



Habe es mit Liegestützen probiert. Liegen kann ich, stützen nicht.



Liebe Mitglieder des Turnerbundes Essen-Frintrop 1903 e.V.,

zack, ist der Sommer (fast) wieder vorbei. Wir hoffen, ihr hatten schöne und erholsame Tage. Uns hat jedenfalls eine Flut an Urlaubsgrüßen erreicht. Danke dafür! Bei uns geht es gleich weiter. Termine stehen an. So sind wir am 16. September auf der Frintroper Shopping-Nacht vertreten. Am nächsten Tag geht es dann weiter mit dem Sommerfest beim Tennis und am 23. und 24. September gibt es dann mit „Das Haus am Kanal“ wieder selbstgemachtes Theater bei uns.

Was es sonst so alles an Neuigkeiten gibt, lest ihr wieder in dem Heft, das ihr augenblicklich in Händen haltet. Danke an dieser Stelle einmal an Rainer und Karoline Seck, die sehr viel ehrenamtliches Herzblut in die Gestaltung des Heftes einbringen.

Glückauf und bleibt alle gesund,
Euer Gesamtvorstand

In Heft 119 lest ihr:

2	Vorwort / Impressum
4	Rückblick auf die Jahreshauptversammlung
8	Vereinsnachrichten / Programmhinweis Theater
11	Unsere Kästchenspender unterstützen uns
12	Familiennachrichten
13	Wir suchen Unterstützung!
14	Familiennachrichten
15	Terminkalender
16	Jede Menge Urlaubsgrüße
20	Trainingszeiten & Abteilungsnachrichten

Nachdruck in Wort und Bild ist nur mit Genehmigung des TBF gestattet.
Alle Nachrichten werden nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr veröffentlicht. Der „turnschuh“ ist das Vereinsorgan des Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V. und wird den beitragspflichtigen Mitgliedern im Rahmen ihrer Mitgliedschaft ohne besonderes Entgelt geliefert.

III/2022 – 119/35. Jg.

Impressum

Herausgeber: Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.
Werkhausenstraße 16, 45359 Essen
(VR 146, Amtsgericht Essen-Borbeck)

Redaktion: Leitung (V.i.S.d.P.):
Rainer W. Seck & Karoline Seck

Anzeigenvertrieb: Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.
i.V.m. Deutsche Sportmarketing GmbH

Satz: Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.

Druck: Infotex-digital, Bahnhofsweg 2
82008 Unterhaching

Sportpictogramme: ©DOSB/Sportdeutschland

Anzeigenberatung: Rainer W. Seck

Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.:

Vereinsheim und Geschäftsstelle: Werkhausenstr. 16, 45359 Essen-Frintrop

Bürozeiten:

montags in der Zeit von 19.30 Uhr bis 20.30 Uhr, Geschäftsstelle, Werkhausenstraße 16

Telefon und Fax der Vereinsanlagen

Vereinsheim und Geschäftsstelle (60 12 58 und Fax 69 59 486)
Tennisanlage Schemmannsfeld (69 97 14)
Sporthalle Helmstraße (69 90 20)

Internet

www.tbf03.de, E-Mail: vorstand@tbf03.de und verschiedene Abteilungsadressen (siehe Homepage)

Abteilungen und Gruppen

Abenteuersport, Badminton (Hobbygruppe), Basketball (ab 18 Jahre), BOP (Bauch-Oberschenkel-Po), Breitensport (Männer und Frauen), C-Gymnastik, Freizeitgruppe, Gerätturnen, Gymnastik Frauen, Jedermann, Jiu Jitsu, Kinderturnen, LaGym, Lauftreff, Mutter/Vater & Kind-Turnen, Nordic-Walking, Radfahren, Seniorensport - fit im Alter, Skigymnastik, Tennis, Theatergruppen für Erwachsene, Trampolin, Walking, Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Zumba®

Sportstätten

- vereinseigenes Clubhaus und Geschäftsstelle mit Gymnastiksaal, Kraftraum und Außensportanlage: Werkhausenstraße 16, 45359 Essen-Frintrop
- Sporthalle (ehem. Hauptschule an der Dellwiger Straße), Dellwiger Str. 85, 45357 Essen in eigenverantwortlicher Nutzung durch den Turnerbund Frintrop
- vereinseigene Tennisanlage Schemmannsfeld mit fünf Außenplätzen und Clubheim, Schemmannsfeld 27, 45359 Essen
- Turnhalle Schlossschule, Schlossstraße 192, 45355 Essen
- Turnhalle Traugott-Weise-Schule, Wüstenhöferstr. 175, 45355 Essen
- Turnhalle Altfriedschule, Frintroper Str. 432a, 45359 Essen
- Turnhalle Unterstraße (ehem. Sifterschule), Unterstr. 67, 45359 Essen in eigenverantwortlicher Nutzung durch den Turnerbund Frintrop
- Sporthalle Bergeborbeck, Friedrich-Lange-Str. 15, 45355 Essen

Bankverbindung

Sparkasse Essen, Konto DE78360501050004201984 (bei Spenden bitte Namen und Adresse ggf. Zweck angeben)

Vorstand

Hans Hahnen (Vorsitzender), Sascha Fennel (2. Vorsitzender sowie Radgruppe), Patrick Plücker (Kassierer), Saskia Plücker (Geschäftsführerin, Sozialwartin), Stefan Dujardin (sportlicher Leiter), Marlies Neuhaus (sportliche Leiterin), Annette Fennel (2. Kassiererin), Ralf Schutz (3. Vorsitzender), Willi Riese jun. (2. Geschäftsführer sowie Hauswart und Jedermann), Katrin Högner (Jugendvorsitzende), Daniel Zbick (1. Vorsitzender Tennis), Hans Hahnen und Britta H. (Abenteuersport und Breitensport Kinder), Ulli Braune (Volleyball), Ilse Grewe & Marlies Neuhaus (Frauen), Marlies Neuhaus (Wirbelsäulengymnastik), Lynn Heggemann & Chantal Neth (Trampolin), Claudia Spelz (Gerätturnen), Werner Högner (Skigymnastik), Saskia Högner (stv. Jiu Jitsu), Gabi Glaubitz (Senioren), Gabi Glaubitz (Trendsportarten), Gero Hausmann (Basketball), Britta H. (stv. Jugendvorsitzende), Karoline Seck (Presse- und Öffentlichkeitsarbeit), Rainer W. Seck (Ehrenvorsitzender), Ältestenrat: Brunhilde Hofman, Ilse Grewe, Günter Lüsser, Dieter Lösgen, Kassenprüferinnen: Daphne Dorigi und Sabine Pfeiffer.

Mitgliedschaften

Essener Sportbund, GET - Gemeinschaft Essener Turnvereine, Landessportbund NRW, Rheinischer Turnbund, Tennisverband Niederrhein, Leichtathletik-Verband Niederrhein, Deutscher Jiu Jitsu-Bund und Bürger- und Verkehrsverein Frintrop von 1922 e.V.



