung ist es aber auch schön zu sehen, dass Bewährtes erhalten bleibt: Die Schwimmabteilung, die Gründungsabteilung des Vereins, erfreut sich weiterhin großer Beliebtheit und ist mit ihren sportlichen Erfolgen ein Aushängeschild des Vereins. Montags und mittwochs wird immer noch eifrig geturnt, die Sportabzeichengruppe bringt ihre Teilnehmer jedes Jahr ab Ostern richtig in Bewegung und der Kindertriathlon ist immer früher ausgebucht. Beständig ist auch der Einsatz zahlreicher Mitglieder. Sei es eine Weihnachtsfeier in einem heimischen Partykeller, ein überwiegend von Schwimmereltern organisiertes Schwimmfest oder der eher undankbare Transport von mehr als unhandlichen Fahrradständern für den Kindertriathlon: Ob im Arbeitshandschuh, mit der Stoppuhr oder auch mal mit einem Kölschglas – zupackende Hände sind immer zu finden.

Das Beständige kann ich auch wieder an mir persönlich ablesen: Wenn sich auch die sportlichen Motive im Wasser verändert haben, so ist es für mich damals wie heute so, dass ich auch deshalb ins Schwimmbad gehe, weil ich dort auf meine Mitschwimmer treffe. Immer dann, wenn der Kopf nicht unter Wasser ist, wird erzählt und gelacht. Es macht einfach Spaß, sich beim Sport zu treffen. Es sind eben nicht nur einfach Stunden im Wasser, in denen man auf und ab schwimmt. Es ist viel mehr das Drumherum. Das Gemeinsame und das Miteinander. Auch dabei treffen Beständigkeit und Wandel auf einander: Mit manch einem ziehe ich schon seit vielen Jahren meine Bahnen, manch einer ist erst kürzlich neu dazu gekommen und bringt neue Impulse mit, wieder andere sind nach einigen Jahren Auszeit zurückgekommen.

So sind es für mich, wenn ich auf meine Jahre im SV Horrem-Sindorf blicke, auch als erstes die Erlebnisse um das Sportliche herum, die mir einfallen. Manche bringen mich zum Schmunzeln: Wer kann schon sagen, dass er dabei war, als jemand sich beim Wettkampf auf seiner Bahn „verschwommen“ hat und in die falsche Richtung geschwommen ist? Wie aufregend waren die traditionellen Schnitzeljagden während der Trainingslager, die bei uns „Schnitzlerjagd“ genannt wurden?

Manches macht auch melancholisch und traurig – wenn man zum Beispiel durch alte Fotos blättert und Mitschwimmer entdeckt, die leider nie mehr mitschwimmen werden. Oder wenn man an der Horremer Clemensschule steht und sich an die ersten Schwimmversuche im Clemensbad erinnert.

Bei den Erinnerungen und dem Blick zurück soll aber auch der Platz für einen Blick nach vorne sein. Im Jubiläumsjahr 2018 hat der SV Horrem-Sindorf über 900 Mitglieder. Einen besseren Beweis dafür, dass viele der gemachten Bewegungen in die richtige Richtung gegangen sind und ein attraktives Angebot besteht, kann es wohl nicht geben.

Dieses attraktive und vielseitige Angebot und die deutlich gestiegenen formalen Anforderungen bedeuten aber auch immer mehr Aufwand, der im Hintergrund zu bewältigen ist. Das fängt bei der Koordination von verfügbaren Hallenzeiten und Übungsleitern mit der Nachfrage nach Sportangeboten an und hört mit der einwandfreien Verbuchung aller Einnahmen und Ausgaben noch lange nicht auf.

Ich bin froh, dass ich einem Vorstand angehöre, der sich aus einer spannenden Mischung aus jungen Wilden mit frischen Ideen und erfahrenen Organisationstalenten zusammensetzt. So verteilen sich die Aufgaben auf mehrere starke Schultern. Wenn ich jedoch über 900 Mitglieder im Verein zähle, dann würde ich mir an manchen Tagen wünschen, wenn die zupackenden Hände unter den 1.800 theoretisch Verfügbaren etwas leichter zu finden wären.

Heute soll in allen 1.800 Händen aber vor allem ein Glas zum Anstoßen sein. Wir feiern 50 Jahre SV Horrem-Sindorf. 50 Jahre Wandel und Beständigkeit.

Wenn dies so bleibt, dann heißt es auch weiterhin: SV Horrem-Sindorf – Wir sind in Bewegung.

Gageik

Daniela Gageik
1. Vorsitzende

SCHWIMMVEREIN HORREM-SINDORF

Wir sind in Bewegung

SVHS - Der Breitensportverein in Ihrer Nähe

Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer des Schwimmvereins Horrem-Sindorf,

ein halbes Jahrhundert ist es bereits her, dass sich der Schwimmverein Horrem-Sindorf formierte. Heute steht der Verein breit aufgestellt und voller Elan bereit, um seine Zukunft weiterhin positiv zu gestalten.

Mit etwa 900 Mitgliedern – davon rund die Hälfte Kinder – verfügt der Schwimmverein Horrem-Sindorf über ein Pfund, das manch andere in der Vereinswelt, die fehlenden Nachwuchs beklagen, nur vom Hörensagen kennen.

Besonders erfrischend ist die Tatsache, dass bei Ihnen und Euch zahlreiche Kinder das Schwimmen lernen dürfen. Oft genug beklagen Experten, dass Deutschlands Kinder nicht mehr richtig schwimmen können. Beim Schwimmverein Horrem-Sindorf ist jedoch das Seepferdchen nur der erste Baustein, denn insbesondere der richtige Wettkampfsport im Schwimmbereich ist das Steckenpferd. Und so sind Kinder aus Kerpen nicht nur regelmäßig im gesamten Bundesland mit am Start, sondern einige Talente in den vergangenen 50 Jahren sogar über die Grenzen hinaus erfolgreich gewesen.

Über die Grenzen des Schwimmens alleine hat sich in den vergangenen 50 Jahren auch das Sportangebot des Vereins entwickelt. Mittlerweile werden zig Sportarten von Badminton bis Walking angeboten und damit jede Altersklasse gleichermaßen bedient. Dennoch braucht der Namen des Vereins nicht geändert zu werden, da die Athleten jedweder Disziplin ihre Konkurrenten förmlich nass machen, sodass diese ins Schwimmen kommen.

Vor diesem Hintergrund freue ich mich auch jetzt bereits, dass auch in diesem Jahr wieder die edle Kombination von Rad-, Lauf-, und Schwimmsport als Kerpener Kindertriathlon stattfindet. Mit der nunmehr 26. Auflage gehört dieses Event zu einem traditionellen und feststehenden Termin, der aus Kerpen schlicht nicht mehr wegzudenken ist.

Mit der Wiedereröffnung der grundsanierten Erftlagune bietet die Kolpingstadt ihren ergänzenden Beitrag zu den vorhandenen Angeboten. Gegebenenfalls kann auch dieses Bad in der Zukunft auch durch Ihren und Euren Verein in Teilen genutzt werden.

So wünsche ich Ihnen und Euch im Jubiläumsjahr für die noch anstehenden Wettkämpfe viel Erfolg, das nötige Quäntchen Glück und auch für die Zukunft des Vereins nur das Beste.

Ihr und Euer

Dieter Spürck

Dieter Spürck
Bürgermeister

Grußwort des Vorstandsvorsitzenden des Landessportbundes Nordrhein Westfalen, Herrn Dr. Christoph Niessen, zum 50-jährigen Jubiläum vom Schwimmverein Horrem-Sindorf e.V.

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

der Schwimmverein Horrem-Sindorf feiert sein 50-jähriges Bestehen. Als Vorstandsvorsitzender des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen gratuliere ich allen Mitgliedern, Freunden und Förderern dazu sehr herzlich.

In unserem Bundesland bietet das dichte Netz aus rund 18.500 Sportvereinen den Menschen die Möglichkeit, sich in ihrer Freizeit unter kompetenter Anleitung zu bewegen, sich mit anderen in Training und Wettkampf zu messen und Spaß in der Gemeinschaft zu haben. Auch der Schwimmverein Horrem-Sindorf leistet dazu seit nunmehr einem halben Jahrhundert einen unverzichtbaren Beitrag.

Viele Schwimmtalente aus dem Rhein-Erft-Kreis sind hier entdeckt und gefördert worden; einige von ihnen haben es sogar bis in die nationale Spitze geschafft. Darüber hinaus präsentiert sich der SVHS als breit aufgestellter und zukunftsfähiger Sportverein. Mit mehr als zehn unterschiedlichen Bewegungs- und Sportangeboten sorgt er dafür, dass bei seinen über 900 Mitgliedern Gesundheit und Wohlbefinden gesteigert werden.

Besonders zeichnet den Schwimmverein Horrem-Sindorf aus, dass er die Wünsche, Interessen, Bedürfnisse und Lebenslagen der Menschen in seinem Umfeld berücksichtigt. Bereits 2006 ist er für seine Kooperationen mit Kindertageseinrichtungen vom Landessportbund zum „kinderfreundlichen Sportverein“ ernannt worden. Beispielhaft sind ebenso der Kindertriathlon, der im vergangenen Jahr bereits zum 25. Mal stattfand, das beliebte Nikolausschwimmen sowie attraktive Präventionsangebote.

Mein herzlicher Dank und meine ehrliche Anerkennung richten sich insbesondere an alle ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter: Mit Ihrem Engagement und unermüdlichen Einsatz haben Sie den Schwimmverein Horrem-Sindorf zu einem „bunten“ und bürgernahen Sportverein gemacht! Ich bin sicher, dass Ihnen dieses Jubiläum neue Kraft, neue Ideen und neue Perspektiven für die Zukunft geben wird.

Der Vereinsführung wünsche ich weiterhin eine glückliche Hand bei allen anstehenden Aufgaben, den Vereinsmitgliedern viel Freude und Spaß am gemeinschaftlichen Sporttreiben!

Ihr

Dr. Christoph Niessen
Vorstandsvorsitzender des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen e. V.

Grußwort

Sehr geehrter Vorstand, liebe Vereinsmitglieder,

50 Jahre Schwimmverein Horrem-Sindorf e.V. das ist ein Grund innezuhalten und sich zu erinnern. Damals im Jahre 1968 war die Sportsituation in Horrem und Sindorf gänzlich anders. Die Motive für Erwachsene, Jugendliche und Kinder den Sport unter Gleichgesinnten zu(er-)leben waren meistens auf Wettkämpfe ausgerichtet.

Der Schwimm-Sport hatte bis zum heutigen Tage stets einen hohen Stellenwert. Bäder und Plätze waren aber häufig Mangelware. Ihr Vereinsvorstand setzte sich jedoch stets für dauerhafte Lösungen ein und Ihr Verein entwickelte sich weiter zu einem mitgliederstarken Mehrsparten-Sportverein mit mehr als 13 Sportarten in der Kolping-Stadt Kerpen.

Ihr Vorstand hat sich in all den Jahren stets um neue zeitgemäße Lösungen bemüht, um Antworten auf gesellschaftliche Veränderungen zu finden. Dem wichtigen Thema Sport und Gesundheit – vor allem für unsere älter werdende Gesellschaft – haben Sie sich als Aufgabenstellung erfolgreich und lösungsorientiert gewidmet. Ihre Mitgliederzahlen beweisen es.

Der zunehmenden Isolation der Menschen setzen Sie Ihr Sport- und Bewegungsangebot sowie das Freizeiterlebnis als Rezept dagegen. Und die gelungene Verbindung zur Vereins-Tradition ist bei genauem Hinsehen der große Vorteil für Ihr Vereinsleben. Gäbe es das erfolgreiche Nikolaus-Schwimmen, den Kindertriathlon oder Badminton-Turniere ohne Ihren Verein?

Für eine erfolgreiche Zukunft wünsche ich Ihnen alles Gute, Kraft und Ausdauer und stets eine gute Unterstützung durch Ihre Stadt, die Kitas und die Schulen. Sie alle können ihren pädagogisch-gesellschaftlichen Auftrag für die Bürger Kerpens ohne Ihren Verein als Partner nur unvollkommen erfüllen. Wir als Verband sagen Ihnen auch weiterhin unsere volle Unterstützung zu und gratulieren Ihnen herzlich zum 50-jährigen Jubiläum.

Mit sportlichen Grüßen

H. Dudzus

Harald Dudzus
Vorsitzender
KSB Rhein-Erft e.V.

Schwimmbezirk Mittelrhein e.V.

Im Namen des Vorstandes des Schwimmbezirk Mittelrhein e.V. gratulieren wir dem Vorstand, allen Mitgliedern und Freunden des Schwimmverein Horrem-Sindorf e.V. (SVHS) zum 50-jährigen Jubiläum sehr herzlich.

Mit über 900 Mitgliedern gehört der SVHS zu den Großvereinen in der Kolpingstadt Kerpen. Über 250 Mitglieder davon gehören der Schwimmabteilung an. Dies allein weist auf die besondere Bedeutung des Schwimmsports beim SVHS hin.

Neben dem jährlich stattfindenden Kindertriathlon und dem alt eingesessen Nikolausschwimmen demonstriert die Schwimmabteilung ein attraktives Schwimmprogramm für Groß und Klein. Gegründet 1968 als Schwimmverein entwickelte sich der SVHS mit einem vielfältigen Programm im Breitensport.

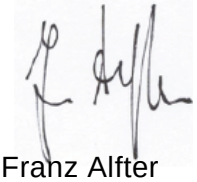
Besonders positiv hervorheben möchten wir hier Ihr Anfängerschwimmen. Immer erschreckender werden die veröffentlichten Zahlen, die dokumentieren, wie viele Kinder heute nicht schwimmen können. So wird es umso wichtiger, dem entgegenzuwirken. Hierfür ein ganz besonderer Dank!

Aber auch dem Leistungssport hat sich der SVHS verschrieben und hat in der langen Vereinsgeschichte besondere Talente hervorgebracht und sportliche Erfolge gefeiert.

Allen, die den Erfolg des Schwimmverein Horrem-Sindorf e.V. mitgestaltet haben, den Gründungsmitgliedern, dem Vorstand, Trainerinnen und Trainer, Übungsleiterinnen und Übungsleitern möchten wir an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön aussprechen für den kontinuierlichen und engagierten Einsatz an der Basis.

Eurem Verein wünschen wir weiterhin Kraft, Ausdauer und eine erfolgreiche Zukunft.

Andrea Stockmann
stellv. Vorsitzende Breitensport



Franz Alfter
1. Vorsitzender

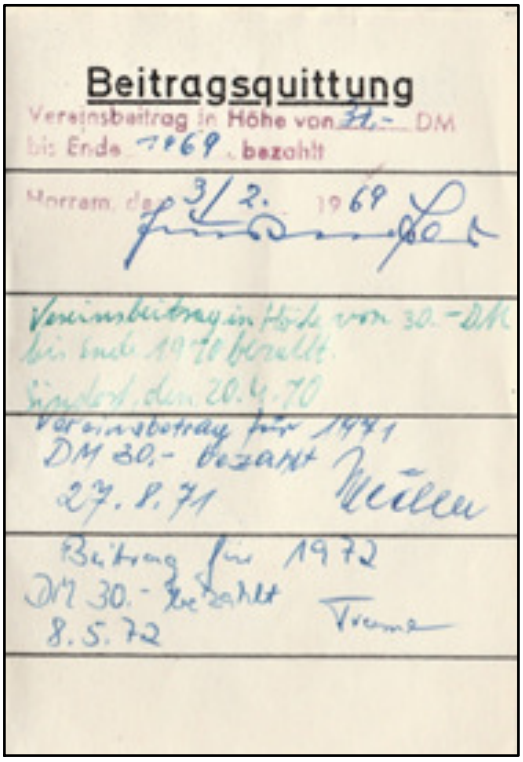
1968

1968 – Olympia Mexiko – 1968 – Legoland – 1968 – Otto Hahn – 1968 – Fosbury Flop –1968 – Studentenbewegung – 1968 – Hong Kong Grippe – 1968 – Daktari – 1968 – Notstandsgesetze – 1968 – Mika Häkkinen – 1968 – Hair – 1968 – Internationales Jahr der Menschenrechte – 1968 – Bob Beamon – 1968 – Big Mac – 1968 – **SV Horrem-Sindorf e.V.** – 1968 – Aristoteles Onassis & Jackie Kennedy – 1968 – 1. FC Nürnberg – 1968 – Martin Luther King – 1968 – Rudi Dutschke – 1968 – Vietnam – 1968 – Morgens um sieben ist die Welt noch in Ordnung – 1968 – Alexander Dubčzek – 1968 – Folsom Prison – 1968 – Heintje – 1968 – TUI – 1968 – Apollo 8 – 1968 – Robert F. Kennedy – 1968 – Atomwaffensperrvertrag – 1968 – Prager Frühling – 1968 – DJ Bobo – 1968 – 2001: Odyssee im Weltraum – 1968 – Hot Wheels – 1968 – Richard Nixon – 1968 – Apple Records – 1968 – Hey Jude – 1968

Wie es seinen Anfang nahm

Am 26. April 1968, vor etwa 50 Jahren, trafen sich die Schwimmer des Horremer-Sport-Vereins zu einer Versammlung. Zu diesem Zeitpunkt war ihnen wohl kaum bewusst, dass sie an diesem Tag den Grundstein für einen neuen, wunderbaren Breitensportverein legen würden. Sie wollten einfach nur ihr eigenes Ding machen, einen eigenen Verein gründen – den Schwimmverein Horrem (SVH). Es gab ein eigenes Logo, Mitgliedskarten und alles, was ein ordentlicher Verein so braucht. In der Mitgliedskarte, die eigentlich ein kleines Heft war, wurde bestätigt, dass der jährliche Vereinsbeitrag entrichtet wurde. Aufgabe des Kassenwartes war es auch, den Vereinsbeitrag – anfänglich noch 30 DM pro Jahr - persönlich zu kassieren. Dies bleibt dem Kassenwart heute erspart.