**MACHT
WERBUNG
FÜR
UNSEREN
VEREIN!**

www.turnerbund-frintrop.de



**Damit unsere
Kinder cool
bleiben können.**

Wir bringen die Zukunft zum Leuchten.

Für uns ist Nachhaltigkeit mehr als nur ein Herzensthema. Es ist zentraler Bestandteil unserer Arbeit. Ob es um Geldanlagen oder die Finanzierung von energieeffizientem Bauen geht: Wir kümmern uns. Mehr Infos erhalten Sie unter sparkasse-essen.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse Essen

Rückblick auf die Jahreshauptversammlung 2022

Wieder erste Jahreshauptversammlung seit 2019 im Vereinsheim

von Rainer W. Seck

Es war die erste "richtige" Jahreshauptversammlung seit Beginn der Corona-Pandemie. Saß man im vergangenen Jahr noch mit großem Abstand und frisch getestet zur Jahreshauptversammlung in der Turnhalle Unterstraße zusammen, kehrte man für die diesjährige Jahreshauptversammlung am 1. Juli 2022 wieder ins altehrwürdige Vereinsheim in der Werkhausenstraße zurück und bildete so auch wieder einen schönen Rahmen für die Ehrungen. Gleichzeitig konnten sich die Mitglieder, die sonst nicht so oft den Weg ins Vereinsheim finden, über die während der Pandemie vorgenommenen Renovierungsarbeiten in der oberen Etage überzeugen.

Vorsitzender Hans Hahnen freute sich bei seinen Begrüßungsworten nicht nur über die vielen anwesenden Mitglieder, die trotz begonnener Sommerferien gekommen waren, sondern konnte auch einige Ehrenmitglieder persönlich begrüßen, denn auch Ilse Grewe, Petra Kaiser, Günter Lüsser, Heinz Maaßen, Willi Riese und Ehrenvorsitzender Rainer W. Seck waren unter den Gästen..

Bevor der parlamentarische Teil begann, war es aber zunächst Zeit für Ehrungen.

25 Jahre war Gerda Gerdt im Turnerbund und wurde mit der Silbernen Vereinsnadel geehrt. Zwei "Vierzigjährige" gab es mit Andrea Zwillich-Seck und Ralf Schutz. Ehrenmitglied

Petra Kaiser brachte es sogar auf eine 50jährige Mitgliedschaft und wurde hierzu mit der Goldenen Vereinsnadel geehrt.

Joris Rührwiem, der für seine Leistungen im Trampolinturnen geehrt werden sollte, befand sich bereits in den Schulferien. Die Ehrung erfolgte dann später.

Alina Gabrisch nahm für ihren unermüdlichen sportlichen Einsatz als Übungsleiterin sichtlich gerührt die Vereinsehrennadel entgegen.

Ein dickes Dankeschön ging mit Blumen und einem kleinen Präsentkorb an Ilse Grewe, die wieder einmal für einige Zeit Lücken in der "Übungsleiterversorgung" schloss. Turnen hält eben jung.

Nach den Ehrungen ging es dann in den parlamentarischen Teil über. Trotz umfangreicher Umbauten im vergangenen Jahr hat sich der Kassenbestand nur wenig nach unten verändert. Corona-bedingt hat sich der Mitgliederbestand bei 732 Mitgliedern eingependelt. Hier macht vor allem der Bereich der Jiu Jitsu-Abteilung Sorgen.

Der Kassenbestand per 31.12.2021 ist mit 64.235,70 € recht ordentlich. Zwar gab es eine Mindereinnahme von 9.614,90 €, die aber im wesentlichen auf die Umbauarbeiten 2020 und 2021 zurückzuführen ist. Pandemiebedingt wurde den Mitgliedern 2021 auch ein Beitragsrabatt i.H.v. rd. 7.700 € eingeräumt. Wegen Corona gingen auch die Mitgliederzahlen zurück. Beitragsmindereinnahmen von rund 12.700 € waren die Folge.

Kassenmäßig gilt es aber auch 2022 und 2023 durch die aktuelle Weltlage zu schiffen. Inwieweit sich die deutlich erhöhten Energiepreise auf der Ausgabenseite wiederfinden, lässt sich aktuell noch nicht sagen.

Aus den Wahlen des Abends ergab sich auch im Bereich des geschäftsführenden Vorstandes eine Änderung. In Doppelfunktion agierte bislang unser Vorsitzender Hans Hahnen auch als 2. Kassierer. Diese Funktion übernimmt ab sofort Annette Fennel.

Das schöne Wetter ließ es dann nach gut einer Stunde schließlich zu, noch eine Zeit auf Einladung des Vorstandes im Vereinsheim oder auf der Terrasse zu verbleiben. Der Vorstand hatte zu kühlen Getränken und einem Imbiss eingeladen.

Es sollte für einige ein langer Abend werden, denn es gab teilweise viel zu erzählen nach so langer Zeit.



Gerda Gerdt erhielt aus den Händen unseres 2. Vorsitzenden Sascha Fennel die Silberne Vereinsnadel für 25jährige Mitgliedschaft.



Ebenfalls Glückwünsche zur 40jährigen Mitgliedschaft gab es für unseren langjährigen 3. Vorsitzenden Ralf „Maske“ Schutz.



Für ihr langjähriges Engagement als Übungsleiterin für den TBF wurde Alina Gabrisch mit der Verdienstnadel des Vereines ausgezeichnet.



Glückwünsche von Sportwartin Marlies Neuhaus und Sascha Fennel gab es zum 40jährigen Vereinsjubiläum für Andrea „Spinne“ Zwillich-Seck. In den 80er-Jahren war sie viele Jahre lang Jugendratsvorsitzende unseres Vereines.



Die Goldene Vereinsnadel für 50jährige Mitgliedschaft gab es für unser Ehrenmitglied Petra „Peggy“ Kaiser. Sie war in den 70er-Jahren Jugendratsvorsitzende und über viele Jahrzehnte 2. Kassiererin



Sie ist einfach die Beste. Ein Dankeschön aus den Händen von Gabi Glaubitz und Marlies Neuhaus gab es für Ilse Grewe, die wieder einmal half, als Not am Mann/an der Frau war.

Der aktuelle Vorstand

von Rainer W. Seck

Zeit bringt Veränderungen. Auch in der Besetzung des Vorstandes. Aber im 119. Vereinsjahr hielten sich die Veränderungen im Vorstand in Grenzen, denn es gab nur wenige Neu- oder Umbesetzungen.

Vorstand nach § 26 BGB

1. Vorsitzender	Hans Hahnen
2. Vorsitzender	Sascha Fennel
1. Geschäftsführerin	Saskia Högner
1. Kassierer	Patrick Plücker

Geschäftsführender Vorstand

Vorstand nach § 26 BGB sowie

3. Vorsitzender	Ralf Schutz
2. Geschäftsführer	Willi Riese
2. Kassierer	Annette Fennel
Sportliche Leiterin	Marlies Neuhaus
Sportlicher Leiter	Stefan Dujardin
Jugendvorsitzende	Katrin Högner

Gesamtvorstand

Geschäftsführender Vorstand sowie

Leiter Freizeitsport	Ulli Braune
Leiterin Frauenabteilung	Ilse Grewe
stv. Leiterin Frauenabteilung	Marlies Neuhaus
Leiter Radsport	Sascha Fennel
Leiterin Trampolin	Lynn Heggemann
stv. Leiter Trampolin	Chantal Neth
Leiterin Trendsportarten	Gabi Glaubitz
Leiter Basketball	Gero Hausmann
Leiter Skigymnastik	Werner Högner
Leiter Jiu Jitsu	N.N.

Ehrenamt

macht

Freu(n)de!

stv. Leiterin Jiu Jitsu	Saskia Plücker
Leiter Leichtathletik & Laufen	N.N.
Leiter Jedermann	Willi Riese
Leiterin Gerätturnen	Claudia Spelz
Leiterin Wirbelsäulengymnastik	Marlies Neuhaus
Leiter Kinderturnen	Hans Hahnen
stv. Leiterin Kinderturnen	Britta H.
Leiterin Senioren	Gabi Glaubitz
Leiter Badminton	Peter Berndt
Hauswart	Willi Riese
stv. Jugendratsvorsitzende	Britta H.
1. Vorsitzender Tennis	Daniel Zbick
2. Vorsitzender Tennis	Sven Büscher
Pressesprecherin	Karoline Seck
Ehrevorsitzender und Leiter Walking-Gruppe	Rainer W. Seck

Kassenprüferinnen

Daphne Dorigi und Sabine Pfeiffer

Ältestenrat

Ilse Grewe, Brunhilde Hofman, Günter Lüscher, Dieter Lösgen

SPORTDEUTSCHLAND IST

**EHRENAMTLICH
ENGAGIERT**

Über 22,9 Mio. Arbeitsstunden leisten die Ehrenamtlichen pro Monat.

BEINERT-KNOTTE ELEKTRO



- Elektro-Gebäudetechnik
- Sicherheitstechnik
- Kommunikationstechnik
- Energietechnik

Elektro-Gebäudetechnik
Basisinstallation
Lichttechnik
Daten- & Netzwerktechnik
Gebäudesystemtechnik (EIB/KNX)
Gerontotechnik (Wohnen im Alter)

Sicherheitstechnik
Einbruchmeldetechnik
Überspannungsschutz
Brandmeldetechnik

Kommunikationstechnik
Türkommunikation
Antennentechnik
Satellitenanlagen

Energietechnik
Speicherheizsysteme
Warmwassergeräte
Raumklimatisierung
Photovoltaik
Wärmepumpen

Oberhauser Straße 8-10
45359 Essen
0201 - 86 928-0

www.beinert-knotte.de



Nur Umziehen war gestern: Komplettservice ist heute!

Umzüge um die Ecke und um alle Welt

Montagen Systeme wie HÜLSTA, INTERLÜBKE etc. ♦ Ein- und Auspacken von Hausrat, Glas, Porzellan etc ♦ Regale, Lampen, Bilder, Spiegel, Gardinen abnehmen und aufhängen ♦ Teppichböden entfernen und auslegen, Laminat verlegen ♦ Wohnungsendreinigung, Restmöbelentsorgung, Möbeländerungen, ♦ Tapeten und Fliesen entfernen, Wohnungsrenovierung, ♦ Erledigung der Ab- und Anmeldeformalitäten und Behördengänge

Küchenmontagen

Komplett mit Anschlüssen, Lieferung neuer Arbeitsplatten, Blenden, etc ♦ Umbau von Küchenschränken in eigener Tischlerei

Lagerservice

Lagerungen von Einzelstücken und kompletten Haushalten ♦ Containerlagerungen in klimatisierter und bewachter Halle ♦ Aktenarchivlager mit Abhol- und Bringservice

Do it yourself Service

Containergestellung für Umzug und Lager bis vor die Tür ♦ Mietkartons, Verpackungsmaterial bundesweiter Lieferservice

Seniorenspozialservice

Umzüge, Küchenmontagen, Lagerservice zu versprochenen Festpreisen ♦ Sachlich, seriös und sauber arbeiten- des deutschsprachiges Fachpersonal

Weitere gute Gründe, die für uns sprechen:

Inhabergeführtes Familienunternehmen ♦ DIN-ISO 9001 zertifiziert ♦ langjährig erfahrenes und geschultes Fachpersonal ♦ luftgefederte, lärm- und abgasarme Fahrzeuge ♦ Außenaufzüge ♦ wachdienstgeschütztes und alarmgesichertes Lagerhaus

über 100 Jahre
Umzüge **Meinrich**[®]

45355 Essen, Wolfsbankring 40 ♦ Fon: 02 01 - 67 73 73 ♦ www.meinrich.de ♦ meinrich@meinrich.de

... der freundliche Familienbetrieb

Vereinsnachrichten

Letzter Turnschuh: Endlich wieder Normalität!

von Rainer W. Seck

Eine veränderte Software für die Zustellung von Postvertriebsstücken bei der Post führte bei den Ausgaben 4/2021 und 1/2022 dazu, dass einige Mitglieder keinen „turnschuh“ erhielten. Die fehlende Hausnummer war dafür verantwortlich. Mit der Ausgabe 2/2022 ist dieser Fehler in der Software behoben und die Zustellung unserer letzten Vereinszeitung erfolgte reibungslos.

8. Frintroper Shopping Nacht: Wir sind dabei!

von Rainer W. Seck

Die Initiative „Wir für Frintrop!“ macht es: Am 16. September findet wieder die Frintroper Shopping-Nacht statt. Die Shopping-Nacht hat sich über die Jahre zu einem echten Treff Frintroper & Bedingrader Bürger gemausert. Bei hoffentlich schönem Wetter werden wieder Tausende an diesem Freitag auf den Beinen sein.

Für den TBF auch eine gute Gelegenheit, nach langer Coronaunterbrechung wieder Flagge zu zeigen. Und die werden wir dabei haben: unsere Beach-Flagg mit dem TBF-Emblem.

Wir bringen aber auch Cocktails mit, denn wie bei der letzten Shopping-Nacht werden wir wieder einen Cocktail-Stand betreiben.

Wir werden fast unmittelbar vor dem Eingang der St. Josef-Kirche zu finden sein. Besucht uns doch einfach dort. Wir zaubern auch einen leckeren Drink. Natürlich auch ohne Alkohol.

Wir freuen uns auf jeden Fall sehr auf ganz viele Gäste an unserem Stand.