Die Wahl war zwar etwas holprig, aber im Juni 1968 hatte der Verein dann sogar einen Vorstand. Den bildeten damals Franz Beschorner (1. Vorsitzender), Willi Fuchs (2. Vorsitzender), sowie Heinz Wolf und Ulrich Gehring als 1. und 2. Schwimmwarte. Josef Junkersfeld, der die Eigenständigkeit der Schwimmabteilung initiiert hatte, bekam besonders viel zu tun. Er wurde zum Geschäftsführer, 1. Kassierer und technischen Leiter ernannt. Auch Frauen waren im Vorstand des Schwimmverein Horrem: Christel Beschorner wurde zur 2. Kassiererin gewählt und Marleen Jungen übernahm den Posten des Damen- und Jugendschwimmwarts. Pressewart wurde Hans Richard Fuchs und zu Beisitzern wurden Engelbert Hauck und Anton Schulte bestimmt.



Die Mitgliederzahl lag immerhin bei 200 – und aus frischer Motivation heraus gab es den ersten Schwimmwettkampf des SVH bereits im August 1968 im Freibad Horrem. Und auch über das normale Sportprogramm hinaus startete der SVH in seinen ersten Jahren erfolgreich ins Vereinsleben – mit Schwimmfesten, der jährlichen Fahrt ins Blaue und dem Schwimmer- und Kinderball.

In den 70er Jahren kamen stürmische Zeiten für den Vorstand des neuen Vereins auf – es ruckelte sich aber alles einigermaßen ein und 1972 wurde schließlich Hubert Klein als 1. Vorsitzender gewählt. Mit dem neuen Vorsitz kam der nächste Meilenstein und ein neuer Name: Schwimmverein Horrem-Sindorf (SVHS). Der Name ist bis heute geblieben, aber der Rest des Vereins hat sich stetig weiterentwickelt und neu erfunden – getreu seinem Motto: **Wir sind in Bewegung!**

Zwei Urgesteine erzählen
Georg Karkowski im Gespräch mit Hubert Klein und Achim Runge

Hallo Hubert, hallo Achim,
der SVHS wird in diesem Jahr 50 Jahre alt – ein guter Grund, die Vergangenheit Revue passieren zu lassen. Ihr zwei gehört quasi zum Urgestein des Vereins und ihr seid Männer der ersten Stunde. Bis 2013 wart ihr als Übungsleiter aktiv und habt somit über eine sehr, sehr lange Zeit den Verein aktiv begleitet und mitgestaltet. Wie kam es damals zur Vereinsgründung?

Hubert:
Vor 1968 gab es innerhalb des Horremer Sportvereins (HSV) bereits eine etwa 200-köpfige Schwimmabteilung, die gegenüber der Fußballabteilung eher stiefmütterlich behandelt wurde. Dies war der Grund, dass 1968 unter der Federführung von Herrn Josef Junkersfeld, der damals Bademeister im Freibad Horrem war, und den Herren Fuchs und Schulte der Beschluss gefasst wurde, einen eigenen Verein zu gründen, den **Schwimmverein Horrem**. Am 26.04.1968 war es dann soweit: Die Gründungsversammlung wählte Josef Gnacke zum 1. Vorsitzenden. Der konnte das Amt aus persönlichen Gründen nicht annehmen, so dass knapp zwei Monate später, am 14.06.1968, Franz Beschoner an seine Stelle gewählt wurde. Zu seinem Stellvertreter wurde Willi Fuchs gewählt. Im November folgte dann der Eintrag in das Vereinsregister der Stadt Kerpen.

Achim:
Etwa 1972 wurde das Hallenbad in Kerpen-Sindorf in Betrieb genommen. Damit der Verein auch die dort verfügbaren Hallenzeiten nutzen konnte und weil inzwischen auch viele Mitglieder aus Sindorf kamen, benannte sich der Verein zum **Schwimmverein Horrem-Sindorf** um. Diesen Namen trägt er bis heute. Bereits im Gründungsjahr richtete der Verein seinen ersten Schwimmwettkampf im Freibad in Horrem aus. Außerhalb der Freibadsaison wurde im Lehrschwimmbecken des Clemensbades und im Bad der Salvatorianerinnen im Kloster in Horrem trainiert. Leider sind die meisten dieser Bäder inzwischen Vergangenheit.

Georg:
Hubert, 1972 wurdest du zum 1. Vorsitzenden gewählt. Dieses Amt hattest du für 11 Jahre bis 1983 inne, bevor du für weitere 6 Jahre das Amt des 2. Vorsitzenden übernahmst.

Hubert:
Ich konnte von Beginn an auf die Mitarbeit der Übungsleiter Ulrich Gehring, Achim Runge, Heinz Wolf und Hermann Grams zählen, die Aufschwung und Beständigkeit in den Verein brachten. 1973 betrug die Mitgliederzahl bereits ca. 300. Achim Runge und Hermann Grams organisierten das Kleinkinder- und Anfängerschwimmen, wodurch sie den Grundstein für eine qualifizierte Schwimmausbildung legten.

Georg:
Bereits in den Anfängen des Vereins wurden eine Vielzahl von Aktivitäten ins Leben gerufen, die das Vereinsleben vielseitig bereicherten. Was für Aktivitäten waren dies?

Hubert:
Das waren zum Beispiel das Nikolausschwimmen, oder der Schwimmer- und der Kinderball. Es gab Wandertage, Volksradfahrtage, die mehrfache Teilnahme am Rosenmontagszug. Wir hatten sogar ein Männerballett und eine Musikgruppe, die „Plitsch-Platsch-Singers“, die ab 1976 den Schwimmerball bereicherten. Der Tanz in den Mai wurde 1978 ins Leben gerufen und war über viele Jahre eine feste Veranstaltung des Vereins.

Achim:
Hier muss auch die Teilnahme an vielen öffentlichen Veranstaltungen erwähnt werden, wie zum Beispiel der Weihnachtsmarkt in Horrem, die Sindorfer Woche, Trimm-Trab ins Grüne und vieles mehr. Aus den einzelnen Sportgruppen heraus wurden Grillfeste, Wandertage, Radtouren, Ausflüge, und Theaterbesuche organisiert, die sich hier gar nicht mehr alle aufzählen lassen. Dies alles war nur möglich, weil genügend Idealisten sich in den Verein einbrachten und den Zusammenhalt in den Gruppen festigten.

Georg:
Wann hat sich eigentlich der Wandel vom Schwimmverein zu einem Verein mit einem breiten Sportangebot vollzogen?

Achim:
In den frühen 70er Jahren wurden die ersten Kinderturngruppen ins Leben gerufen. Den Kinderturngruppen folgten ab 1973 die Gymnastikgruppen für Erwachsene, eine Leichtathletikgruppe zur Erlangung des Sportabzeichens, Waldlauf, Lauftreff, Gymnastik mit Musik und vieles mehr. Später kamen dann noch Badminton, Volleyball, Triathlon, Yoga, Wassergymnastik und Seniorentanz hinzu. Innerhalb von nur 10 Jahren hatte sich der Verein so zu einem Breitensportverein gewandelt, mit einem vielseitigen Angebot für Jung und Alt. Diese Entwicklung hatte zur Folge, dass der Verein weiter wuchs und ab 1977 neben der Mitgliedschaft im Westdeutschen Schwimmverband auch Mitglied beim Landessportbund und später in weiteren Sportverbänden wurde.

Georg:
Wenn ich all die damaligen Aktivitäten im Verein sehe, kann man schon etwas neidisch werden. Da war ja einiges los bei euch in den frühen Jahren. Und besonders bemerkenswert finde ich, wie lange ihr dem Verein schon die Treue haltet. Vielen Dank dafür und dass ihr eure Erinnerungen hier mit uns geteilt habt.

Dr. med. dent. **Hella Steinkuhle**
Ihre Kieferorthopädin in Kerpen-Horrem

„EIN TAG OHNE LÄCHELN IST EIN VERLORENER TAG“
Charlie Chaplin

Fachpraxis für Kieferorthopädie
Dr. med. dent. **Hella Steinkuhle**
Fontänestr. 23-25
50169 Kerpen-Horrem

Telefon 02273 911033
Telefax 02273 911034
praxis@dr-steinkuhle.de
www.dr-steinkuhle.de

Meilensteine im SVHS

1968 - Gründung des Vereins (damals noch als Schwimmverein Horrem) am 26.04.1968

1972 - Umbenennung in „Schwimmverein Horrem-Sindorf“ (SVHS)

1973 - Erweiterung des Sportprogramms um Gymnastik für Erwachsene und Gymnastik für Schwimmer.

1974 - Start der Sportabzeichengruppe, Durchführung des ersten Familienwandertags und erste Teilnahme am Horremer Rosenmontagszug.

1975 - Erste Sportabzeichenverleihung im Horremer Rosenhof und Erweiterung des Sportprogramms um Basketball und dem Lauftreff/Waldlauf.

1976 - Start der Gruppen Leichtathletik & Jugendsportabzeichen, Spiele und Gymnastik für Erwachsene und Gymnastik & Spielstunden für Kinder (3 Jahrgangsgruppen).

1977 - Erweiterung des Sportprogramms um Leichtathletik für die ganze Familie und den Anfängerkurs Schwimmen.
- Durchführung des 1. Radfahrtages (später als Ersatz Herbstwanderung).

1978 - Erster Tanz in den Mai.

1979 - Start Skilanglauftraining mit Praxis in der Eifel.

1980 - Start der drei Gruppen Spiele mit Gymnastik, Gymnastik mit Musik und Volleyball.

1987 - Erweiterung des Sportprogramms um Schwimmen für Mutter und Kind, Tanz und Gymnastik für Senioren, Triathlon und Badminton.

1988 - Start einer Yoga-Gruppe.

1989 - Beginn der Veranstaltungen Triathlon, Spiel-Sportfest und Pokalschwimmen.
- Start mit Wassergymnastik.

1993 - 1. Kindertriathlon
- Feier zum 25. Vereins-Jubiläum am 29.10.1993

1995 - Start einer koronaren Herzsportgruppe, die nach 1,5 Jahren mangels Übungsleiter und Arzt wieder eingestellt wurde.
- Die Vereinszeitung „Wellenreiter“ erscheint zum ersten Mal.

1996 - Start einer neuen Kinder-Triathlongruppe, die in die Kinder-Leichtathletikgruppe integriert wurde.
- Die Triathlongruppe für Erwachsene wurde 10 Jahre alt. Erstmalig wurde ein Jedermann-Triathlon durchgeführt. Die drei Disziplinen konnte man als Einzelkämpfer oder als Team (teilen der Disziplinen) absolvieren.
- In diesem Jahr wurden erstmalig Hallennutzungsgebühren von der Stadt erhoben
- Erstmalig wurde der Elch-Cup beim Nikolausschwimmen für die punktmäßig größte Steigerung in den vier 100 m-Disziplinen verliehen.

1997 - Thomas Kick wird westdeutscher Vizemeister, Daniela Gageik nimmt an den Deutschen Meisterschaften der Masters in Sindelfingen und Marcus Culmsee an den Europameisterschaften der Masters in Prag teil.

1999 - Beim SVHS kann nun das Schwimmabzeichen (Seepferdchen, Bronze, Silber und Gold) erworben werden und das Sportangebot wird um „Fitness für den Rücken“ erweitert.
- Am 19. April erfolgt der Umzug der Schwimmgruppen von Sindorf ins Kerpener Vereinsbad.
- Gertrud Arnold und Imgard Prechler organisieren den 1. Welttanztag in der Kerpener Jahnhalle.

2000 - Erweiterung des Programms um Dance-Aerobic und Walking.
- Die erste Homepage ist da – www.sv-hs.de geht online!

2001 - WDR 5-live-Übertragung des 9. Kerpener Kindertriathlons mit Stargast Joey Kelly.

2002 - Für Jugendliche ab 12 Jahren wurde die Gruppe "Rund um den Ball" (Völkerball, Prellball, Basketball, Volleyball usw.) eingerichtet.

2004 - Eröffnung einer Geschäftsstelle in der Erftstrasse 92 in Sindorf am 01.03.2004

2005 - Mit dem Kindergarten PÄNZ wurde ein Kooperationsvertrag abgeschlossen. Der SVHS bietet Anfängerschwimmen für die Kindergartenkinder an und im Gegenzug kann der SVHS die Sporthalle des Kindergartens nutzen.
- Erstmalig wird ein Selbstbehauptungskurs für Schüler der Klassen 3 bis 5 angeboten.
- Für die Geschäftsstelle wird eine Minijobstelle eingerichtet, die mit Gabi Giertz besetzt wird.

2006 - Der SVHS bietet nun Präventionskurse an.
- Die Traumtänzer-Kindertanzgruppe schließt sich dem SVHS an (bis 01.03.2009).
- Die Schwimmerdamen steigen in die Landesliga auf.

2007 - Neben der Kooperation mit dem Kindergarten Pänz wurde eine Kooperation mit dem Montessori-Kinderhaus abgeschlossen.
- In der neuen 3-fach-Sporthalle hat die Badmintonnacht stattgefunden.
- SVHS-Langstreckenschwimmerin Elke Hagedorn gewinnt Doppelgold bei den Deutschen Meisterschaften in Großkrotzenburg.

2008 - Die Mitgliedsbeiträge werden nun nicht mehr je Quartal sondern jährlich eingezogen.
- Der SVHS nimmt am 1. Kerpener-24 Stunden-Schwimmen mit starker Mannschaft teil.

2009 - Umzug der Geschäftsstelle in die Kerpener Str. 76 am 01.05.2009
- Die Kooperationen mit dem Kindergarten Pänz und dem Montessori-Kinderhaus wurden um eine Kooperation mit der Kindertagesstätte Hummelburg erweitert.
- Der SVHS nimmt am 2. Kerpener-24 Stunden-Schwimmen teil.

2010 - Eine neue Kooperation mit der Kita Zauberwald wurde geknüpft.

2011 - Erstmalige Erhebung von Hallen- und Badnutzungsgebühren durch die Stadt Kerpen.

2013 - SVHS-Vereinsfest an der Grillhütte am Schulzentrum Horrem-Sindorf.

2015 - Der SVHS nimmt am Oktobermarkt in Sindorf teil.

2016 - Martina Dietl übernimmt ab 01.03.16 die Bürokraftstelle von Monika Zyprian.

2017 - 25. Kindertriathlon mit Jubiläumshelferfest findet am 10.06.2017 statt.
- Verleihung der Ehrenurkunde durch den NRWTV für die 25-jährige Ausrichtung des Kerpener Kindertriathlons am 02.12.2017

2018 - Feier zum 50. Vereins-Jubiläum am 28.04.2018

SCHWIMMVEREIN HORREM-SINDORF

Eine ganz normale SVHS-Familie?

Natürlich gibt es viele Familien, die den SVHS über 50 Jahre hinweg begleitet haben, aber Jessica Schlömer und ihre Familie sind wohl ein Paradebeispiel. Jessica – damals noch mit dem Nachnamen *Bode*, ist schon als Jugendliche in der Wettkampfmannschaft des SVHS angetreten. Bis zu den Westdeutschen Meisterschaften hat sie sich mit ihren Mannschaftskameraden hochgeschwommen. „Als Jugendliche hat mir der Schwimmverein Halt gegeben“, sagt Jessica. Sport bedeutet für sie immer ein Stück Freiheit und vor allem auch Ausgleich: „Auch wenn’s früher mal in der Schule nicht lief, konnte ich mich beim Schwimmen immer abreagieren.“ Heute vermisst sie das Schwimmen natürlich und sobald ihre Kinder größer und selbstständiger sind, wird sie auch wieder ins Wasser zurückkehren.

Die Faszination für diesen Sport liegt für sie vor allem darin, dass sie mit ihren Gedanken ganz für sich sein kann: „Was für Probleme ich schon gewälzt habe und welche Lösungen ich da schon gefunden habe“, erinnert sie sich. Dazu kommen natürlich das Auspowern und das Stoßen an die eigenen Grenzen. Die waren irgendwann in einem anderen Kontext erreicht „Es kam der Tag, da musste ich mich entscheiden – Abi oder Schwimmen – und dann hab ich mit dem Schwimmen aufgehört“.

Zur Ausbildung ist sie weggezogen und hätte nie gedacht, dass sie nochmal wiederkommen würde. Die Liebe zog sie schließlich doch zurück in den Rhein-Erft-Kreis. „In der Schwangerschaft bin ich wieder zur Wassergymnastik gegangen, das war wieder mein Einstieg“, erinnert sich Jessica. Dazu hat sie dann direkt noch ihre Mutter und ihre Schwester (re-)aktiviert. „Dabei hat meine Mutter früher nie Sport gemacht“, erzählt Jessica. Heute gehen ihre Mutter mittwochs zur Rückenschule und ihre Schwester zur Step-Aerobic am Dienstag.