Theater im TBF: Das Haus am Kanal von Rainer W. Seck

Am Freitag, 23. September und Samstag, 24. September steht das Vereinsheim mal wieder ganz im Zeichen



des großen Theaters. Unsere Theatergruppe Tur-Bu-lent 03 bringt wieder ein Stück mit ganz viel Heimatbezug auf die Bretter, die auch im Vereinsheim die Welt bedeuten. „Haus am Kanal“ ist ein Stück, das von Heinz „Schwatten“ Maaßen geschrieben und vom Tur-Bu-lent 03-Ensemble seinen Feinschliff erhielt. Letztendlich haben also alle daran mitgearbeitet. Das ganze Stück spielt im besten Ruhrgebiets-Genre. Eben am Kanal. Und Musik, auch aus der Feder vom Schwatten Maaßen, ist auch mit drin. Die Zuschauer erwartet eine turbulente Krimikomödie, über deren Ausgang mitgeraten werden kann. So wird auch das Publikum in das Geschehen auf der Bühne einbezogen. Der Vorverkauf für das Stück hat bereits am 8. August begonnen. Karten gibt's beim Ensemble, unter theater@tbfo3.de und im Vereinsheim. Ensemblemitglieder sind Elke und Peter Berndt, Heinz Maaßen, Marlies Neuhaus, Andrea Zwillich-Seck und Jürgen Schumann. Auf dem Regiestuhl sitzt Beate Lascheit-Schumann und sie macht auch zur Not die Souffleuse, wenn es mal beim Text haken sollte.

8. Frintroper Shopping Nacht

Wir für Frintrop!



Freitag, bis 22 Uhr!
16. September 2022

Wir machen mit!



*Theatergruppe
tur-bu-lent 03*

Das Haus am Kanal

*Eine selbstgeschriebene Kriminalkomödie
von Heinz Maßen
im Turnerbund-Vereinsheim, Werkhausenstraße 16.*

*Freitag, 23. 9. 2022 & Samstag, 24. 9. 2022
19.30 Uhr (Einlass ab 19 Uhr)*

Eintritt: 10 €

Ukraine-Krieg: Stadt setzt in den Hallen Energiesparmaßnahmen um von Rainer W. Seck

Die Auswirkungen des russischen Krieges gegen die Ukraine wirken nun auch bis in unseren Sportbetrieb hinein. Am 9. August hat die Stadt Energiesparmaßnahmen verkündet, die auch den Betrieb in unseren Sport- und Turnhallen betreffen. Die Stadt hat sich hier an dem Notfallplan Gas der Bundesrepublik orientiert.

So wird ab Beginn der Heizperiode in den städtischen Sporthallen die Solltemperatur von 18 auf 16° gesenkt. Die Warmwasseraufbereitung für Handwaschbecken und Duschen in Sport- und Turnhallen wird erst in Stufe 4 eingestellt und damit wenn die letzte Notfallstufe erreicht wird. Allerdings wird bereits jetzt der Wasserdurchlauf reguliert und reduziert. Alle Maßnahmen wurden zuvor mit dem Essener Sportbund abgestimmt.



Hat ja eigentlich keiner gemerkt! von Rainer W. Seck

Da ist uns doch ein kleines Fehlerteufelchen in den letzten „Turnschuh“ gerutscht. Nach Heft Nr. 117 im I. Quartal 2022 haben wir kurzerhand das Heft für das II. Quartal 2022 auch zu unserer Nr. 117 gemacht. Hat natürlich jeder gemerkt. Tja, jetzt haben wir kein Heft Nr. 118. Aber dafür eine Nr. 119, eben das Heft, dass ihr gerade lest.



Überhaupt erstaunlich, dass unser Heft schon 35 Jahre besteht und nun auch seit einiger Zeit regelmäßig in das Archiv des Kulturhistorischen Vereins Borbeck wandert. Qualität setzt sich eben durch.

Unsere neue Platzwartin Mählanie von Rainer W. Seck



Das ist unsere neue Platzwartin. Sie heißt Mählanie. Gut 1.000 m² beackert sie jeden Tag am Vereinsheim. Ihre Anschaffung war notwendig, da die Bereitschaft, uns regelmäßig bei der aufwändigen Platzpflege auf unserem Vereinsgelände Werkhausenstraße zu unterstützen mehr und mehr nachließ. Mählanie ist so programmiert

4.506x Danke von Rainer W. Seck

Das war wirklich eine tolle Aktion, die sich auch wieder für den TBF gelohnt hat. Die Abteilungen wurden auch im Vorfeld noch intensiver eingebunden und konnten sich dann auch ihre Prämien aussuchen. Diese Prämien wurden nach den Ferien verteilt. Mehr dazu werden wir in der nächsten Ausgabe berichten. Es sind auf jeden Fall sehr tolle Prämien dabei.





Neuer Übungsleiter: Jörg Thiesling von Rainer W. Seck



Im vergangenen Jahr hat Jörg Thiesling die sportliche Rentnertruppe im TBF-Fitnessraum übernommen. Die „Oldies“ waren begeistert und es kostete kaum Überredungskünste, Jörg für einen Übungsleiterkurs zu begeistern. Im April erwarb er dann die DOSB-Lizenz, Übungsleiter C (sportübergreifend) über

den Landessportbund. Jörg war früher sehr aktiv beim Lauftreff und kam über den gemeinsamen Opa-Enkel-Sport wieder ein den TBF. Auf unserem Welterbe Zollverein findet man den ehemaligen Bergmann auch bei Steigerführungen mit Püttgeschichten, wo er den Besuchern dann Bergbau erklärt.

Jeannette & Andreas Illigen Hilfe bei Netzwerkproblemen + geführte Radtouren andreas@frintroperfahrradfahrten.de		Anne & Peter Dieler	Brunhilde Hofman & Manfred Bigell	
	Dachdeckermeister Hans-Michael Wilms Tel. 60 16 12	Ella, Luca, Daphne & Thorsten	Doris & Werner Klank	Rö(h)mer
Ilse und Dieter Lösgen		Heike & Olaf Hellmold	Familie Eisenburger	Elke & Ralf Esser
Geli Gollan	<i>Rita & Günter Lüsser</i>	Familie Hahnen	Heidrun & Norbert Günther	
Anne & Heinz Maaßen		Margaret, Heipe, Lucy + Emma wünschen einen tollen Restsommer.	Irmgard & Siegfried Schwarz	TBF-Hauswart Willi R.
Jürgen Schneider	Inge & Jürgen Seubert	www.muetze-bedachungen.de	www.kanzlei-binder-scholl.de	Karola Stöckel
Klaus & Christiane	Eddi & Kurt Hartwig	Karin & Kurt Litzki	Die Jeder-männer	Marlies Neuhaus
 <i>Frieden in der Welt wünscht Familie Seck</i>	Jessica, Beate & Michael Riese	Aus Bottrop Grüße von: Norbert Badura & Peter Seiler		Elke & Peter Berndt
	Martina & Dirk Eisenberg	Sabine Pfeiffer & Vater Werner	<i>Ralf Schutz & Silvia Petermeyer</i>	
	Ria Osenar		Annette & Sascha Fennel	Sandra Müller
Ulla & Bernd Plappert	Ursula Aschoff	Uschi Fennel	Angelika & Werner Högner	Willi Riese
Familie Kaufhold	Ilse Grewe	Gerlinde & Alfred Giepen	Hier könnte eure Spende stehen!	Hier könnte eure Spende stehen!

Unsere Turnerbundfamilie

Wir trauern.

Unser Mitglied

Annemarie Drauschke

ist im Alter von 85 Jahren verstorben.

Wir werden ihr ein ehrendes Andenken
bewahren.

Wir trauern.

Bereits am 9. November 2021 verstarb
unser Mitglied

Wilfried Arendt

aus der Jiu Jitsu-Abteilung Im 73. Lebensjahr.

Wir werden ihm ein ehrendes Andenken
bewahren.

Respekt, Frau Glaubitz von Rainer W. Seck



Gutschein zum Geburtstag und noch nicht eingelöst? Das musste jetzt nachgeholt werden. Auch wenn es aus luftiger Höhe mit dem Fallschirm Richtung „fester Boden unter den Füßen“ ging. Aber feige war unsere Gabi noch nie. Am 14. August war es dann so weit: In oder besser über Marl ging es im Tandem-Sprung aus 4.200 m Höhe zurück auf Mutter Erde. Und

sie konnte auch schon wieder fürs Foto lachen.
Herzlichen Glückwunsch zum Jungfernfug.

Wir gratulieren den Geburtstagskindern im IV. Quartal 2022

80 Jahre

Gerlinde Giepen

75 Jahre

Reinhard Vallböhmer
Barbara Vallböhmer

70 Jahre

Elisabeth Bracht

65 Jahre

Monika Bredtmann
Hans Willi Schulte-Eversum
Monika Petek
Martina Lißbeck
Georg Bruns
Karin Weber

60 Jahre

Jonny van de Ven
Monika Perschul

50 Jahre

Christoph Küpper
Thorsten Hüben

Wir suchen Unterstützung!

TURNERBUND
FRINTROP
1903

Die Gerätturn-Abteilung sucht ehrenamtliche Trainer*innen / Helfer*innen.

Die ca. 30 Turnerinnen und ihr Betreuerteam brauchen Unterstützung.

Trainingszeiten:

Fr, 17:15 – 19:00 Uhr

ggf. auch Mi, 18:00 – 20:00 Uhr

ggf. auch Fr, 16:00 – 17:15 Uhr

TH Altfriedschule, Essen-Frintrop

Hast du Lust und Zeit Mädchen zwischen 5 – 18 Jahren beim Gerätturnen zu unterstützen?

Wünschenswert sind Erfahrung im Gerätturnen / Kinderturnen, ein Übungsleiterschein kann bei Interesse erworben werden.

Wir freuen uns auf deine Mail an:
Geraetturnen@tbfo3.de



**Jiu Jitsu ab 45 Jahre
(auch für Anfänger)
jeden Freitag von 18 bis 20 Uhr
Turnhalle Helmstraße 5, 45359 Essen
Schnuppertraining möglich**



Walken/Nordic-Walking - Talking
mittwochs um 18 Uhr

Treffpunkt am Vereinsheim
Werkhausenstraße 16 in Frintrop
Offizieller Lauftreff des
Essener Sportbundes.



**23. Oktober, 15 Uhr
Senioren-Kaffeeklatsch mit Bingo
im Vereinsheim**

Uroma und Uropa Müller von Rainer W. Seck



Mächtig große Freude im Hause von Rosi und Norbert Müller. Am 7. Juli um 19.23 Uhr wurde Urenkel Lio Abel geboren und brachte



bei einer Größe von 54 cm ein Gewicht von 3.700g auf die Babywaage. Alle vier beteiligten Generationen sind mächtig stolz, nur in das RWE-Trikot des zukünftigen DFB-Auswählspielers muss der neue Erdenbürger noch hineinwachsen.

Oma und Opa Illigen von Rainer W. Seck



Noch etwas entfernt vom „Ur-Großeltern-Sein“ sind Jeannette und Andreas Illigen. Ihnen bescherte der 26. April das erste Enkelkind, eine kleine Leonie Ylvie. Die kleine Erdenbürgerin wog 2.930g und war 49 cm groß. Wir sind

alle sehr gespannt, wann sie vom Oppa das erste Fahrrad bekommt.

Die schönste Musik ist das Lachen eines Kindes.

Mama und Papa Tomczak von Rainer W. Seck

Ihr zweites Kind haben Sylwia und Patrick Tomczak bekommen. Lio-Noah kam am 1. August auf die Welt.



Der kleine Bruder von Xavier-Louis wog 3.770g. Dem neuen Erdenbürger ein herzliches willkommen und den Eltern und dem großen Bruder einen herzlichen Glückwunsch.

Mama und Papa Dujardin von Rainer W. Seck

Da haben sich nicht nur Mama Anne und Papa Stefan gefreut, sondern auch ganz besonders die große Schwester Lotta, als am 28. Juni Mara das



Licht der Welt erblickte. Die Dinslakener Neubürgerin war 47 cm groß und 3.020g schwer. Zählt man den Familienhund Paula mit dazu, steht das Geschlechterverhältnis bei unserem Sportwart jetzt bei 1:4.

Allen neuen Erdenbürgern ein herzliches Willkommen.

Ihr habt selbst Nachrichten aus der Turnerbundfamilie oder Urlaubsgrüße?
Einfach senden an:
turnschuh@tb03.de

Terminkalender:

Turnerbund Essen-Frintrop 1903:

verantwortlich für 119 Jahre Sport und Freizeit in Frintrop

04.09.2022	11 bis 13 Uhr	Frühschoppen Gäste sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
16.09.2022	18 bis 22 Uhr	8. Frintroper Shopping-Nacht Auch der TBF ist dabei!	Ortszentrum Frintrop
17.09.2022		Sommerfest der Tennisabteilung Jeder ist herzlich eingeladen.	TBF-Tennisanlage Schemmannsfeld 27
18.09.2022	10 bis 13 Uhr	Jiu Jitsu: Lehrgang Zivilcourage für alle bis 50 Jahre mit Sicherheitstrainer Jürgen Rautert Vertiefung des Lehrgangs vom 21. August (siehe Bericht an anderer Stelle)	Turnhalle Helmstraße 5
23. + 24.09.2022		Welturaufführung des Theaterstücks "Das Haus am Kanal" Theatergruppe im TBF TurBuLent 03	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
02.10.2022	11 bis 13 Uhr	Frühschoppen Gäste sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
03.10.2022	10 Uhr	Trad. Abschlussradtour der Saison Abfahrt am TBF-Vereinsheim, Etwa 50 km	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
07. bis 10.10.2022		Kongress und Meisterschaften der United Nations of Ju Jitsu	Ostende Belgien
23.10.2022	15 Uhr	Kaffeeklatsch für Senioren mit Bingo (bitte voranmelden)	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
05.11.2022		Nachmartinstreffen (in der Planung)	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
06.11.2022	11 bis 13 Uhr	Frühschoppen Gäste sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
04.12.2022	11 bis 13 Uhr	Frühschoppen Gäste sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
2023 - 120 Jahre Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.			
07.01.2023	17 Uhr	SPIRT - Feuerwerk der Turnkunst	ISS Dome Düsseldorf
08.01.2023	11 bis 13 Uhr	Frühschoppen Gäste sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
16. bis 27.07.2025		World University Games - Universiade 2025 In Essen mit den Sportarten Basketball, Judo, Fechten, Taekwondo, Tennis und Turmspringen	Essen, Bochum, Mülheim, Duisburg, Düsseldorf

Termine können sich ändern.
Daher auch immer einen Blick in den aktuellen Terminkalender auf unserer Homepage werfen oder
einen Blick in facebook.