Und auch für den sportlichen Nachwuchs ist bei Familie Schlömer schon lange gesorgt. Der kleine Sohn, 2 Jahre alt, geht jede Woche am Dienstag zum Kinderturnen und der große Sohn ist mittwochs bei der Wassergewöhnung zu finden. Wenn man die ganze Bande mal auf einen Haufen erleben will, muss man nur sonntags zum freien Schwimmen ins Hallenbad in Kerpen kommen. Aber „das heißt bei uns nicht freies Schwimmen, sondern drei-Generationen-Schwimmen“, mit Oma, Mama und den beiden Kindern. Für die beiden Jungs ist Sport im SVHS auch schon ein fester Bestandteil ihres Alltags. „Sie sind traurig, wenn’s ausfällt“, erzählt Jessica. Anfang des Jahres war die Familie Schlömer einige Zeit wegen Krankheit ausgeknockt. Der Große, der mit seinen 5 Jahren langsam die Wochentage kann, stellte dann plötzlich ganz schockiert fest: „Wir waren ja gar nicht bei Nadine!“. Er darf ja noch als Besucher-Geschwisterkind beim Kinderturnen mit dabei sein, obwohl er eigentlich schon zu groß ist.

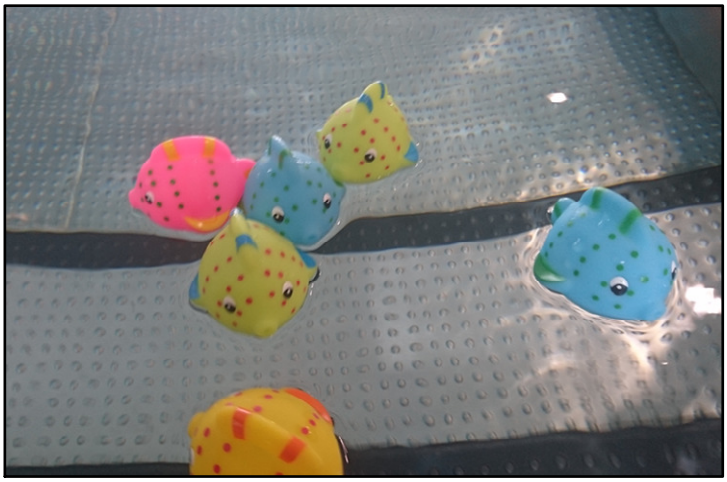
Kinderturnen im SVHS in Jessicas Kindheit

Man merke auch beim Kinderturnen, dass alles „mit Herz gemacht“ sei, sagt Jessica. Ihr sei bewusst, dass die Übungsleiter-Vergütung nicht wahnsinnig hoch ist, daher freut sie sich besonders über das hohe Engagement der Trainer. Beim Kinderturnen fällt das natürlich besonders auf. Die Eltern bauen auf, dann kommen die Kinder in einem kleinen Kreis zusammen und singen gemeinsam ein Begrüßungslied. „Die Kinder sind dann immer schon ganz heiß, auf die Geräte zu kommen“, erzählt Jessica. Die Kinder wählen

dann ihre eigene Station aus und bleiben meistens bei einer oder suchen sich noch eine zweite aus. „Am Anfang wollte ich mein Kind immer noch von einer Station zur nächsten lenken, das habe ich schnell aufgegeben“, erzählt die zweifache Mutter lachend. Eigentlich sei das aber auch ganz gut, weil die Kinder dann die Schwierigkeit dieser einen Station üben. Von der Hängebrücke gebaut mit einem Schwebebalken bis hin zur Weichbodenmattenrutsche ist da vieles dabei. Übungsleiterin Nadine weiß inzwischen, was die Kinder wollen und brauchen. Und auch Jessica Schlömer merkt, dass das Kinderturnen eine große Lücke schließt.

Eigentlich wollte sie mit ihren Kindern nachmittags zum Spielplatz gehen, bis sie gemerkt hat, dass dort niemand mehr ist, weil die Kinder bis zum Nachmittag in den KiTas bleiben. „Beim Kinderturnen lernen die Kinder das Miteinander – abwarten, sich anstellen. Und das funktioniert super, auch wenn es so viele Kinder sind.“ Ein weiteres Zeichen dafür, dass Übungsleiterin Nadine ihre Bande im Griff hat.

Jessica Schlömer ist bekennender Fan vom SVHS - „weil er mir in jeder Lebenslage irgendeine Sportart ermöglicht hat“. Auch wenn es natürlich manchmal schwer ist, einen Platz zu bekommen.



Die Warteliste fürs Kinderturnen beispielsweise ist nicht gerade besonders kurz. Aber es lohne sich. Vor allem, dass alles so individuell ablaufe, schätze sie sehr, sagt Jessica. „Die Übungsleiter kümmern sich so liebevoll und es ist alles sehr persönlich, das macht den Verein aus.“ 2017 waren sie und ihre Familie zum ersten Mal beim Nikolausschwimmen dabei, weil ja auch die ganz Kleinen als „Frösche“ schon ihren eigenen kleinen Wettkampf haben. Und als dann der Nikolaus ins Bad kam, gab‘s für den Großen kein Halten mehr: „Mama, guck mal, der Nikolaus trägt ja Badelatschen“.

Und auch Jessica hat sich zurückversetzt gefühlt: „Früher gab es noch Kerzen auf Bierdeckeln, so umwickelt, da hab ich mich dran erinnert“, sagt sie und setzt direkt nach: „Und wenn der Große bald eine Bahn schwimmen kann, dann schwimmen wir auch die Familienstaffel mit!“

CAMPO BAGATIN
TRADITIONELLE EISHERSTELLUNG SEIT 1952
WWW.CAMPO-BAGATIN.DE
Kerpener Str. 77
50170 Kerpen-Sindorf
0 22 73 - 93 87 844
Hauptstr. 203
50169 Kerpen-Horrem
0 22 73 - 43 89

Schwimmen im SVHS

Schwimmen ist nicht nur olympische Kernsportart, es ist auch die namensgebende Gründungssportart des SV Horrem-Sindorf. Schließlich haben sich 1968 die Schwimmer des Horremer SV von diesem abgespalten und ihren eigenen Verein gegründet. Somit wird im SVHS seit 50 Jahren geschwommen. Obwohl der SVHS im Wesentlichen auf den Breitensport ausgerichtet ist, zeigten die Schwimmer schon in den Anfangsjahren des Vereins weitere Ambitionen. Unter der Leitung von Hermann Grams und im Anschluss daran unter Heinz Scholl wurde in den 70er Jahren eine Leistungsmannschaft aufgebaut, die schnell auch sportliche Erfolge weit über die Stadtgrenzen hinaus erzielte. So wurde Britta Pastor 1977 Deutsche Jahrgangsmeisterin über 100m Brust.

Damals wie heute hatten die Trainer und die Sportler damit zu kämpfen, dass Schwimmbäder und Wasserzeiten nicht unbegrenzt zur Verfügung stehen. So gab es bereits in den frühen Jahren des Erfolgs immer wieder Schwimmer, die wegen der besseren Trainingsinfrastruktur zu größeren Vereinen nach Köln oder Bonn wechselten.

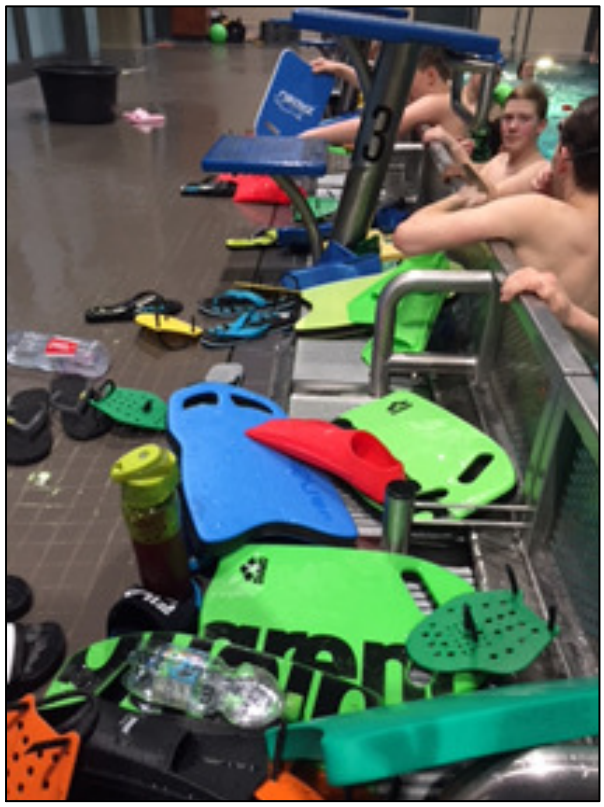
Auch als Ausrichter von Wettkämpfen ist der SVHS aktiv.

Dennoch schafften es die Trainer Ulrich Gehring, Achim Runge, Hermann Grams, Felicitas Hahne und Rolf Sprave, später Jan Krohn, Daniela Gageik, Billy Sperlich, Ralf Geuenich, Marion Kanne, Till Radtke und heute Judith Stocks immer wieder, große, leistungsstarke Mannschaften aufzubauen, aus denen sich Schwimmer für NRW- und Deutsche Meisterschaften qualifizieren konnten. Immer wieder entwickelten sich aus den Kleinen, die im ebenso kleinen Bad in der Clemensschule oder in Manheim ihre ersten Schwimmversuche unternahmen, hoffnungsvolle Talente, die den Grundstock für den Erfolg der Wettkampfmannschaften bildeten. Und auch wer kein ambitionierter Wettkampfschwimmer wurde, konnte sich darauf verlassen, beim SVHS ein sicherer Schwimmer geworden zu sein. Die Schwimmausbildung und damit die Schwimmfähigkeit unzähliger Kinder ist sicherlich eine der größten gesellschaftlichen Leistungen des Vereins.

50 Jahre Schwimmen im SV Horrem-Sindorf könnten für sich eine ganze Festschrift füllen. Alleine die Aufzählung der Trainer, Co-Trainer und Nachwuchstrainer würde über die oben Genannten eine lange Liste ergeben. Die der sportlichen Erfolge ihrer Schützlinge erst recht.

Was an Schwimmen so toll ist, das erzählten uns Jana und Jonas. Jana und Jonas sind beide 12 Jahre alt und aktive Schwimmer der Wettkampfmannschaft. Jana und Jonas sind seit etwa zwei Jahren bei uns im Verein. Mindestens dreimal in der Woche kommen sie ins Kerpener Hallenbad zum Training, dazu kommt noch das Landtraining. Jana ist früher auch noch geritten, aber – man muss ja auch noch zur Schule gehen – dafür war dann irgendwann keine Zeit mehr. Jonas schwimmt noch bei der DLRG. Ein ganz schön volles Programm.

„So viel Schwimmen? Ist das nicht langweilig? Da hat man doch die ganze Zeit nur den Kopf unter Wasser.“



Jana: „Stimmt gar nicht. Schwimmen ist nicht langweilig!“

Jonas: „Genau! Es gibt ja ganz viele verschiedene Arten, wie man schwimmen kann.“

Da haben die beiden wohl Recht. Ich schaue den anderen Wettkampfschwimmern, die schon im Wasser sind, zu. Aber langweilig sieht das tatsächlich nicht aus. Und auch nicht wie normales Schwimmen. Alle liegen auf dem Bauch auf dem Wasser, die Beine bewegen sich nicht und mit dem Armen machen sie nur ganz kleine Bewegungen. Trotzdem kommen sie zügig voran. „Das ist Wriggen“, erklärt die Trainerin Judith Stocks. „Man spielt dabei mit dem Winkel der Hand zum Wasser. So bekommt man ein gutes Wassergefühl“. Ich verstehe, was Jonas mit den vielen verschiedenen Arten meinte, wie man schwimmen kann.

Jana: „Und außerdem kann man beim Schwimmen auch mal richtig abschalten. Wenn ich einen stressigen Tag in der Schule hatte, dann kann ich abends abtauchen und mich im Wasser richtig auspowern, ohne dass ständig jemand auf mich einredet.“

Jonas: „Ich finde es aber gerade toll, dass wir hier mit so vielen zusammen sind. Wir machen ja auch ganz viel als Gruppe.“

Jana: „Das stimmt. In den Osterferien fahre ich das erste Mal mit ins Trainingslager. Da haben die anderen schon viel von erzählt. Zum Beispiel gehen wir da auch ins Jumphouse. Dort gibt es ganz viele Trampoline und man kann ganz wild rumhüpfen.“

Jonas: „Aber Trainingslager ist auch richtig anstrengend. Ich war schon mal mit. Da machen wir jeden Tag zweimal zwei Stunden Training. Aber vor allem macht es eben Spaß, mit allen zusammen wegzufahren.“

„Mannschaftsgeist bei einer Individualsportart wie Schwimmen, bei der jeder gegen jeden schwimmt. Wie funktioniert das?“

Jonas: „Das ist super. Eigentlich sind wir als Mannschaft genau wie beim Fußball. Wir feuern uns gegenseitig an und Staffeln sind sowieso das Beste.“

Jana: „Ja, Staffeln sind super. Und man freut sich auch sonst, wenn jemand aus der eigenen Mannschaft toll schwimmt. Die Schnelleren sind ja auch Vorbilder. Daran kann man sich orientieren und das pusht dann. Ich konnte zum Beispiel gerade erst in eine bessere Trainingsgruppe wechseln. Das hat mich sehr gefreut, jetzt kann ich mit den etwas Stärkeren trainieren. Das motiviert mich richtig, dass ich mit denen schon mithalten kann.“

Jonas: „Stimmt. Meine Vorbilder habe ich auch mehr so im direkten Umfeld, nicht bei den Schwimmstars, die ich nur aus dem Fernsehen kenne. Bei mir sind es zwei Schwimmer aus anderen Vereinen, die treffe ich auf ganz vielen Wettkämpfen und die sind immer knapp vor mir. Die will ich bald schlagen. Deshalb strenge ich mich auch im Training richtig an.“

Apropos Training: Inzwischen sieht es auch im Becken viel wilder aus als vorhin beim Wriggen: Das Wasser ist richtig aufgewühlt, denn alle haben sich ihre Flossen geschnappt und geben nun richtig Gas.

„Wie ist es denn eigentlich, wenn man mal nicht so gut ist, wie man gehofft hat. Wenn die beiden, die immer vor einem sind, einfach wieder mal schneller waren?“

Jana und Jonas: „Klar ist es blöd, wenn man eigentlich gut trainiert hat und dann im Wettkampf trotzdem nicht so gut ist. Aber dann trösten einen die anderen auch und man nimmt sich einfach vor, es beim nächsten Mal besser zu machen. Und Judith ist auch nicht so streng als Trainerin. Die baut uns dann auch wieder auf. Und sie erklärt, was man trotz allem gut gemacht hat. Aber eben auch, warum es nicht geklappt hat, welche Fehler man gemacht hat. Dann weiß man eben auch, was man verbessern muss.“

Wenn man den beiden so zuhört und auch sieht, wie neben uns im Wasser trainiert wird, dann versteht man, warum die Schwimmabteilung im SVHS seit 50 Jahren so gut besucht ist. Denn nur eines habe ich heute nicht gesehen: Wie man auf die Idee kommen könnte, Schwimmen sei langweilig.

Jana und Jonas sind beide 2006 geboren. 2006, das war für die Schwimmerinnen im SVHS als Mannschaft ein ganz besonderes Jahr. Warum? Das erfahrt ihr im nächsten Artikel.

So war es damals (2006)
Als Jana und Jonas geboren wurden waren die Schwimmer im spannenden Abstiegskampf

Schwimmen ist nicht langweilig, dass haben Jana und Jonas uns bereits erklärt. Und Schwimmen ist auch eine Mannschaftssportart – sogar Ligen wie im Fußball gibt es. Diese „Ligenwettkämpfe“, die Mannschaftsmeisterschaften der Schwimmer, heißen „DMS“, Deutsche Mannschaftsmeisterschaften Schwimmen. 2006 – im Jahr des Sommermärchens – hatte die Damenmannschaft sich für die Landesliga qualifiziert. Nach vielen Jahren auf Bezirksliga-Niveau ein phantastischer Erfolg.

Nach dem etwas überraschenden Aufstieg in die Landesliga Rheinland war den Schwimmerinnen schon im Vorfeld klar, dass der Klassenerhalt ein nur schwer zu verwirklichendes Ziel sein würde, denn als „Nummer 10“ war man gerade noch in die höhere Klasse reingerutscht.
Trotz des drohenden direkten Wiederabstiegs waren die SVHS-Mädels hoch motiviert, sich beim Start in der höchsten Klasse, die in der Vereinsgeschichte je erreicht wurde, so fit wie möglich zu präsentieren. Die Trainingsgruppen wurden so umgestellt, dass alle DMS-Teilnehmerinnen möglichst optimale Wasserzeiten erhielten und sich entsprechend ihrer Wettkampfstrecken vorbereiten konnten. Mitte Juli wurde das Projekt „15 Wochen bis zum Klassenerhalt“ gestartet.

In der Landesliga wird zunächst in einem Vorkampf, der parallel in zwei Bädern ausgetragen wird, ermittelt, welche der insgesamt zehn Mannschaften im Endkampf in der Aufstiegs- bzw. in der Abstiegsrunde schwimmen müssen. Ausgerechnet im SVHS-Landesliga-Premierenjahr ging es im Vorfeld verbandsintern drunter und drüber, da sich trotz intensiver Suche des Verbandes kein Verein finden wollte, der bereit war, eben diesen Endkampf auszurichten. Nach etlichen Verwirrungen – in der Woche vor dem Termin des Vorkampfes stand noch nicht fest, in welchem Bad welcher Verein zum Vorkampf anzutreten hatte – lautete dann die Lösung, dass in diesem Jahr allein der Vorkampf über Auf- und Abstieg entscheidet, auch wenn dies dann eventuell über ein Fernduell (wegen der zwei Veranstaltungsorte) geschehen würde. Mit dieser Gewissheit reisten die Schwimmerinnen des SVHS in der gleichen Besetzung des Vorjahres nach Bonn. Am Start waren Birgit Traut, Daniela Gageik, Elke Hagedorn, Laura Flöter sowie die Schwestern Raphaela, Rebecca und Viviane Caspers.