Macht es wie unser T-Bär-F-Maskottchen: Schickt uns Fotos mit euch oder Grüße aus eurem Urlaub. Einfach eine Karte an TBF, Werkhausenstraße 16, 45359 Essen oder noch besser eine Mail an urlaubsgruesse@tbf03.de.

Wir haben uns sehr über die vielen Urlaubsgrüße gefreut, die uns erreicht haben. .



Liebe Grüße von den Kapverden, euer Hauswart Willi. Kurz & Knapp. Aber unser kleiner Vereinsbär (nicht der Willi) in Willis Hemdausschnitt grüßt natürlich auch.



Von einer politischen Bildungsfahrt nach Berlin grüßen v.l. Rainer W. Seck, Günter Lüsser, Andrea Zwillich-Seck, Andrea Mütze, MdB Sebastian Fiedler, Lydia Henseleit, Karl-Heinz Mütze, Peter Berndt, Sabine Pfeiffer und Michael Klein.
4 Tage Berlin bei fast 40° sind ganz schön anstrengend



Strandkorbgrüße von Norderney senden Irmgard und Siegfried Schwarz.



Ganz liebe Grüße von der Baleareninsel Formentera von Peggy und Pidder Kaiser.



Malle ist nur 1x im Jahr.....bei Petra Drees definitiv nicht.
Liebe Grüße von Mallorca.



Lauschige Abendgrüße eines erschöpften Wanderers von der Sonneninsel Kos sendet Heipe an den Turnschuh.



Viele Grüße von der Astnerbergalm in 1640 m ü. NN (Wanderung mit 450 m Höhenunterschied) und vom Antholzer See sendet Ilse Grewe.



Grüße vom Arbeitseinsatz beim Alpenverein sendet Norbert Seiwert von der Clarahütte/Österreich aus 2038 m Höhe.



Der T-Bär-F (unten rechts) war auch in Bärln zum Bildungsurlaub.



Aus dem holländischen Venedig in Giethorn grüßt die Mädels-Walkinggruppe vom Montag.

Wir danken allen
unseren Inserenten, dass
sie uns mit ihrer Anzeige
unterstützen.

Bitte bevorzugt diese
Inserenten bei euren
Planungen.

SCHLÜTER MALERMEISTER

AUF DEM EICHHOLZ 17 · 45359 ESSEN
TELEFON UND TELEFAX 02 01 / 60 20 60

Ein guter Rat spart Ihnen
Zeit und Geld.



Siggi Schwarz

Mitarbeiter der Bezirksdirektion Markus Rohmann

Tel. (02325) 46 65 66, markus.rohmann@signal-iduna.net



SIGNAL IDUNA



gut zu wissen



**Ehrenamt ist
keine Arbeit, die
nicht bezahlt wird.
Ehrenamt ist
eine Arbeit, die
unbezahlbar ist!**



Taxizentrale Vosswinkel

Im Bahnhof Borbeck - 45355 Essen - Marktstr.11



Ob um die Ecke oder in die weite Welt, wir bringen Sie hin

Flughafentransfer • Großraumlimousine
Vertragspartner der Krankenkassen

666666



670011

www.taxi-vosswinkel.de — info@taxi-vosswinkel.de



Italienische Grüße von Detlef Köppen aus dem Pustertal und vom Kronplatz (2.275m) in Südtirol an die Radgruppe.



Grüße aus Eltville am Rhein von unserem Heinz-Günter Lüsser mit seiner Rita.



Grüße aus der Rattenfänger-Stadt Hameln mit Tagestouren nach Bad Pyrmont, Hessisch Oldenburg, Rinteln und Bodenwerder (zum Lügenbaron) senden Peter und Heidi Zimmer.



Noch einmal italienische Grüße aus Südtirol: Jörg Thiesling grüßt die TBF-Old-Guys.



Von der Insel Mainau grüßen Karoline Seck und Steven Tenbergen.



Und weiter grüßen sie aus der Fußballhochburg Meppen mit Tagestouren nach Haselünne, Sögel, Haren und Lingen.



Aus Wilhelmshaven grüßen Brunhild Hofman und Manfred Bigell.



Rentner halt: Auch Detlef kam viel rum wie hier auf dem Mozartradweg in Österreich. Und er grüßt die Montagsradgruppe und die Rentnerradgruppe am Mittwochmorgen.



Beste Grüße von der Insel Kos in der griechischen Ägäis sendet Alina Gabrisch.



Grüße von der Wimbachgries-Hütte am Watzmann von Norbert Seiwert (rechts).



Grüße vom Kreuzberg/Rhön von Stephan Bauseler.



Ein weiterer Gruß von der Lieblingsinsel der Deutschen erreicht uns von Anne und Heinz Maaßen, die auch auf Mallorca ihren Urlaub verbrachten.



Nuestro vacacionista mallorquín número cuatro - unser Mallorcabesucher Nummer 4: Der frischgebackene Übungsleiter Jörg Thiesling grüßt aus Colònia de Sant Jordi.



Ach, Leute. Gut gezz. Jetzt erklären wir Mallorca offiziell zum Vorort von Frintrop. Es grüßen aus l'Arenal datt Nicole, datt Annette und datt Gabi und warum habt ihr so kleine Augen?



Aus dem mittelitalienischen Fano grüßt herzlich Petra Vaubel-Damer.



Beneidenswerte 11 Wochen war „Dr.“ Werner Becker (linkes Bild) in den USA unterwegs. Hier bei den Mammutbäumen im Yosemite-Nationalpark.



Hier fuhr das Wohnmobil Jeannette und Andreas Illigen nach Urk ans IJsselmeer und dann zuallererst ein Selfie für den TBF.



Urlaubsgrüße von Sardinien vom Monte Nai mit Sonnenaufgang senden Nina, Daniel, Jan und Maximilian Zbick.