Julia Langen hatte aufgrund ihrer guten Trainingsleistungen zwar zum Team aufgeschlossen und war als Option zwischenzeitlich eingeplant, hatte aber das Pech, dass sie mit ihren Paradedisziplinen – den langen Freistil- sowie den Rückenstrecken – gerade die Strecken abdeckte, die mit den Punktegaranten Elke und Birgit bereits hervorragend besetzt waren.

Den ganzen Wettkampftag über ging es hin und her zwischen Platz vier und fünf, aber dank zweier persönlicher Bestzeiten von Viviane über 50m und 100m Rücken sowie einem starken Rennen von Elke über 400m Freistil lag der SVHS nach dem Ende des ersten von zwei Durchgängen mit recht komfortablen 280 Punkten Vorsprung auf den WSC Lindlar auf Position vier. Die Zwischenergebnisse aus Übach-Palenberg, wo die anderen fünf Landesligisten den Vorkampf parallel austrugen, zeigten jedoch, dass die Mannschaft aus Jülich sich wie vermutet ein Kopf-an-Kopf-Fern-Duell gegen den Abstieg lieferte. Hauchdünne 18 Punkte trennten sie und den SVHS zur Halbzeit. Und zum ersten Mal machte sich ein Hauch von Klassenerhaltsglauben unter den sieben Schwimmerinnen breit. Sollte das Unmögliche doch möglich sein?

Bis in die Haarspitzen unter den Badekappen motiviert ging es in den zweiten Durchgang des Tages. Die Vorbereitungen schienen von Erfolg gekrönt. Mit dem vierten Platz in der eigenen

Gruppe durch den Sieg gegen den Abstiegskonkurrenten Lindlar war der erste Schritt getan. Jetzt fehlten nur noch die Ergebnisse der zweiten Gruppe. Die ließen auf sich warten und wurden erst zwei Tage später veröffentlicht. Jeder, der sie im Internet entdeckte, rechnete erst einmal ungläubig nach, doch dann stand fest: Die Mannschaft aus Jülich hatte 78 Punkte (das entspricht weniger als einem halben Prozent der Gesamtpunktzahl – also einem Wimpernschlag pro Strecke) mehr erzielt, damit den rettenden 8. Platz und den Klassenerhalt erreicht und …die Mannschaft des SVHS war abgestiegen. Das Abenteuer Landesliga war zu Ende.

Aber: Abenteuer Landesliga – Teil 2

Einen Tag nach Veröffentlichung der Ergebnisse der Vorkämpfe (die in diesem Jahr mangels Ausrichter ja gleichzeitig Endkämpfe sein sollten) verschickte der Verband eine Einladung zu…den Endkämpfen?!? Kurzfristig hatte sich doch noch ein Ausrichter gefunden, so dass die Auf- und Abstiegsrunde wie üblich ausgetragen werden konnte. Damit war der SVHS doch noch nicht abgestiegen. Aufgrund des knappen Ergebnisses des Vorkampfes keimte erneut Hoffnung auf, die Mannschaften aus Jülich und Lindlar besiegen zu können.

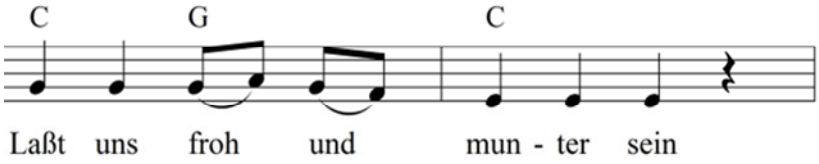
Auf ging es nach Duisburg, allerdings sehr langsam – Stau. Ortsfremd und ohne Karte, dafür aber mit Handykontakt zum zweiten Auto fanden wir schließlich unseren Weg ins Bad, und dies auch noch pünktlich. Im Gegensatz zu einigen anderen. Zunächst gab es eine heftige Diskussion zwischen dem Veranstalter und den Mannschaftsbetreuern, ob denn aus Gründen der sportlichen Fairness mit dem Beginn des Wettkampfes noch gewartet werden solle, letztlich entschied man dann aber auf einen pünktlichen Beginn. Durch den Stau war die SG Schwimmteam Köln zunächst nur mit drei Schwimmerinnen am Start, die sich die Strecken untereinander aufteilen mussten. Diese Schwächung sorgte dafür, dass die Kölner plötzlich auch abstiegsgefährdet erschienen und aus dem Drei- ein Vierkampf wurde. Als die Kölnerinnen allerdings wieder komplett waren, änderte sich dieses Bild jedoch wieder schnell.

Wie im Vorkampf zeigten sich die Lindlarer schwächer als die SVHS-Schwimmerinnen, sie lagen relativ deutlich auf dem letzten Rang. Es kam zum Duell SV Horrem-Sindorf – Waspo Jülich.

Als sich im Verlauf der Wettkämpfe abzeichnete, dass die Jülicher Schwimmerinnen wenn auch nicht deutlich, so doch eben einen Hauch besser waren und auch noch eine etwas umstrittene Entscheidung des Schiedsrichters zu ihren Gunsten gefällt wurde, war die Moral ein wenig gebrochen. Der Rückstand auf den rettenden Platz 3 der Abstiegsrunde (als Platz 8 der gesamten Liga) vergrößerte sich zunehmend und fiel am Ende mit fast 400 Punkten doch etwas zu deutlich aus.

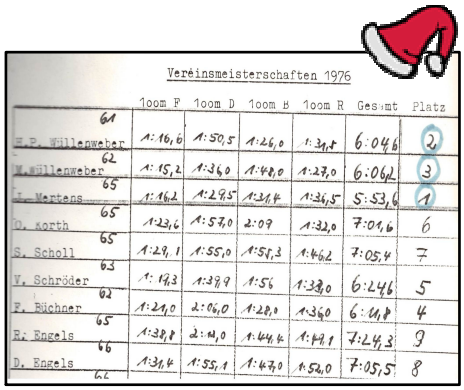
Bleibt zu sagen, dass auch wenn das „Projekt Klassenerhalt“ am Ende erfolglos geblieben ist, in diesem Fall zumindest das olympische Motto steht. Und wenigstens in Bezug auf das Outfit waren wir ganz klar landesligatauglich: Gerade noch rechtzeitig zum Saisonhöhepunkt waren die Mannschaftstrikots fertig geworden – dem WM-Jahr entsprechend im Fußballlook mit Spielernummer und –name.

Wer jetzt noch glaubt, Schwimmen wäre nur langweiliges Kachelzählen für Menschen, die gerne mal den Kopf in den Sand bzw. ins Wasser stecken, der sollte einfach mal beim Training unsere Wettkampfschwimmer vorbei kommen – oder sie bei den nächsten DMS anfeuern.
Übrigens: Würde einer unserer Wettkampfschwimmer beim Training wirklich die Kacheln zählen, über die er hinweg schwimmt, käme er in einer Trainingswoche auf etwa 42.000 Kacheln. Weil das aber wirklich zu langweilig ist, sind die meisten Schwimmbäder heutzutage mit einer Edelstahlwanne ausgekleidet. Es gibt im Becken keine Kacheln mehr.



Spätestens, wenn bei Kerzenschein am Beckenrand dieses Lied erklingt, weiß jeder im Bad: Gleich komme ich, der Nikolaus! Und dabei ist es egal, ob jeder Ton getroffen wird, nur laut und voller Inbrunst muss gesungen werden. Denn nur, wenn ich euch auch schon von ganz weit weg höre, finde ich den Weg zu euch. Man weiß ja sonst nie, in welchem Schwimmbad ihr in diesem Jahr eure Bahnen zieht, schließlich habe ich euch schon in sooooo vielen Bädern besucht.

Seit über 40 Jahren gibt es im Schwimmverein Horrem-Sindorf nun schon euren vereinsinternen Schwimmwettkampf, den ihr nach mir benannt habt. Euer Trainer Heinz Scholl hatte damals diese gute Idee. Angefangen haben wir im Sindorfer Hallenbad. Ich erinnere mich nicht mehr ganz genau, aber ich glaube, das war 1976 – oder vielleicht 1977. Das waren schöne Erlebnisse! Manches Mal musste ich unter meinem weißen Bart ganz schön schmunzeln, wenn bei der Vorstandsstaffel als Showeinlage nicht alle Starter eindeutig als Mitglieder eines „Schwimm“-Vereins zu erkennen waren. Das machten die Kinder häufig viel besser.



Vereinsmeisterschaften 1976

		100m F	100m D	100m B	100m R	Gesamt	Platz
H.P. Willenweber	61	1:16,6	1:50,5	1:26,0	1:31,8	6:04,6	2
M. Willenweber	62	1:15,2	1:34,0	1:48,0	1:27,0	6:06,2	3
L. Martens	65	1:16,2	1:29,5	1:31,4	1:34,5	5:53,6	1
D. Korth	65	1:23,6	1:57,0	2:09	1:32,0	7:01,6	6
S. Scholl	65	1:29,1	1:55,0	1:58,3	1:46,2	7:05,4	7
V. Schröder	63	1:19,3	1:39,9	1:56	1:33,0	6:24,6	5
F. Büchner	62	1:21,0	2:06,0	1:28,0	1:36,0	6:11,8	4
R. Engels	65	1:38,8	2:14,0	1:44,4	1:47,1	7:24,3	9
D. Engels	66	1:31,4	1:55,1	1:47,0	1:54,0	7:05,5	8

Die Kleinsten, die damals ja noch im Clemensbad übten, haben hier gezeigt, dass sie schon eine 25m-Bahn schwimmen können. Wie aufgeregt sie waren – manche von ihnen waren zum ersten Mal in diesem für sie unglaublich großen Schwimmbad. Und die Älteren haben den Vereinsmeister und natürlich auch die Vereinsmeisterin ausgeschwommen. Die Strecken, die dafür zu absolvieren waren, haben sich in den Jahren mehrfach verändert. Mal konnte sich jeder einige seiner Spezialstrecken aussuchen, mal mussten 200m Lagen dabei sein, mal waren es 100m-Strecken, mal die 50m. Heute sind es 400m Freistil und alle vier 50m-Strecken. Bin ich froh, dass ich meistens mit einem Schlitten über gefrorenes Wasser fahren kann, das wäre mir viel zu anstrengend! Als Zuschauer ist es ein spannender Mehrkampf, bei dem am Ende nicht ein Spezialist, sondern der Vielseitigste unter euch von mir den Pokal überreicht bekommt.

Seit ihr in dem neuen Kerpener Hallenbad schwimmt, bin ich ganz begeistert, was die jüngsten Teilnehmer im Wasser zeigen: Als Kraken, Seesterne oder Frösche geht es schließlich nicht nur um Tempo, sondern auch um die saubere Technik, das Tauchen und etwas Theorie. Da wird auch mal ein Bild von mir im Schwimmbad gemalt. Toll! Und beim Tauchen findet ihr im Wasser Zebras, Affen und Tiger. Das sieht nach einem großen Spaß aus. Ihr könnt alle stolz sein auf das, was ihr da von eurem Können zeigt. Selbst wenn ihr nicht ganz oben auf dem Treppchen steht und einen Pokal mit nach Hause nehmen könnt.

Nur eins solltet ihr vielleicht mal ändern: Die Temperatur in eurem Schwimmbad. Das ist vielleicht eine Hitze! Hans Muff kommt deswegen schon gar nicht mehr mit ins Bad (Er ist aber eh immer so grummelig). Unter meinem dicken Mantel ist mir immer so heiß, selbst wenn ich inzwischen meine Stiefel gegen luftige Badeschlappen getauscht habe. Wenn ihr gut aufpasst, erwischt ihr mich vielleicht auch mal in der Badehose.

Bis zum nächsten Mal, Euer

Nikolaus

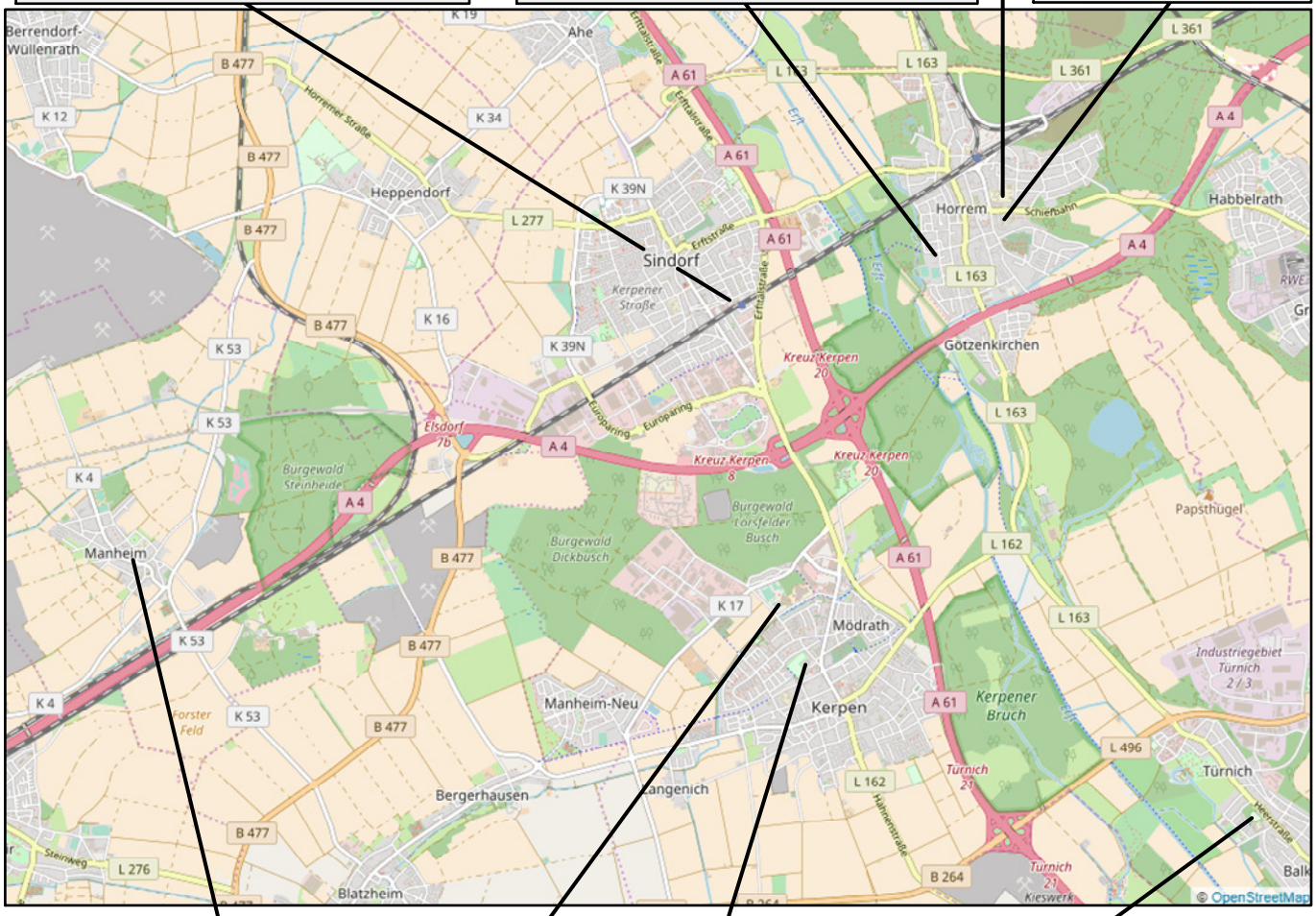
Schwimmbäder in Kerpen (1968 – 2018)

Hallenbad im Kloster der Salvatorianerinnen, Horrem

Hallenbad, Sindorf

Freibad, Horrem

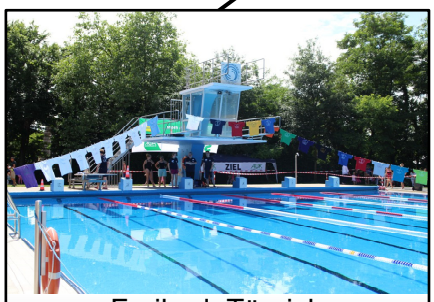
Clemensbad, Horrem



Hallenbad, Manheim

Neues Hallenbad, Kerpen

Altes Hallenbad, Kerpen



Freibad, Türnich

Das preventions-Konzept Rücken
für Betriebliches Gesundheitsmanagement

- Vermessung vor Ort
- Rücken-Scan
- Fuß-Scan
- Messung von Körperwerten (BIA)
- Ernährungsempfehlungen
- Trainings-Hilfsmittel
- Trainingsempfehlungen zur Rückenstärkung
- Angaben med. zertifiziert von Prävention und Sport, Köln
- Personalisierte Sport- und Alltags Einlegesohlen

BGM

Christoph Vaudlet Medizintechnik GmbH . Augustinusstraße 9c . Frechen 50226
0800-22 77 833 . info@pretergo.de . www.pretergo.de

Wie der Elch ins Schwimmbad kam

Vielleicht habt ihr euch darüber auch schon gewundert: Warum gibt es bei den Schwimmern eigentlich diesen Elch-Cup? Klar – damit wird im Rahmen des Nikolausschwimmens der Schwimmer des SV Horrem-Sindorf ausgezeichnet, der sich im laufenden Jahr am meisten verbessert hat. Aber woher hat der Elch-Cup seinen Namen? Steckt da vielleicht irgendeine merkwürdige Amerikanisierung dahinter und beim SVHS kommt der Nikolaus auf einem Elch ins Bad geritten? Oder wurde der erste Pokal von einem Herrn Elch gestiftet? Oder haben wir vielleicht einen schwedischen Partnerverein? Alles falsch. Der Elch hat seinen Weg ganz anders ins Schwimmbad gefunden.

Mitte der 90er Jahre wurde in Brühl ein neuer Wettkampf ins Leben gerufen, ein Langstreckenmeeting. Dort wurden Strecken geschwommen, die es nicht in das Programm offizieller Meisterschaften schaffen – zum Beispiel 500m und 1.000m Freistil. Das hat natürlich noch immer nichts mit einem Elch zu tun.
Auch nicht, dass dieser Wettkampf den Zusatznamen „Nudelschwimmen“ hatte, weil alle Wasserratten vom Veranstalter auch kulinarisch gut versorgt wurden. Aber es gab doch leckere Nudelgerichte und kein Elchgulasch. Also ist das auch noch nicht die Lösung.

Es war so: Zu dem ersten Nudelschwimmen war der SV Horrem-Sindorf nicht nur mit einer großen und hungrigen, sondern offenbar auch mit einer gut trainierten und motivierten Mannschaft angereist. Und jeder Schwimmer, der es auf das Siegertreppchen schaffte, wurde mit der obligatorischen Urkunde belohnt. Und: mit einem kleinen Stofftier-Elch! So kam es, dass auf dem Weg nach Hause neben jeder Menge guter Laune auch eine große Herde Elche ihren Weg nach Horrem und Sindorf fand. Damit hatten die Schwimmer ihr neues Maskottchen. Die Elche waren die ständigen Begleiter auf den Wettkämpfen. Und es wurden immer mehr. Und die Elche wurden immer größer. Offenbar sind Elche wahre Wasserratten. Sogar auf dem Sprungturm im alten Kerpener Hallenbad wurde ein Elch gesichtet.

Einige Jahre später brachte auch der Nikolaus beim Nikolausschwimmen für jedes Kind einen kuscheligen Elch mit. Klar, dass dann auch ein Pokal nach ihm benannt wurde.

In den letzten Jahren wurde der Elch wieder seltener im Schwimmbad gesehen. Aber beim Elch-Cup ist er immer dabei.

50 Jahre – 50 Erinnerungen

50 Jahre – 50 Erinnerungen

Gymnastik im SVHS
oder
Die „Montagsgruppe“ und die „Mittwochsgruppe“
Ein völlig subjektiver Blick eines Außenstehenden

Wer wie ich in den 80er-Jahren im SV Horrem-Sindorf aktiv war, der kam an einem nicht vorbei: Dem Mythos der „Montagsgruppe“ und dem der „Mittwochsgruppe“.

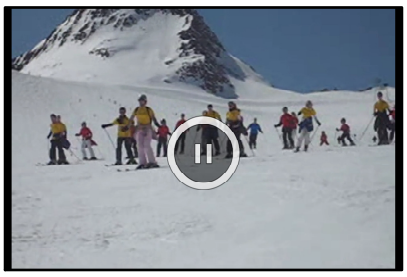
Man konnte sich sicher sein: Galt es, eine Sportveranstaltung zu organisieren, für den Stand am Horremer Weihnachtsmarkt einen Kuchen zu backen oder bis tief in die Nacht in den Mai zu tanzen – eines stand fest: Die Teilnehmer der Gymnastikgruppen Montags- und Mittwochsabend waren an vorderster Front zur Stelle. Ich erinnere mich, wie ich selbst während meiner „Schicht“ am Weihnachtsmarktstand von einer mir damals unbekannten Dame, die ebenfalls eine Kuchenspende abgeben wollte, darauf hingewiesen wurde, dass sie von der Montagsgruppe sei. Das fand ich in diesem Moment etwas befremdlich. Was war denn so besonders daran? Wenn ich jedoch danach und auch noch heute im Wellenreiter oder in anderen alten Unterlagen blättere und einen Artikel von manch einer Radtour oder einem anderen Fest dieser Gruppen entdecke, erkenne ich auf den Bildern viele Menschen, die auch als Helfer auf den Bildern von anderen Veranstaltungen zu sehen sind.

Die Gymnastikgruppen montags und mittwochs waren in diesen Jahren wie der Grundstock des Vereins. Sie wurden über viele Jahre durch Werner Müller als Nachfolger von Dieter Schellhas und Hubert Klein mit viel Freude und persönlichem Einsatz geleitet. Häufig waren über diese Gruppen ganze Familien im Verein: die Kinder waren Schwimmer, die Eltern gingen zur Gymnastik bei Werner oder Hubert. So entstanden zahlreiche Freundschaften unter den Familien über den wöchentlichen Sport hinaus. Hier lebte man nicht nur das kölsche Motto „Drink doch ene met“ sondern auch – im positiven Sinne: „Man kennt sich, man hilft sich“.

Für mich sind diese beiden Gruppen ein hervorragendes Beispiel, wie sich durch besondere Übungsleiter besondere Gruppen und ein liebenswertes Vereinsleben entwickeln. Ich weiß, dies sind nicht die einzigen Gruppen im Verein, die über den Sport hinaus besondere Werte leben und erleben. Aber in meiner Vereinsjugend waren diese für mich prägend für den Verein.

Auch heute gibt es noch den Sport für Erwachsene am Montag und am Mittwoch (und an vielen anderen Tagen). Else Carstensen füllt die Fußstapfen ihrer Vorgänger hervorragend aus. Auch hier gilt ganz klar – SV Horrem-Sindorf: Wir sind in Bewegung!

Übrigens: Einen Beweis dafür, wie SVHSler auch außerhalb von Sporthallen und Schwimmbädern zusammen gehören, ist hier zu sehen



QR-Code Anleitung:
1. Einmalig QR-Reader-App laden
2. QR-Code scannen
3. Video ansehen

Wie viele Kitri-T-Shirts wedeln hier eigentlich?

Fasziniert von Faszien

Liegen und Sitzen sind meine häufigsten Körperhaltungen im Alltag geworden. Aber wir alle wissen, wer rastet, der rostet. Man wird steif und ungelenkig. Deshalb besuche ich (fast) jeden Mittwoch die Sportgruppe „Fitness für den Rücken“, die von der Übungsleiterin Else Carstensen in der alten Dreifach-Sporthalle geleitet wird. Und wenn es am Mittwoch mal nicht klappt, kann ich am Montag in die Mühlenfeldschule ausweichen. Oft muss ich meinen „inneren Schweinehund“ überwinden, um zum Sport zugehen. Danach bin ich aber immer froh, wenn alle Muskeln – auch solche, die ich nun spüre und von denen ich nicht wusste, dass es sie überhaupt gibt – aufgelockert sind.

„Sport härtet ab“, sagt der Volksmund. Britische Forscher haben nachgewiesen, wer sich regelmäßig bewegt, ist weniger anfällig für Infektionskrankheiten wie Grippe und Erkältung. Während der körperlichen Anstrengung gerät der Kreislauf in Wallung, das Herz pumpt mehr Blut durch die Gefäße und damit kommen auch die Immunzellen in Schwung. Vielleicht sollten wir alle auch dies beherzigen, bevor uns die nächste Grippewelle heimsucht.

Wer unter Strom steht, dem fällt es abends oft schwer, zur Ruhe zu kommen. Sport killt die Stresshormone und nach sportlicher Anstrengung kann man meist besser einschlafen.

Oft glauben wir, dass Rückenschmerzen aus Verspannungen resultieren, legen uns in die heiße Badewanne und hoffen, dass die Muskeln wieder locker werden. Doch meist sind gar nicht die Muskeln schuld, sondern unser Bindegewebe, genauer gesagt: unsere Faszien. Und die brauchen Bewegung statt Ruhe. Je älter wir werden, umso unelastischer sind unsere Faszien - wenn wir nicht gezielt dagegen antrainieren.

Aus diesem Grund gehört bei Else auch das Faszientraining unbedingt zum Sportprogramm. Sport macht klug: Auch das Gehirn erhält eine Extraportion Sauerstoff. Es schüttet vermehrt das Kreativitätshormon ACTH aus. Dieses Hormon senkt den Blutdruck, weckt den Geist und verbessert Konzentration und Denkleistung. Worauf wartet ihr noch? Schaut mal vorbei.

Sportabzeichen im SVHS: Fit geprüft von 8 bis 80
Georg Karkowski im Gespräch mit Eberhard Nagel

Zur Person: Eberhard Nagel ist seit 1974, also 44 Jahre, Mitglied im Verein. Mitte der 70er Jahre und von 1995 bis 2005 war er 2. Vorsitzender im SVHS. Seit 1974 ist er Teilnehmer der Sportabzeichengruppe, die er seit 1977 organisiert und leitet. Bisher hat er selbst 44-mal das Deutsche Sportabzeichen erworben. Außerdem ist er seit Beginn der Triathlon-Veranstaltungen für Erwachsene und Kinder bei diesen als verlässlicher Helfer im Einsatz.

Georg:
Hallo Eberhard, im Frühjahr 1974 wurde im SVHS eine Sportabzeichen-Gruppe gegründet, die damals noch von Hubert Klein und Hermann Grams betreut wurden. Bereits in diesem Jahr hast du dein erstes Deutsches Sportabzeichen in Gold erworben. Wie wurde diese Gruppe zu deinem Steckenpferd?

VERLEIHUNGSURKUNDE

Nummer

74/01966

Herrn

Eberhard NAGEL

wird hiermit,
nachdem die Bedingungen der fünf Gruppen erfüllt sind,
das

DEUTSCHE SPORTABZEICHEN

in Gold

verliehen

DEUTSCHER SPORTBUND

Präsident

Duisburg

31. Dez. 1974

Ausgefertigt durch:

Eberhard:
Seit 1974 habe ich mit Freude regelmäßig selbst das Sportabzeichen erworben. Mein direkter Vorgänger, Dieter Malcher, musste 1997 beruflich bedingt den Rhein-Erft-Kreis verlassen. Also habe ich im selben Jahr die Berechtigung zur Abnahme des Sportabzeichens erworben und bin seit dem ohne Unterbrechung als Organisator, Leiter und Prüfungsberechtigter für den SVHS im Einsatz. Beim Übungsbetrieb werde ich von Studenten/innen der Sporthochschule in Köln unterstützt. Da das Vorbereitungstraining im Freien stattfindet, beschränkt sich der Übungsbetrieb auf die Monate April bis September.

Georg:
Was muss ich mir unter dem Deutschen Sportabzeichen vorstellen?

Eberhard:
Das Deutsche Sportabzeichen ist der ideale Fitnesstest für Jede und Jeden. Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Aus jeder dieser Disziplingruppen muss eine Übung erfolgreich abgeschlossen werden. Innerhalb der Disziplingruppe Ausdauer z. B. kann der Teilnehmer beim SVHS zwischen Dauerlauf, Walking oder Schwimmen frei wählen. Die geforderten Leistungen sind natürlich nach Geschlecht und Altersgruppen gesondert festgelegt. Interessenten können sich telefonisch bei mir melden, um z. B. die alters- und geschlechtsspezifischen Anforderungen zu erfragen.

Georg:
Wer ist die Zielgruppe, wo findet die Vorbereitung statt und wie viel Sportabzeichen nimmst du jährlich ab?

Eberhard:
Unsere Teilnehmer/innen sind im Alter von 8 bis 80 Jahren, also ein sehr großes Spektrum. Jeder kann das Deutsche Sportabzeichen – den Fitnessorden für alle Altersklassen und Zielgruppen – in Bronze, Silber oder Gold erwerben, unabhängig vom Alter, dem Geschlecht oder der Mitgliedschaft im SVHS. Zum Vorbereitungstraining treffen wir uns in der hellen Jahreszeit jeden Freitag auf dem Sportplatz am Schulzentrum Horrem-Sindorf. In den letzten 5 Jahren habe ich jährlich zwischen 27 und 31 Sportabzeichen abgenommen. Zur Verleihung der Sportabzeichen treffen wir uns dann immer im gemütlichen Rahmen. Dann können wir auch gleich zusammen auf die Leistungen anstoßen. Das Gesellige soll ja schließlich nicht zu kurz kommen.

Yoga – Balsam für Körper und Seele

2005 wurde Samba zum Tanz des Jahres erklärt, Lance Armstrong gewann die Tour de France zum 7. Mal in Folge und im Schwimmverein Horrem-Sindorf startete Elke Dettmer die Leitung ihrer ersten Yoga-Gruppe.

Elke woher kam die Idee, Yoga beim SVHS anzubieten?
Der SVHS hatte die Idee, sein Angebot um Präventionskurse zu erweitern. Da unsere Familie dem Verein durch aktive Teilnahme am Kursprogramm bekannt war, wurde ich gefragt, ob ich Interesse hätte, einen Yogakurs anzubieten. Zu dem Zeitpunkt schloss ich meine Yogalehrerausbildung in Köln ab. Die Idee hat mir gefallen, direkt einen Kurs zu übernehmen und ich war gespannt auf die Resonanz.

Welche Yoga-Form/en bietest du an?
Das ist in erster Linie Hatha-Yoga, ein ganzheitlicher Yogastil, in dem Entspannung, Atmung, Konzentration/ Meditation und Körperübungen zur Kräftigung und Förderung der Flexibilität praktiziert werden.

Was ist das Ziel deines Unterrichts?
Ich möchte vermitteln, was mich selbst seit fast 30 Jahren begeistert: Yoga schult achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen; ein Leben in Bewusstheit. Dazu gehört es, den Körper achtsam und bewusst nach den eigenen Möglichkeiten zu trainieren; gesund zu atmen; tief zu entspannen.

Heute wird Yoga mit großem Elan in drei Gruppen praktiziert, in denen es kaum Fluktuation gibt. Da die besten Richter ja immer noch die Teilnehmer selbst sind, lassen wir sie hier natürlich auch mal zu Wort kommen:

„Mir gefällt, dass ich für 90 Minuten alles außen vor lassen und zur Ruhe kommen kann. Es hat zwar etwas gedauert, aber ich bin in vielen Dingen viel gelassener geworden. Außerdem tun mir die Übungen für den Rücken sehr gut."

„Yoga ist definitiv mehr als Turnübungen und Entspannung. Es vermag dein Leben zu verändern, deine Sicht auf die Dinge, deine Sicht auf dich, auf deinen Körper und auf deinen Geist."

„Yoga sorgt für ein Gleichgewicht von Körper und Geist. Mir gefällt sehr, dass hierbei die "sportliche" Note mit Wissenswertem über die körperlichen und mentalen Eigenschaften und Zusammenhänge kombiniert wird - so wie es im tatsächlichen Leben schließlich auch ist.“

„11/2 Stunden nur für mich, zur Ruhe kommen, keinen Anforderungen gerecht werden müssen, sondern nur so weit es mir gut tut und die vielen netten Leute in meinem Kurs. Aber das Beste ist unsere Kursleiterin – sie hat immer so tolle Ideen und es gibt immer wieder Neues zu entdecken.“

„Besonders beeindruckend finde ich, dass man, egal in welchem Alter und in welchem Fitnesszustand man ist, immer mit Yoga beginnen kann und immer einen „Trainingsfortschritt“ erzielt.“

Was ist dein „besonderes Highlight“?

„Ein liebgewonnenes Ritual, das Mantra-Singen zu Beginn jeder Stunde, konnte ich meinen Kindern weitergeben: Als Gutenachtlied in Sanskrit gesungen. Kinder lernen rasend schnell, wofür ich mein Gedächtnis wochenlang trainieren musste.“

„Der Sonnengruß mit Begleitung von Elke auf dem Harmonium. Das könnte ich gefühlt Stunden lang machen. Aber eine CD statt Harmonium tut es auch.“

„Jeder Donnerstagabend, an dem ich zum Yogakurs gehen kann, denn die Übungsstunde ist immer genau so aufgebaut, wie ich es gerade brauche. 1,5 Stunden Yoga fühlen sich anschließend an wie eine Woche Urlaub.“

„Mein besonderes Highlight ist, dass Elke wirklich ein Yogi ist und irgendwie spürt was uns gerade gut tut. Leider sind die Yogastunden immer viel zu schnell vorbei.“

„Nach der Yogastunde fühlt man sich leicht und beschwingt – also Balsam für Körper und Seele.“

ALA CARTE

www.catering4all.de & www.kochschule-koeln.de

Triathlon im SVHS

Eines Tages, man schrieb das Jahr 1984, geschah etwas Merkwürdiges. Einige sonderbare Gestalten stellten sich nach dem Schwimmtraining nicht etwa unter die Dusche, um anschließend ein „kühles Blondes“ trinken zu können, nein, vielmehr schlüpften sie eilig in Radlerkleidung, schwangen sich auf ihre Rennräder und brausten davon. Damit nicht genug. Später konnte man beobachten, wie sie ebenso eilig die Radlerkluft gegen den Läuferdreß tauschten und ruckzuck im Parrig verschwanden.

Auf ihr ungewöhnliches Tun angesprochen, erzählten sie von der Faszination des Ausdauersports, von mächtig viel Spaß und nannten den Begriff: TRIATHLON !!