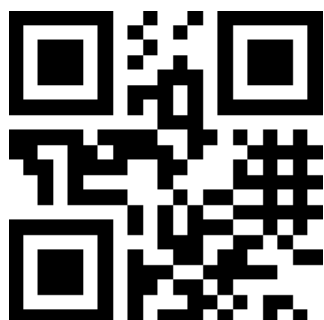
Neu im Verein?

Dann herzlich willkommen beim
Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.

Was ist wichtig?

- Dieses hier ist unsere Vereinszeitung, die jedes Mitglied 4x im Jahr per Post erhält.
- Wer im Laufe des Jahres eintritt, bekommt seinen anteiligen Jahresbeitrag kurz nach Vorlage des Aufnahmescheines abgebucht. Danach erfolgt die Abbuchung der Jahresbeiträge immer zum 1. April.
- Für Fragen stehen wir persönlich montags von 19.30 bis 20.30 Uhr im TBF-Vereinsheim zur Verfügung.
- Telefonisch erreicht man uns 24 Std. am Tag/7 Tage die Woche unter der Rufnummer 0201 / 60 12 58, per Mail unter vorstand@tbf03.de oder im Web unter „www.tb03.de“ bzw. „www.facebook.com/turnerbundfrintrop“.

TBF-Homepage



TBF auf Facebook



Tennis-Homepage



Abteilungsnachrichten

Tennis



GÜLTIG AB SOFORT!



AZB Sportwagen Porsche - Ferrari - Maserati
KFZ - Stütze Gbr
Bocholder Straße 161
45355 Essen



LECKERES BROT KAUFEN & GUTES TUN?

DANN REICHE JETZT DEINEN BELEG BEIM
TBF03 TENNIS EIN UND DIE TENNISJUGEND
ERHÄLT **5% DER BELEGSUMME ALS SPENDE.**



**ÄHRLICHES BROT BRAUCHT
ÄHRLICHES HANDWERK.**

Medenspiele & Bezirkspokal von Rainer W. Seck

Die Medensaison ist vorbei. Einige Ergebnisse sind bei Redaktionsschluss für diese Ausgabe noch nicht erfasst, aber gleichzeitig läuft auch schon der Bezirkspokal. Es kann von einer erfolgreichen Medensaison gesprochen werden.

Gemischt U12 Bezirksklasse A Gr. 068

Tabelle und Spielplan

Rang	Mannschaft	Beg.	Punkte	Matches	Sätze	Spiele
1	TC RAWA 1	5	9:1	26:4	52:10	324:146
2	Sportfr. Eigen-Stadtwald 1	4	7:1	16:8	35:17	255:149
3	TC Heisingen 3	5	5:5	13:17	29:35	250:251
4	BW Bottrop 1	5	4:6	13:17	26:41	195:308
5	TB Essen-Frintrop 1	5	3:7	14:16	33:33	250:242
6	TUSEM 1	4	0:8	2:22	5:44	91:269

Termin	Heimmannschaft	Gastmannschaft	Erg.
Mo. 02.05.2022 16:00	TB Essen-Frintrop 1	TC RAWA 1	1:5
16:00	BW Bottrop 1	TUSEM 1	5:1
16:00	Sportfr. Eigen-Stadtwald 1	TC Heisingen 3	5:1
Do. 12.05.2022 16:00	TB Essen-Frintrop 1	Sportfr. Eigen-Stadtwald 1	2:4
16:00	TC RAWA 1	BW Bottrop 1	6:0
16:00	TUSEM 1	TC Heisingen 3	1:5
Di. 24.05.2022 16:00	TUSEM 1	TB Essen-Frintrop 1	0:6
16:00	Sportfr. Eigen-Stadtwald 1	TC RAWA 1	3:3
16:00	TC Heisingen 3	BW Bottrop 1	3:3
Mi. 15.06.2022 16:00	BW Bottrop 1	Sportfr. Eigen-Stadtwald 1	2:4
16:00	TC Heisingen 3	TB Essen-Frintrop 1	4:2
16:00	TC RAWA 1	TUSEM 1	6:0
Mi. 17.08.2022 16:00	TB Essen-Frintrop 1	BW Bottrop 1	3:3
16:00	Sportfr. Eigen-Stadtwald 1	TUSEM 1	0:0
16:00	TC RAWA 1	TC Heisingen 3	6:0



Gemischt U12

von links: Frida Dahmann, Anna Rodenbeck,
Louisa Büscher, Clara Röske, Lukas Stroezel.

Es fehlen: Louis Bräuninger, Sarah Zenzen und Valeria Tanjuk.

Aktuelles Sportprogramm des TBF im Jahr 2021 (Änderungen vorbehalten!)

Tennis wird auf der Tennisanlage Schemmannsfeld 27 mit fünf Plätzen gespielt.

Erläuterungen: Turnhalle Helmstraße, Helmstr. 5 - Turnhalle Schloßschule, Schloßstr. 192

Turnhalle Altfriedschule, Frintroper Str. 432a - Turnhalle Unterstraße, Unterstr. 67