Triathlon? Was ist das? Das war damals eine oft gestellte Frage. Denn der Dreikampf aus Schwimmen, Radfahren und Laufen war zu der Zeit eine ganz neue, noch sehr junge Sportart, die noch nicht sehr bekannt war. Bestenfalls hatte man mal etwas vom Ironman, dieser spektakulären Veranstaltung auf Hawaii, gehört. Deren erste Austragung 1978 gilt allgemein als Geburtsstunde des Triathlonsports. Seit 1982 gibt es Veranstaltungen auch in Europa.

Damals gab es noch keine Strukturen, weder einheitliche Regeln und Streckenlängen, noch einen Sportverband, der über die Einhaltung wachen konnte. Wettkämpfe wurden von privaten „Investoren“ nach ihren Regeln durchgeführt.

Dieser Zustand änderte sich schnell, so dass die eingangs erwähnten „sonderbaren Gestalten“, aus denen 1987 die Triathlongruppe hervorgegangen ist, ihren Sport unter weitgehend geregelten Rahmenbedingungen ausüben konnten. Das taten sie ausnahmslos als Breitensportler, mehr oder weniger intensiv, aber immer mit Freude und Begeisterung. Dabei waren gute Leistungen jedoch kein Tabu.

Diese wurden erbracht – immer wieder auch unter Beteiligung von Mitgliedern der Sonntags- und Mittwochslauftreffs – bei unzähligen Einzelstarts bei diversen Ausdauersportveranstaltungen und –wettkämpfen wie z. B.: Volksläufen von 10 km bis Marathon, Radtouristikfahrten bis 120 km, Schwimmen längerer Strecken, Duathlons und Triathlons bis Mitteldistanz. Darunter ragt die Qualifikation und Teilnahme von Heiko Baumann und Alexander Eckhardt an den Deutschen Meisterschaften im Duathlon 1992 heraus. 1994 nahm Manfred Baumgarten sogar am Ironman in Roth teil.

Besonders nachhaltig sind vielen die Mannschaftswettbewerbe in Erinnerung, z. B. gemeinsam mit den Schwimmern die 10 x 50m Freistil-Staffel in Bonn, der Staffelmarathon „Rund um Pulheim“, der DKV-Lauf (ein 5er-Team muß geschlossen 15 km laufen) und der 12-Stundenlauf von Brühl, bei dem ein fünfköpfiges Team möglichst viele km schaffen musste.

Herrenteam DKV Lauf 1993

Das SVHS-Team erlief stolze 176 km!

1993 war hier das erfolgreichste Jahr des SVHS beim DKV-Lauf: Wir konnten zusammen mit den Lauftreffs eine Damen- und drei Herrenmannschaften stellen.
Die 1. Herrenmannschaft siegte und gewann den DKV-Laufschild, den bisher einzigen Pokal für den SVHS im Bereich Ausdauersport.

Der Höhepunkt in der Entwicklung der gesamten Abteilung waren die Jahre 1995/96, in denen wir mit einer Mannschaft in der Triathlon-Landesliga West gestartet sind. Leider fand dieser positive Trend 1997 ein jähes Ende, weil innerhalb weniger Monate die allermeisten Mitglieder aus beruflichen Gründen nicht mehr im SVHS aktiv sein konnten, so dass sich die Abteilung auflöste.

Damenteam DKV Lauf 1993

Die Erinnerungen und den Kontakt innerhalb dieser Gruppe gibt es aber heute noch. Wenn sich „Ehemalige“ mal begegnen, gibt es bei den Gesprächen fast immer eine Rubrik „Weißt du noch“ oder „Wisst ihr noch“.

So z. B. Rene Schauff: Wisst ihr noch, dass Wolfgang Zielinski (Gründungsmitglied der Gruppe) beim „Buchenhöhentriathlon“ mit einem Tourenrad und einem „Pittermännchen“ auf dem Gepäckträger allen davon geradelt ist?

Oder Andrei Nass: Wisst ihr noch, dass wir in einer Sonderaktion Dachlatten besorgt, zurecht-geschnitten und dann daraus die Radständer für den Kindertriathlon gebastelt haben? Die Ständer sind heute noch im Einsatz.

Oder Andreas, einer der Donner-Brüder: Wisst ihr noch, dass wir 1991 bei unserem ersten „Trainingslager“ in Meinerzhagen in der Pension eines befreundeten Ultra-Langläufer-Paares gewohnt haben und zähneklappernd vom Besuch der Attahöhle zurückkamen? Wir hatten natürlich keine warme Kleigung dabei.

Oder Wolfgang Zielinski: Wisst ihr noch, dass ich beim 12-Stunden-Lauf in Brühl nach der üblichen 2 km langen Vollgasrunde noch eine weitere dranhängen mußte, nur weil Alfred Cermann (Gründungsmitglied) zu spät zur Wechselmarke kam? Ich hätte ihn würgen können, aber nach der Tortour fehlte mir einfach die Energie.

Oder Alfred Cermann: Wisst ihr noch - die Story mit dem durchgeknallten Busfahrer? Die geht so:
Auf dem Weg nach Bütgenbach fuhren wir in einer Gruppe auf der Bundesstraße in Höhe von Vettweiß zu zweit nebeneinander. Lutz Königs fuhr neben mir und erklärte mir wiedermal die Welt. Von hinten kam ein Schulbus heran.

Trainingslager Meinerzhagen 1991

Der Fahrer hupte mehrmals und war sehr aufgeregt. Einer von uns zeigte ihm – wohl eher im Reflex – den langen Mittelfinger. Daraufhin machte der mit Kindern vollbesetzte Bus fast eine Vollbremsung. Der Fahrer stürzte mit Unterhemd bekleidet heraus und stellte sich uns mit ausgebreiteten Armen wütend in den Weg. Wir konnten gerade noch so an ihm vorbeifahren. Er sprang in den Bus und verfolgte uns.

In unserer Not bogen wir in einen Feldweg ab, er aber mit seinem Bus und drohend geballter Faust immer hinterher. Unsere Rettung war ein schmaler Feldweg, den er nicht befahren konnte, denn lange hätten wir das Fluchttempo nicht mehr durchhalten können.
So kamen wir, noch bevor das Trainingslager begann, schon zu unserer ersten, zusätzlichen Powereinheit.

Das andere große Betätigungsfeld der Abteilung war die Durchführung eigener Triathlonveranstaltungen. Das war wegen der komplexen Organisation und damit verbundenem großen Bedarf an freiwilligen Helfern ohne die Beteiligung des ganzen Vereins nicht möglich. Der „Kerpener Triathlon“, 1989 erstmals ausgetragen, war sogar nur als Gemeinschaftsprojekt mit dem SSK Kerpen zu verwirklichen.
Er umfaßte einen Jedermann über 500m Schwimmen, 20km Radfahren und 5km Laufen mit Stadtmeisterschaftswertung und eine Kurzdistanz über 1000m / 40km / 10km. Durch die reibungslose und an den Bedürfnissen der Aktiven ausgerichtete Durchführung hatte sich unsere Veranstaltung bei den ca. 350 Startern schnell einen sehr guten Ruf erworben.

Bei der 5. Austragung wurde zusätzlich ein Kindertriathlon angeboten.
Bald darauf endete aber die Zusammenarbeit mit dem SSK. Sozusagen aus der Konkursmasse übernahm der SVHS den Kindertriathlon und führt ihn bis heute in Eigenregie weiter.

Die Idee zum späteren SVHS-Jedermann-Triathlon entstand aus dem Wunsch einiger Helfer, an einer eigenen Veranstaltung auch mal selbst teilnehmen zu können. Der Organisationsaufwand mußte also möglichst klein und die Anforderungen für die Nichtausdauersportler nicht zu hoch sein. So kam man auf die Distanzen 300m / 19km / 4km und die Möglichkeit, die drei Disziplinen zu zweit oder zu dritt aufteilen zu können. Der niedrige Orga-Aufwand war nach der Premiere 1996 nicht lange durchzuhalten, denn durch die Teilnahme auch von Freunden und Bekannten wuchs die Starterzahl rasch auf 50 – 60 an. Nach dem Zieleinlauf begann, nach einer kurzen Duschpause, sofort der nächste Dreikampf, dem man sich genau so intensiv hingab und der nicht unerheblich zum besonderen Reiz der Veranstaltung beitrug. Die Disziplinen waren Essen, Trinken und „Schwade“. Ende offen.

So schildert Georg Karkowski als Teilnehmer seine Eindrücke:
„Beim siebten SVHS-Jedermann-Triathlon bin ich zum vierten Mal dabei. Diesmal wieder als Einzelkämpfer, nachdem ich mir die drei Disziplinen auch schon mal mit meiner Frau Kornelia geteilt hatte.“

Treffpunkt ist die Grillhütte am Schulzentrum Horrem-Sindorf. Insgesamt gehen 54 Teilnehmer an den Start. Davon 23 Einzelkämpfer, 5 Zweier- und 7 Dreier-Teams. Mir fällt auf, dass die Veranstaltung zunehmend auch von unseren Jugendlichen angenommen wird, die fast 50 % der Sportler stellen. Das liegt besonders an der sehr starken Beteiligung unserer Wettkampfschwimmer.

Eberhard Nagel und Dieter Hoffmann checken die Teilnehmerliste und weisen uns ein. Bei optimalem Wetter geht es zum Schwimmen in die Erftlagune. Das Wasser ist eiskalt, aber nun gibt es kein Zurück mehr. 300 m Schwimmstrecke können schon ziemlich lang sein, besonders wenn man, wie ich, die Technik nicht beherrscht. Obwohl ich mich anstrenge, steige ich als vorletzter aus dem Becken. Während ich mich abtrockne und umziehe, ist der Radlerpulk bereits außer Sichtweite.

Triathlon Rheinbach 1982

Beim Radeln gebe ich alles, so dass ich nicht nur aufschließe, sondern den Einen oder Anderen auch hinter mir lasse. Die Strecke ist sehr gut abgesichert. An allen Eckpunkten und markanten Stellen steht ein Streckenposten, der freie Fahrt signalisiert. Ein Verfahren ist damit unmöglich. Sogar der Schlamm unter der A4-Autobahnbrücke wurde in schweißtreibender Handarbeit von Siegfried Roppel beseitigt, damit es dort nicht zu gefährlichen Stürzen kommt.

Zwei Runden lang wechsle ich mich mit dem zwölfjährigen Sebastian Ubber im Windschattenfahren ab, bevor ich nochmals einen Zahn zulege. Noch eine Runde und dann geht es auf die Zielgerade zur Grillhütte.

Am Ziel nehmen mir helfende Hände das Rad ab. Nun ist noch die Laufstrecke bis zum Palazzo Pitti und zurück zu bewältigen. Die ersten tausend Meter glaube ich auf Gummibeinen über die Strecke zu wackeln, bis allmählich das normale Laufgefühl zurückkommt. Mittlerweile glaube ich im Rachen zu verbrennen und freue mich schon auf das „Kölsch“ danach.

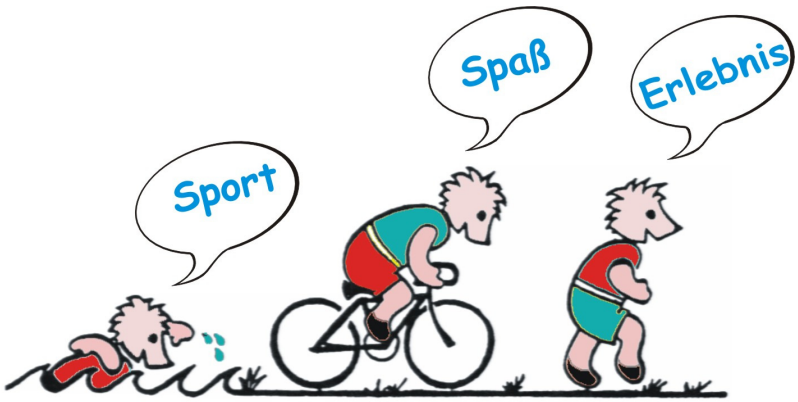
Beim Zieleinlauf werde ich mit großem Applaus von den Zuschauern empfangen. Nachdem ich meinen Brand mit Wasser gelöscht habe, geht es ab unter die Dusche. Danach kommt wie immer der gemütliche Teil in und an der Grillhütte. Mein Fazit: „Eine gelungene Veranstaltung.“

25 Jahre Kerpener Kindertriathlon
Eine Erfolgsgeschichte, erzählt von Dieter Hoffmann

Die Idee, eine Triathlonveranstaltung nur für Kinder ins Leben zu rufen, kam mir 1992, nachdem der SVHS gemeinsam mit dem SSK Kerpen ein paar Jedermann- und Kurztriathlons erfolgreich durchgeführt hatte, für deren Realisierung Hansjörg Willems im SSK und ich im SVHS den Boden bereitet hatten.

Ausschlaggebend für mein Engagement waren meine eigenen Erlebnisse mit dem Triathlonsport. Seit meiner ersten Wettkampfteilnahme 1984 bin ich davon begeistert. Durch die Ausübung dieses Sportes auch in der Triathlongruppe im SVHS habe ich eine Menge tiefer, positiver Eindrücke erfahren und viele schöne Stunden verbracht. Dafür war und bin ich sehr dankbar. Aus diesem Gefühl heraus wollte ich anderen Menschen die Möglichkeit bieten, auch solche Dinge erleben zu können. Nachdem es also bei den Erwachsenen gut klappte, kam mir der Gedanke, dass es doch sinnvoller sei, sehr viel jüngere Menschen anzusprechen. Menschen, deren Persönlichkeit sich noch entwickelt, für die positive Erfahrungen sehr wichtig sind.

Damals gab es nur sehr wenige Kindertriathlons und wenn, waren es Anhängsel an Veranstaltungen für Erwachsene, die nach dem gleichen Leistungsschema abliefen und folglich nur ältere Kinder mit einer vorhandenen Beziehung zu sportlicher Betätigung erreichten. Mir schwebte vor, Jüngere anzusprechen, auch solche, die noch nie an einer Sportveranstaltung teilgenommen haben. Dazu war ein völlig anderes Konzept erforderlich.



Die Hemmschwelle für Kinder und Eltern, sie sind als Begleiter und „Wettkampfbetreuer“ unverzichtbar, muss möglichst niedrig sein; der Spaß an körperlicher Betätigung, sowie ein insgesamt interessantes, spannendes, positives Erlebnis muss im Vordergrund stehen. Auf fairen Umgang miteinander muss geachtet, auf Leistungsdruck kann verzichtet werden. Mit Unterstützung der damals existierenden Präventionsabteilung bei der AOK Rheinland machten wir uns bald an konkrete Ausgestaltung der Ziele unseres Kindertriathlons. Im Wesentlichen läuft die Veranstaltung heute noch nach den dort getroffenen Festlegungen ab:

- Anreiz zur Teilnahme für alle durch den hohen Erlebniswert:
  kindgerechter Ablauf, Urkunde, T-Shirt und Sachpreis für alle Teilnehmer
- Distanzen, die jedes gesunde Kind bewältigen kann:
  50m Schwimmen, 2,5km Radfahren, 400m Laufen
- Ansprechen des „gesunden Ehrgeizes“ ohne Leistungsdruck:
  keine Zeitnahme, keine Rangfolge
- Betonung des fairen, rücksichtsvollen Miteinanders:
  Sieger ist, wer teilgenommen und sein Bestes gegeben hat
- Förderung des Gemeinschaftssinnes durch gemeinsame Vorbereitung auf den Wettkampf unter Anleitung erfahrener Sportlehrer
- Integration der Eltern oder Begleiter der Kinder durch Helfen beim Umziehen und Wechseln, Anfeuern, Trösten oder Loben

Dieses Konzept fand auch die Zustimmung meiner Vorstandskollegen, obwohl bei dem einen oder anderen eine gewisse Skepsis nicht zu übersehen war, so dass einer Verwirklichung nun nichts mehr im Wege stand.

So fand denn am Samstag, dem 11. September 1993 im Türnicher Freibad der 1. Kerpener Kindertriathlon statt, als Auftakt zu einem Triathlonwochenende mit dem 5. Kerpener Jedermann- und Kurztriathlon, gemeinsam veranstaltet vom SSK Kerpen und vom SVHS.

72 Kinder im Alter von 6 bis 13 Jahren hatten sich angemeldet, um ihr kleines Abenteuer zu erleben. Nicht nur die Kinder, auch wir Helfer und Organisatoren waren etwas nervös und gespannt. Spätestens nach dem gemeinsamen „Aufwärmtraining“ für alle Kinder, das Mitarbeiter aus der Präventionsabteilung der AOK durchführten und bei dem spontan einige Eltern und auch Helfer mitmachten, war die Spannung gewichen. In heiterer und gelöster Atmosphäre nahm die Veranstaltung ihren Lauf.

Als sich dann alle zur „Siegerehrung“ trafen und jeder kleine Triathlet seine Urkunde, sein T-Shirt sowie seinen Sachpreis überreicht bekam, sah man lauter strahlende Augen und fröhliche Gesichter. Auch die Äußerungen von Eltern waren durchweg positiv und anerkennend. So kam es, dass sich auch bei den Helfern und Organisatoren Erleichterung, Zufriedenheit und Freude einstellte, was viele dazu bewog, sich auch künftig zur Verfügung zu stellen. All das machte den Verantwortlichen die Entscheidung leicht, dieser gelungenen Premiere weitere Veranstaltungen folgen zu lassen.

Bald danach kam es zum Ende der Zusammenarbeit mit dem SSK. Sozusagen aus der Konkursmasse übernahm der SVHS den Kindertriathlon in alleiniger Verantwortung. Als Alleinveranstalter verlegten wir den Austragungsort wegen kürzerer Anfahrtswege in das Haupteinzugsgebiet des Vereins. Mit dem Freibad Horrem und dem benachbarten Stadion war schnell ein neues Gelände gefunden, auf dem wir zum 2. Kerpener Kindertriathlon 176 Teilnehmer begrüßen konnten. Der Bürgermeister, damals Peter Müller, übernahm die Schirmherrschaft und gab den Startschuss für die erste Startgruppe ab. Inzwischen ist es zur Tradition geworden, dass der Bürgermeister diese schöne Aufgabe übernimmt.

Die Veranstaltung wurde wieder ein voller Erfolg. Das Echo von allen Seiten war genauso positiv wie bei der Premiere. Außerdem hatte sich gezeigt, dass wir auch einen solchen „Massenandrang“ bewältigen konnten. Trotzdem ergab die anschließende Manöverkritik den Entschluss, künftige Veranstaltungen wieder in Türnich durchzuführen. Die gesamten äußeren Umstände und die beispielhafte Kooperation mit dem dortigen verantwortlichen Schwimmmeister, Herrn Elsing, sprachen dafür.

In den folgenden Jahren hielt die positive Entwicklung ständig an. Die Zahl der Anmeldungen wuchs und hat sich seit über 15 Jahren bei +/- 400 eingependelt, womit auch die Kapazitätsgrenze der Veranstaltung erreicht ist. Unter ihnen ist ein beachtlicher Teil von „Wiederholungstätern“ und „Dauergästen“. Letzteres gilt auch für die Helfer, was mich besonders freut. Der Ablauf hat sich stabilisiert, die Organisation steht.

1995 wurde eine Pokalwertung eingeführt. Es werden die drei größten Starterteams ausgezeichnet. Damals gewann die Theodor-Heuss-Schule aus Kerpen. Unter den teilnehmenden Schulen hat sich inzwischen ein gewisser Ehrgeiz entwickelt, die größte Gruppe zu stellen. Das ließ die Meldezahlen von anfänglich ca. 40 auf über 70 ansteigen. Die bisher größte Gruppe meldete letztes Jahr, passend zum Jubiläum, die Carl-Sonnenschein-Schule aus Quadrath mit 78 Kindern. An dieser Stelle möchte ich ein Gespräch mit Uta Malcher wiedergeben. Sie ist unter den Lehrern neben Philipp Börsch, der mit „seiner“ Theodor-Heuss-Schule von Beginn an jedes Jahr einen Pokal gewonnen hat, die engagierteste Unterstützerin unserer Veranstaltung.

"Hallo Uta. Wie hast du vom Kerpener Kindertriathlon erfahren?"
Uta M. „Eigentlich schon von Anfang an durch meinen Vater und meinen jüngeren Bruder. Sie waren früher Mitglieder im SVHS und haben beide bei den ersten vom Verein ausgerichteten Triathlons geholfen. An der EGS (evangelische Grundschule) Kerpen, an der ich seit Sommer 2004 tätig bin, flitzten nach dem KiTri 2005 einige Kinder mit den Finisher-T-Shirts über den Hof. Auf Nachfrage erzählten sie mir begeistert von ihren „Erfolgen". Da kam mir die Idee, mit einer Gruppe anzutreten.

„Warum engagierst du dich an deiner Schule so sehr dafür?"
Uta M. „Inzwischen ist der Kindertriathlon ein festes Event in unserer Schul-Jahresplanung. Mein Engagement lässt sich recht einfach auf den Punkt bringen: Jedes Jahr freue ich mich auf eure super organisierte Veranstaltung, die aufgeregten Kinder, die schöne Atmosphäre und den Montag danach, wenn zig Kinder stolz im Triathlon-T-Shirt in die Schule kommen.

„Wie hat dein Umfeld dort reagiert?"
Uta M. „Von Anfang an sehr positiv. Kinder und Eltern waren genauso schnell motiviert wie mein Kollegium. Mittlerweile ist es fast ein Selbstläufer geworden. Und wehe ich vergesse mal, den 1. KiTri-Info-Brief im April herauszugeben…"

„Wie schaffst du es, so viele Kinder zu motivieren?"
Uta M. „Fast muss man sagen, auch das ist ein Selbstläufer. Durch unser jahrgangsübergreifendes Konzept erfahren die „Kleinen" von den „Großen" vom Triathlon. Da ist mein Part eher zu organisieren als zu motivieren. Für einige Kinder ist der Wunsch, auch mal am KiTri teilzunehmen eine zusätzliche Motivation, schneller schwimmen zu lernen. Also eine Win-Win-Situation.

„Hattest du schon vorher eine Beziehung zum SVHS?"
Uta M. „Ja, Teile meiner Familie waren aktive Mitglieder im SVHS. Durch einige meiner ehemaligen Mitschüler, die im Verein in der „Leistungsschwimmer/innen-Gruppe" waren (meine Schwimmkünste haben nie gereicht), ist mir der Verein schon seit den 80ern präsent. Abschließend bleibt mir,stellvertretend für uns alle hier an der EGS, herzlich zu euren beiden Jubiläen, 25 Jahre Kindertriathlon und 50 Jahre SVHS, zu gratulieren. Für die künftige Arbeit wünschen wir alles Gute, Spaß an dem, was ihr tut, tatkräftige Unterstützung, zahlreiche innovative Ideen und natürlich viel Erfolg."

Kindermund tut Wahrheit kund. So lassen sich die Kommentare der „Sieger" zusammenfassen:

- „Ich fand es schön, dass keiner richtig verliert und alle ein T-Shirt bekommen."
- „Zum Glück durften wir am Ziel etwas trinken und eine Banane essen."
- „Cool ist, dass alle klatschen und meinen Namen rufen."
- „Es geht um Spaß – dabei sein ist alles!"
- „Vorher hatte ich Bauchkribbeln, nachher war ich glücklich."
- „Das Umziehen war toll, weil ich es nicht selber machen musste."
- „Wenn man angefeuert wird, macht es doppelt Spaß."
- „Ich fand es spannend, das erste Mal mitzumachen."
- „Im Ziel war ich echt platt."
- „Es ist nicht so schlimm, wie man denkt."
- „Ich fand es gut, dass überall Helfer waren. Danke!"
- „Ich mache nächstes Jahr auf alle Fälle wieder mit."

2017 war ein besonderes Jahr, denn wir konnten ein Jubiläum feiern, den 25. Kerpener Kindertriathlon. Ein volles Haus, über 400 Starter mit vielen Begleitern sowie bestes Triathlonwetter sorgten für einen würdigen Rahmen und die bewährte Organisation mit der Rekordzahl von ca. 90 engagierten Helfern für einen reibungslosen Verlauf. Bei den Siegerehrungen konnte man die Kinder mit den gleichen strahlenden Augen und fröhlichen Gesichtern entdecken, wie 1993 bei der Premiere.

Dieses Jubiläum ist auch dem Triathlonverband NRW nicht entgangen. Beim jährlichen Verbandstag in der Sportschule Duisburg-Wedau wurde der SVHS für die 25malige Durchführung des Kerpener Kindertriathlons mit der Silbernen Ehrennadel und einer Urkunde ausgezeichnet. Wir bekamen auch die Gelegenheit, den anwesenden Sportlern und Vertretern aus 64 Vereinen unsere Veranstaltung vorzustellen.

Das Jubiläum war auch der Anlass für mich, das in den zurückliegenden Jahren Geschehene zu resümieren und Bilanz zu ziehen. Es erfüllt mich mit tiefer Genugtuung, Freude und auch Stolz, dass diese Bilanz rundum positiv ausfällt. Die Hoffnungen und Ziele haben sich erfüllt. Der Kindertriathlon ist eine Erfolgsgeschichte.

Wir konnten bis heute insgesamt knapp 10 000 Kindern den (Triathlon)-sport als interessantes, positives Erlebnis nahebringen. Für viele war es der erste „Wettkampf“ überhaupt, für einige der Einstieg in eine erfolgreiche „Triathlonkarriere“.
Inzwischen ist der Kerpener Kindertriathlon zum Markenzeichen des Schwimmverein Horrem-Sindorf geworden. Er ist als größter reiner Kindertriathlon in NRW und vermutlich auch in Deutschland eine feste Größe in der Region und hat einen Stammplatz im Veranstaltungskalender des TVNRW.

Zum Schluß aber das Wichtigste. Ein ganz **großes Dankeschön** geht an **jeden Einzelnen**, der durch sein Engagement die Erfolgsgeschichte Kerpener Kindertriathlon erst möglich gemacht hat.
Nach mir selbst, Ralf Giertz und Birgit Ubber tritt mit Marco Dimmer ein neuer Verantwortlicher an, der künftig die Geschicke in der bisherigen Tradition mit frischer Kraft leiten wird. Ich wünsche ihm viel Erfolg und bitte die vielen Helfer auch weiterhin um ihre tatkräftige Unterstützung. Ich bin jedenfalls dazu bereit.

Badminton: Schnell und schweißtreibend

Das erste was an Marisa auffällt, sind ihr strahlendes Gesicht und ihre Wangengrübchen, die rauskommen, wenn sie lacht. Und Marisa lacht viel. Seit Herbst 2012 spielt sie Badminton beim SVHS und sie fühlt sich mit der Sportart absolut pudelwohl.

Zweimal die Woche kommt sie zum Training, immer montags und freitags. Und das Training ist ihr heilig: „Wenn ich nicht komme, dann hat das wirklich immer einen ganz wichtigen Grund.“ Wenn die Zeit es zuließe, würde sie sogar auch noch dienstags abends zum Spielen kommen. Badminton ist für Marisa ideal um was für ihre Fitness zu tun, um sich auszupowern und um nette andere Spieler zu treffen. „Wenn man öfter spielt, merkt man auch schnell eine Verbesserung, das motiviert dann nochmal zusätzlich“, sagt sie. Sie war zuerst bei einem anderen Verein, da hat es ihr aber nicht gefallen. „Es war superdoof, die Leute haben sich nicht um mich gekümmert – das war keine schöne Erfahrung“, erzählt sie. Beim SVHS hat es dann gepasst, „einfach vom Gefühl her“. Das Klima, die Leute, die Trainer, die Zeiten – alles habe sie überzeugt. Auf die Frage, was Marisa an dem Sport selbst so gerne mag, muss sie erst mal ein bisschen überlegen. Klar, es ist ein schnelles Spiel, laut Guinness-Buch der schnellste Sport der Welt, aber in diesen Sphären bewegen sich selbst die besten SVHS-Spieler nicht .

Stattdessen sagt Marisa, dass sie es mag, wie viel man sich bewegt, dass man auch viel schwitzt und vor allem, dass es ein sehr geselliger Sport ist. „Man kommt auch mal ins Gespräch mit den Leuten – manchmal wenn man so Fitnesskurse macht, dann kommt man gar nicht zum Reden.“ Besonders die Pausen zwischen den Spielen sind natürlich geeignet, um sich mal kurz auszutauschen. Alle 20 Minuten werden die Paarungen gewechselt, damit nicht immer nur dieselben Spieler zusammen auf den Feldern in der alten Dreifachsporthalle stehen. Trainer Willi Langerbeins achtet dabei auf die Uhr und gibt immer wieder Zeitangaben durch. „Noch drei Minuten, dann wechseln wir“, schallt es dann durch die Halle. Marisa mag dieses Misch-Konzept: „Das ist eine super Abwechslung“, sagt sie, „und vor allem wenn man mit erfahrenen Spielern spielt, hilft das, denn die geben immer gute Tipps“. Besonders bereichernd findet sie die Tipps von Trainer Willi. „Da hab ich nur Gutes zu berichten – vor allem weil er sehr geduldig ist“, sagt Marisa.

Marisa sieht sich selber eher als Team-Player – Mixed und Doppel spielt sie gern, Einzel ist nicht so ihr Ding. Was aber nicht heißen soll, dass sie sich nicht anstrengt, wenn sie einen Partner auf dem Feld hat. Man merkt ihrem Spiel an, dass sie keine Angst vorm Schwitzen hat und keinen Ball verloren geben will. „Na klar möchte man gewinnen, wer will das denn nicht?“, sagt sie und lacht wieder laut. Wenn man 21:2 verliere, dann ginge die Motivation auch mal flöten, aber „trotzdem geht es ja um den Spaß“.

Vor Wettkämpfen schreckt Marisa auch nicht zurück, sie hat auch schon öfter bei Turnieren teilgenommen. Diese Turniere werden regelmäßig von der Spielgemeinschaft des SVHS, die aus vielen befreundeten Vereinen aus der Region besteht, ausgerichtet. „Ich bin nicht gut, ich belege immer den letzten Platz, aber es geht um den Spaß und die Erfahrung“, erzählt Marisa und lacht dabei herzlich. Turniere seien schließlich eine super Abwechslung – und auch eine Herausforderung. „Vor Allem weil man ja auch mit Menschen spielt, mit denen man sonst nie zusammen spielt. Man wird besser durch Turniere, man kommt mit neuen Ideen und neuer Motivation zurück zum Training.“

Wenn Marisa eine Sache ändern würde, dann die, dass sie gerne auch außerhalb des Feldes ein bisschen mehr mit ihren Sportskollegen unternehmen würde. „Leider machen wir das bisher nur bei der Weihnachtsfeier. Man könnte mal öfter zusammen ein Bier trinken gehen, im Sommer oder so“, sagt sie. Na, wenn das nicht mal eine der schönsten Liebeserklärungen ist, die man der eigenen Sportgruppe geben kann.

Weichbodenmatten als Bettersatz

Die erste lange Badmintonnacht in der Geschichte des SVHS (2006)

Wie schafft man optimale Bedingungen für eine *Lange Badmintonnacht?*
Das ist ganz einfach. Man nehme 4 lebensmüde Übungsleiter und ca. 25 junge SVHS Mitglieder – auch liebevoll „die Badmintonkinder“ genannt – mitsamt ihrer Badmintonschläger (und eventuell ein paar Schlafsäcken) und packe alle/s zusammen an einem Freitagabend in eine Sporthalle. Alles was jetzt noch fehlt ist vielleicht ein bisschen was zum Naschen und eine Stereoanlage inklusive CDs und einem Mikrofon. Alles klar soweit! Uns Badminton-Übungsleitern (Claudia Clemens, Alfred Krabbenhöft, Sarah Ubber und Annika Witzel) schien Freitag, der 10.11.06 der perfekte Tag, um dieses waghalsige Experiment einmal durchzuführen.

Bestens vorbereitet – sprich: bepackt, als wollten sie nicht eine Nacht sondern eine ganze Woche in der Sporthalle verbringen – trudelten die jugendlichen Teilnehmer (11-14 Jahre) alle pünktlich an der Halle ein. Und da SVHSler ja bekanntlich von der schnellen Truppe sind, war der Hallenboden bald auch recht gemütlich eingerichtet und ausreichend Schlafplätze geschaffen worden. Aber Moment mal – schlafen? Hier wollte selbstverständlich niemand schlafen. Nicht eine Sekunde lang! Hier sollte die Nacht zum Tag gemacht werden und das war ausnahmslos allen Teilnehmern klar! (Den Übungsleitern leider Gottes auch).

So eine Nacht kann lang sein – sehr lang! Doch schnell wurden allerlei Beschäftigungsformen entdeckt. Badminton und Fußball spielen, essen, rumalbern, essen, tanzen, essen, singen– und das auch noch mitten in der Nacht. Wir sind sogar der festen Überzeugung, dass in dieser Nacht die neuen Superstars von morgen ihr Talent entdeckten (der Fotobeweis liegt vor).

Irgendwann wurden dann auf wundersame Weise doch ein paar der Jugendlichen von der Müdigkeit übermannt und gegen 2:00 Uhr wurde dann das Licht in der Sporthalle gelöscht. Da wurde noch hier und da gequatscht und gekichert, aber es war verhältnismäßig ruhig.
An Ausschlafen war jedoch natürlich nicht zu denken. Spätestens um 7:30 Uhr am nächsten Morgen waren alle wieder auf den Beinen – mehr oder weniger ausgeschlafen – und die ersten waren auch sofort wieder auf den Badmintonfeldern.

Doch jetzt stand erstmal aufräumen auf der Tagesordnung, denn Chips, Flips, Gummibärchen und diverse andere „Schlafsackhupferl“ hatten ihre Spuren hinterlassen und mussten nun weggeräumt werden. Beim Putzen wurden alle aktiv, selbst die Übungsleiter mussten ran und auch wenn der im Schrank gefundene eher provisorische Wischmopp sich als ein kleines Miststück mit Eigenleben herausstellte, bekamen wir die Halle doch wieder sauber hin.

Nach dieser knochenharten Arbeit hatten wir uns aber gegen 8:30 Uhr alle ein Frühstück redlich verdient. Alfreds Frau, bei der wir uns an dieser Stelle noch einmal herzlich bedanken, hatte weder Kosten noch Mühen gescheut und halbe Brötchen noch und nöcher für alle geschmiert, die uns sogar noch frei Haus, nein, Pardon, frei *Halle* geliefert wurden.
Käse, Wurst und Nutella – so kamen alle auf ihre Kosten und es stand einem gemütlichen Frühstück nichts mehr im Wege.

Gegen 9:00 Uhr kamen die ersten Eltern, um ihre Kinder abzuholen, die natürlich alle „kein bisschen geschlafen“ hatten aber selbstverständlich nach eigenen Aussagen auch „kein bisschen müde“ waren.

Es war alles in allem auf jeden Fall für alle ein/e sehr lustige/r Abend/Nacht/Morgen – ach, es hat einfach Spaß gemacht, vor allem weil man sich doch auf unsere „Badmintonkinder“ verlassen kann. Kurz gesagt: Dies mag vielleicht die erste lange Badmintonnacht des SVHS gewesen sein, aber es war bestimmt nicht die letzte!

So war es damals: Badminton vor 10 Jahren – ein Originalbericht
Ohne Badminton keine Competition

Nun ja, so ganz wahr ist die Überschrift natürlich nicht, denn auch in den anderen Sportarten des SVHS gibt es natürlich Wettkämpfe, die mit Bravour bestritten werden. Doch gerade in der Badmintonabteilung haben die zahlreichen Jugend- und Erwachsenen-Turniere, die in einer Saison stattfinden, Tradition. Besonders die gute Spielgemeinschaft mit befreundeten Vereinen sorgt jedes Jahr aufs Neue dafür, dass die Turniere nicht nur reine Sportveranstaltungen, sondern auch freundschaftliche Zusammentreffen der Spieler sind.

Und das wollen sich besonders die jungen Spieler im Verein nicht entgehen lassen. Auch wenn die Übungsleiter öfter kleinere Zweifel der Teilnehmer abwenden mussten („Ich KANN einfach nicht auf Turnieren spielen“), hat es sich im Endeffekt immer gelohnt. Schließlich ist Dabeisein alles. Und wenn dieses Dabeisein sich dann auch noch zu einer erfolgreichen Teilnahme steigern lässt, ist die Freude natürlich doppelt groß.

So wurde besonders das Jugendturnier in Sindorf im April ein voller Erfolg für den SVHS: Rafael Pooch konnte sich mit seinem Doppelpartner Sören Domnik bei den 10-13-jährigen Jungs den dritten Platz erkämpfen. In der Altersklasse 13-17 holten die SVHSler Gold (Julian Hautz und Nils Vukadinovic), Silber (Dustin Sach und Christoph Bormann) und Bronze (Dominik Timmerhoff und Michael Friesen). Und auch die Mädels brauchten sich nicht zu verstecken. Marie Lövenich und Christina Sperling belegten bei den 10-13-jährigen Spielerinnen den zweiten, Viktoria Blaschke und Daniela Gaul den dritten Platz. Die Rangliste bei den „großen“ Mädels führten Anja Krabbenhöft und Julia Heinen an – die beiden spielten sich auch im Juni beim Jugendturnier in Elsdorf auf den ersten Platz.

Die Erfolgslinie setzte sich aber nicht nur für diese beiden fort. In Elsdorf konnten auch die jüngeren Spieler (9-12 Jahre) mal zeigen, was sie so drauf haben. Florian Lindenlauf und Jonas Reimann belegten in dieser Altersgruppe den zweiten Platz, dicht gefolgt von Rafael Pooch und Volker Lipp auf dem dritten Platz. Dustin Sach und Christoph Bormann konnten bei den 13-16-jährigen Jungs den zweiten Platz erkämpfen und Patrick Aßmann stand zusammen mit Julian Hautz in dieser Altersgruppe ganz oben auf dem Treppchen.
Diese beiden Turniersieger haben sich übrigens nicht nur auf den Wettkämpfen bewährt. Seit ungefähr einem Jahr unterstützen sie als Co-Übungsleiter freitags Alfred Krabbenhöft beim Kinder- und Jugendtraining. Und auch in den übrigen Trainingsgruppen der Abteilung hat sich organisatorisch einiges getan. Seit kurzem kann sich der SVHS über den (ehemaligen) Landesliga-Spieler Heiko Neumann als neuen Übungsleiter für die Erwachsenen Dienstags-Gruppe freuen. So hat nun wieder jeder Trainingstag seinen eigenen ÜL (Montag: Willi Langerbeins, Dienstag: Heiko Neumann, Freitag: Rico Savelsberg).

Und auch die Erwachsenen schickten regelmäßig Vertreter zu Turnieren der Spielgemeinschaft. Es wurde bei insgesamt 9 Turnieren gemixt, gedoppelt und geeinzelt. Besonders das jährliche „Gemixte Mixed“ in Embken, bei dem die Partner erst kurz vor Turnierbeginn erfahren, wer denn ihre Spielpartner sind, brachte überraschende und ungewöhnliche Paarungen und somit ein tolles Turnier. Aber auch bei den vielen „normalen“ Mixed-Turnieren wurde viel Einsatz gezeigt und neue Paarungen ausprobiert. Einzig die Damendoppelpaarungen waren oft etwas dünn gesät. Aber wer weiß; vielleicht finden sich in der nächsten Saison sogar genug Damen um ein Dameneinzel zu starten…nur Mut!
Neben den vielen positiven Entwicklungen in der Saison musste die Abteilung jedoch auch einen kleinen Verlust verschmerzen: Claudia Clemens, die lange Zeit montags die Jugendlichen trainiert hat, konnte im Sommer eine Stelle in der Hotelbranche in Dubai ergattern und musste den Verein deswegen verlassen. Sarah Ubber hat das Montags-Training für sie übernommen und hält die SpielerInnen weiterhin bei Laune und auf Trapp.

Fazit: Trotz leidiger Nebeneffekte wie Linienlauf, Ausfallschritt und des furchtbar rutschigen Hallenbodens kann ich wohl für die ganze Abteilung sprechen, wenn ich sage: wir hatten eine tolle Saison und so kann es auch gerne weitergehen.

HNO Gemeinschaftspraxis

Eduard J. Müller
Dr. med. A. Kocaman

Köln-Aachener-Str. 166-170
50127 Bergheim-Quadrath

NEU: Terminvergabe unter www.hno-bergheim.de

Ü-Eier, Baseballspieler und der FC Imperator

3. November 2006, ca. 20:30 Uhr: in einer der zahlreichen Sporthallen der Sportschule Hennef spielt sich Unglaubliches ab – auf zwei Bänken stehen, recht gleichmäßig verteilt, 15 Menschen, die man auf den ersten Blick als erwachsen und vernünftig eingeschätzt hätte. Weit gefehlt. Denn mit einem Mal beginnen diese Menschen sich hektisch nach ihren Schuhgrößen zu erkundigen, klettern über- und untereinander weg und versuchen, nicht von den Bänken zu fallen…Was soll das? Die Antwort ist recht plausibel, ich sage nur: Sportwochenende des SVHS!

Nachdem wir in den vergangenen Jahren so wunderschöne Örtchen wie Übach-Palenberg (2004) und Radevormwald (2005) unsicher gemacht hatten, hatte Jugendwart René Korth dieses Jahr eine Fahrt in die Sportschule Hennef geplant. Obwohl die Fahrt für „Jung und Alt“ ausgeschrieben war, hielt sich die Zahl der Anmeldungen leider ziemlich in Grenzen, doch wie sich herausstellen sollte, kann auch eine kleinere Gruppe ziemlich viel Stimmung machen.

Sofort am Freitagabend nach dem sehr leckeren Essen ging es los mit einigen „Kennenlernspielen“. Dank einem Spiel, bei dem man sich selbst mit einem Adjektiv beschreiben musste, das mit dem gleichen Buchstaben anfing wie der eigene Vorname, hatte jeder Teilnehmer innerhalb kürzester Zeit seinen Spitznamen weg. Neben dem „Musikalischen Martin“ und der „Blonden Birgit“ sorgte besonders der „Joggende Georg“ für einige Lacher und gute Stimmung. Auch die eben geschilderte Banksituation war Teil eines solchen Kennenlernspieles, bei dem die Teilnehmer versuchen mussten, sich erst nach der Körpergröße, dann nach der Schuhgröße zu ordnen, ohne von den Bänken zu fallen. Dem folgte das Laufspiel „Zehnerball“ und dann darf auf so einem Wochenende natürlich auch die obligatorische und berühmt berüchtigte Ü-Eier-Staffel nicht fehlen, bei der erst ein lebensgefährlicher Parcours überwunden und dann an dessen Ende ein Überraschungs-Ei gegessen und zusammengebaut werden muss. Besonderes letzteres erwies sich für eher grobmotorische Mitglieder als äußerst schwierig und konnte nur durch kräftige Anfeuerungsstürme der jeweiligen Teams bewältigt werden.

Nach soviel körperlicher Bewegung in der Halle musste natürlich nun auch das Hirn mal in Schwung gebracht werden und deshalb fand man sich abends in *Connys Bistro* noch zum gemütlichen Beisammensein inklusive Tabu-Spielen ein. Für manche Teilnehmer doch eine große Herausforderung, doch die rheinische Spontaneität half auch beim Beschreiben von heiklen Begriffen wie zum Beispiel „Pflaume“, bei der kurzerhand „Prum!! Prum!!!“ zur detailreichen Erklärung gerufen wurde. Was für eine Wortgewandtheit!

Am Samstagmorgen wurde beim Frühstück erst einmal die Deutsche Baseball Nationalmannschaft von den weiblichen SVHSlerinnen begutachtet und für sportlich zulässig erklärt. Doch bevor es dazu kam, sie nach einem Autogramm zu fragen, ging das Programm für uns auch schon weiter.
Beim „Badminton – auch mal anders“ lernten die SVHSler verschiedenste Variationen des Badminton kennen. Nach der Mittagspause waren dann auch alle Nachzügler angekommen und obwohl man ja laut Baderegeln nicht mit vollem Magen Schwimmen gehen sollte, schaffte es Daniela, uns alle in „ihr“ Element zu bewegen. Wer dachte, er könnte eigentlich recht ordentlich schwimmen wurde hier eines Besseren belehrt. Daniela zeigte sowohl den Kraul- als auch den Brustschwimmern, wie sie ihre (teilweise nicht vorhandene) Technik noch verbessern konnten und ließ sie danach noch ein bisschen mit einem Wasserball plantschen.
Nach einer kurzen Pause widmeten sich einige Teilnehmer dem „Chaosspiel“, das auch dem Namen entsprechend lustig zuging. Auf dem Außengelände der Sportschule mussten erst Zahlen von 1-70 gefunden und dann entsprechende Aufgaben erfüllt werden. Hierbei übten sich die SVHSler im Schubkarrefahren oder mussten ein aktuelles Lied aus den Charts zum Besten geben. Durchaus eine amüsante Geschichte und eine einmalige Gelegenheit einige Teilnehmer, unter anderem den 1. Vorsitzenden Friedhelm Ubber, aufgrund einer Aufgabe mit einem blau lackierten Fingernagel zu bewundern.

Bevor wir uns erneut alle in *Connys Bistro* einfanden, stand noch Kegeln auf dem Plan. Jugendliche traten in diversen Kegelspielen gegen ihre Eltern an und besonders hier zeigte sich die Teamfähigkeit der SVHSler. Während einer aus dem Team kegelte, beobachtete der Rest gebannt das Geschehen (siehe Bild). Es lief trotzdem nur auf ein Unentschieden hinaus, doch das minderte die Stimmung in keiner Weise.
In *Connys Bistro* lernten die Fußballer unter den SVHSlern noch ein anderes Team kennen, das extra zum Trainieren nach Hennef gekommen war.

Der „FC Imperator“ aus Köln erklärte sich bereit, ein Spiel mit unseren Assen zu spielen und natürlich waren unsere Teilnehmer Feuer und Flamme. Also fand man sich in der riesigen Fußballhalle am nächsten Morgen nach dem Frühstück zum Kicken ein.

Aus Fairnessgründen wurden die Vereinsmitglieder mit dem Team des FC Imperator gemischt. Mir wurde gesagt, dass ich über das Ergebnis des Spiels nicht unbedingt sprechen müsste. Auch Vergleiche mit dem 1. FC Köln lasse ich an dieser Stelle aus. Hauptsache ist doch, es hat Spaß gemacht. Nach dem letzten wohlverdienten Mittagessen machten wir alle uns auf den Heimweg.
Ein wunderbares Sportwochenende in Hennef ging zu Ende…

Und für alle Leser habe ich jetzt noch einen Vorschlag: Frei nach dem Leitspruch „mittendrin statt nur dabei“ – fahrt doch einfach beim nächsten Mal selber mit, wenn der SVHS wieder on tour ist und zum Sportwochenende einlädt! Es lohnt sich!

SV Horrem-Sindorf – viel mehr als nur Sport in Turnhallen und Schwimmbädern

Unser Dorf spielt Fußball

Zauberer-Auftritte

LiLaLindwurm Kindermusik-tage

Pippolino

Skifreizeit

Skilanglauf

Bowling-Nacht

Wasser-ski

Spiel- und Sportwochenende

Sommerfeste

(Kinder) Karnevals-sitzungen

Trim-Trab ins Grüne

Jedermann-Triathlon

Hänneschen Theater

Bubenheimer Spieleland

Bundesligaspiele

Tanz in den Mai

Fahrradralley

Schwimmerball

Selbst-behauptungskurse

Weihnachts-feiern

Welt-Tanz-Tag

DEL – Eishockey

Grillfeste

Fußballgolf

Schlittschuh-laufen

Volksradfahren

Schatzsuche

Lange Badmintonnacht

SV Horrem-Sindorf 2018 – Vielseitiger Sport, nicht nur für Wasserratten

Alle aktuellen Angebote mit Kurzbeschreibungen, Terminen und Ansprechpartnern findet ihr auf unserer Homerpage:

www.sv-hs.de

Danke

Bei der Vorbereitung der Feier und der Festschrift zum Vereinsjubiläum haben wir auf viele Abschnitte der 50jährigen Vereinsgeschichte zurück geblickt. Schnell wurde klar, dass es im Grunde keine Vereinsgeschichte ist, sondern die Summe der Geschichten seiner Mitglieder, die das Ganze ergeben.

Es sind die Geschichten der Menschen, die über all die Jahre den Verein begleitet, gestaltet und gelebt haben. Ein Verein ist eben kein anonymes Gebilde, sondern eine Vereinigung, ein Zusammensein von Menschen. Dazu zählen der Vorstand als gesetzlicher Vertreter des Vereins, aber vor allem seine Mitglieder. Wir sind dankbar dafür, dass der SV Horrem-Sindorf in seinen 50 Jahren immer so gelebt wurde, dass er durch die Mitglieder getragen wurde.

Unser Dank an dieser Stelle gilt allen Mitgliedern und Übungsleitern, die heute und in den vergangenen 50 Jahren den SV Horrem-Sindorf zu einem lebendigen Verein gemacht haben.

Auch bei der Vorbereitung der 50-Jahr-Feier hat sich sehr schnell eine motivierte und engagierte Gruppe zusammen gefunden, die sich tatkräftig an die Arbeit gemacht hat. Herzlichen Dank an alle, die ihre Zeit, ihre Fotoalben und Erinnerungen und ihre Ideen zum Gelingen dieser Feier und dieser Festschrift eingebracht haben.

Da Vereinsleben, Sport- und Übungsbetrieb aber nicht durch persönlichen Einsatz und Engagement alleine gestaltet werden können, gilt unser Dank auch allen, die den Verein über die Jahre finanziell und organisatorisch unterstützt haben. Dazu zählen Sponsoren, die Stadt Kerpen und auch die Sportverbände und benachbarten Vereine. So ist es zum Beispiel – ein Blick auf andere Städte und Gemeinden zeigt es – nicht selbstverständlich, ein „junges“ Schwimmbad für das Training, die Wettkämpfe und so manche Sondereinheit zur Verfügung zu haben. Nicht zuletzt dadurch erlebt die immerhin namensgebende Schwimmabteilung im SV Horrem-Sindorf einen starken Aufschwung in den letzten Jahren. Wir freuen uns, dass wir vertrauensvoll mit den politischen Vertretern der Stadt zusammenarbeiten und uns so auch in schwierigen Situationen auf lösungsorientierte Gespräche verlassen können.

Leider bestehen 50 Jahre Vereinsleben aber nicht nur aus Sport und Spaß. Es gibt ernste und auch traurige Stunden. Daher möchten wir an dieser Stelle auch derer gedenken, die heute leider nicht mehr hier mit uns feiern können. So manch einer von ihnen, die uns teils nach einem langen erfüllten Leben, teils aber auch in jungen Jahren verlassen haben, feiert sicher an einem anderen Ort mit uns mit.

Damit sie auch etwas zu sehen bekommen, lasst uns jetzt den Abend genießen und auf die vergangenen und die kommenden Jahre anstoßen!

Euer Vorstand

Liebe Leser,
die Gestaltung und die Erstellung dieser Festschrift waren nur durch die freundliche Unterstützung unserer Werbepartner möglich. Bitte dankt es ihnen dadurch, dass Ihr ihre Produkte und Dienstleistungen in Anspruch nehmt und ihnen dadurch etwas an Unterstützung zurückgebt.

Ihr möchtet in noch mehr Erinnerungen schwelgen? Dann stöbert doch in der Festschrift zum 25-jährigen Vereinsjubiläum. Ihr findet sie auf unserer Homepage unter

www.sv-hs.de

Herausgeber:	SV Horrem-Sindorf e.V., Kerpener Str. 76, 50170 Kerpen
Redaktion:	Annika Witzel, Daniela Gageik, Georg Karkowksi, Hans-Dieter Hoffmann, Leena Haubold
Bilder & Fotos:	privat: Achim Runge, Hubert Klein, Werner Mertens u.a.
Layout:	Marco Dimmer
Druck:	Paint & Print, Zülpich

...wenn Sie mit einem Klick immer wieder neue Vorteile entdecken und nichts verpassen:

- Cashback – bares Geld beim Einkauf sparen,
Urlaub buchen, wertvolle Tipps, bequemer Service.

Alles auf einen Blick.

www.ksk-koeln.de/s-erleben

Wenn's um Ihr Geld geht

Kreissparkasse Köln