Sporthalle Bergeborbeck, Friedrich-Lange-Str. 15 -

Turnhalle Traugott-Weise-Schule, Wüstenhöferstr. 175

Montag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Stuhlgymnastik für Senioren	15:00 - 16:00	Vereinsheim	
Zumba Gold	16:30 - 17:30	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Wirbelsäulengymnastik	18:00 - 19:00	Vereinsheim	
Freizeitgruppe Herren	18:00 - 20:00	TH Helmstraße	Fußball
Skigymnastik	18:15 - 20:00	TH Altfriedschule	
Radsport	18:00 Abfahrt	Vereinsheim	In der Sommerzeit - Winterzeit im Fitnessraum
Gymnastik für Frauen	18:30 - 20:00	TH Unterstraße	
C-Gymnastik	19:15 - 20:15	Vereinsheim	
Basketball	20:00 - 21:45	TH Traugott-Weise-Schule	Hobbygruppe Erwachsene
Trampolin	18:45 - 21:45	SH Bergeborbeck	Leistungsgruppe
Dienstag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Wirbelsäulengymnastik	8:30 - 9:30	Vereinsheim	
Etern-Kind-Turnen	15:30 - 17:00	TH Unterstraße	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Kinderturnen	16:15 - 17:45	TH Altfriedschule	
Wirbelsäulengymnastik	17:30 - 18:30	Vereinsheim	
Trampolin	17:45 - 20:30	TH Altfriedschule	Fortgeschrittene & Wettkämpfer
Zumba	19:15 - 20:15	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Gymnastik für Frauen	20:00 - 21:45	TH Unterstraße	
Mittwoch	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Wirbelsäulengymnastik	8:30 - 9:30	Vereinsheim	
Zumba Gold	15:30 - 16:30	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Kinderturnen	16:30 - 18:00	TH Altfriedschule	
Zumba	17:15 - 18:15	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Gerätturnen	18:00 - 19:45	TH Altfriedschule	Fortgeschrittene & Wettkämpfer
Walking / Nordic-Walking	18:00 - 19:00	Treffpunkt Vereinsheim	Einstieg jederzeit
Trampolin	17:45 - 19:45	SH Bergeborbeck	Leistungsgruppe
Freizeitsport für Herren	19:30 - 21:45	TH Helmstraße	Fußball
Donnerstag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
TaDiFi (Tanz Dich fit)	8:30 - 9:30	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Jiu Jitsu	17:15 - 19:15	TH Helmstraße	Kinder ab 7 Jahre Anfänger und Fortgeschrittene
Trampolin	16:00 - 18:00	TH Altfriedschule	Anfänger ab ca. 6 Jahre
Wirbelsäulengymnastik	16:30 - 17:30	Vereinsheim	
Trampolin	17:45 - 19:45	TH Altfriedschule	Fortgeschrittene
BOP - Bauch Oberschenkel Po	18:45 - 19:45	Vereinsheim	
Jiu Jitsu	19:30 - 21:30	TH Helmstraße	Jugendliche ab 14 Jahren & Erwachsene
Freizeitsport für Herren	20:00 - 21:45	TH Altfriedschule	Fußball
Freitag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Gerätturnen	15:45 - 17:15	TH Altfriedschule	Anfänger
Gerätturnen	17:15 - 19:00	TH Altfriedschule	Fortgeschrittene
Jiu Jitsu für Ü45	18:00 - 20:00	TH Helmstraße	Erwachsene ab 45, auch Anfänger
Trampolin	18:45 - 21:45	SH Bergeborbeck	Leistungsgruppe
Badminton	19:00 - 21:30	TH Altfriedschule	Hobbygruppe
Jedermannsport	20:00 - 22:00	TH Unterstraße	Fußball
Jiu Jitsu	20:00 - 22:00	TH Helmstraße	Jugendliche ab 14 Jahren & Erwachsene
Samstag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Abenteuer Breitensportgruppe	10:00 - 11:30	TH Helmstraße	6 bis 14 Jahre
Abenteuer Breitensportgruppe	11:30 - 13:00	TH Helmstraße	ab 15 Jahre
Sonntag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Zumba Kids	10:00 - 10:45	Vereinsheim	5 bis 7 Jahre hier fallen zusätzliche Gebühren an
Zumba Kids	11:00 - 11:45	Vereinsheim	8 bis 12 Jahre hier fallen zusätzliche Gebühren an

Im Turnerbund ist Sport am schönsten!

Tabelle und Spielplan



Rang	Mannschaft	Beg.	Punkte	Matches	Sätze	Spiele
1	TC Helene 1	4	8:0	22:2	45:4	281:109
2	GW Kray 1	3	3:3	10:8	21:17	169:142
3	VfL Grafenwald 2	4	3:5	10:14	20:30	155:214
4	GW Schönebeck 2	3	2:4	6:12	12:24	117:146
5	TB Essen-Frintrop 1	2	0:4	0:12	1:24	32:143

Termin	Heimmannschaft	Gastmannschaft	Erg.
Mo. 09.05.2022 16:00	VfL Grafenwald 2	TB Essen-Frintrop 1	6:0
16:00	GW Kray 1	GW Schönebeck 2	6:0
Do. 19.05.2022 16:00	GW Schönebeck 2	VfL Grafenwald 2	6:0
16:00	TC Helene 1	GW Kray 1	5:1
Mi. 01.06.2022 16:00	TB Essen-Frintrop 1	TC Helene 1	0:6
16:00	GW Kray 1	VfL Grafenwald 2	3:3
Di. 21.06.2022 16:00	TC Helene 1	GW Schönebeck 2	6:0
16:00	TB Essen-Frintrop 1	GW Kray 1	0:0
Fr. 19.08.2022 16:00	VfL Grafenwald 2	TC Helene 1	1:5
16:00	GW Schönebeck 2	TB Essen-Frintrop 1	0:0

Bei den Junioren U15 ist die Medensaison aktuell noch ergebnisoffen.
An den Start gingen Lukas Piontek, Andrej Urusova, Henry Bücking und Finn Illner.

Tabelle und Spielplan



Rang	Mannschaft	Beg.	Punkte	Matches	Sätze	Spiele
1	TC Schellenberg 1	4	3:1	27:9	59:20	382:203
2	Werdener TB 1	4	3:1	16:20	38:44	301:315
3	TB Essen-Frintrop 1	4	2:2	19:17	43:42	303:321
4	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 1	4	2:2	17:19	36:44	274:306
5	PSV Essen 3	4	0:4	11:25	26:52	245:360

Termin	Heimmannschaft	Gastmannschaft	Erg.
So. 08.05.2022 09:00	TC Schellenberg 1	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 1	8:1
09:00	TB Essen-Frintrop 1	PSV Essen 3	8:1
Sa. 21.05.2022 14:00	PSV Essen 3	TC Schellenberg 1	2:7
So. 22.05.2022 09:00	Werdener TB 1	TB Essen-Frintrop 1	5:4
So. 12.06.2022 09:00	TC Schellenberg 1	Werdener TB 1	8:1
09:00	PSV Essen 3	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 1	4:5
Sa. 13.08.2022 14:00	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 1	TB Essen-Frintrop 1	7:2
14:00	Werdener TB 1	PSV Essen 3	5:4
Sa. 20.08.2022 14:00	TB Essen-Frintrop 1	TC Schellenberg 1	5:4
14:00	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 1	Werdener TB 1	4:5

Bei den Damen brachte ein Sieg am letzten Spieltag noch Platz 3. Zum Einsatz kamen Yvonne Richter, Anja Quack, Danielle Messner, Nina Döring, Angelique Schäfer, Laura Seiler, Corina Büscher, Nina Zbick und Christina Stroezel.

Tabelle und Spielplan



Rang	Mannschaft	Beg.	Punkte	Matches	Sätze	Spiele
1	TC Feldhausen 1	4	4:0	30:6	62:18	390:199
2	TB Essen-Frintrop 1	4	2:2	17:19	40:40	325:297
3	Borbecker TC 1	4	2:2	17:19	39:40	290:319
4	SV Schonnebeck 1	4	1:3	17:19	36:44	293:309
5	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 3	4	1:3	9:27	19:54	193:367

Termin	Heimmannschaft	Gastmannschaft	Erg.
Sa. 07.05.2022 14:00	TB Essen-Frintrop 1	Borbecker TC 1	5:4
14:00	SV Schonnebeck 1	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 3	9:0
Sa. 14.05.2022 12:00	TB Essen-Frintrop 1	SV Schonnebeck 1	6:3
14:00	Borbecker TC 1	TC Feldhausen 1	2:7
Sa. 21.05.2022 14:00	TC Feldhausen 1	TB Essen-Frintrop 1	7:2
So. 22.05.2022 09:00	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 3	Borbecker TC 1	4:5
Sa. 11.06.2022 14:00	TC Feldhausen 1	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 3	9:0
14:00	Borbecker TC 1	SV Schonnebeck 1	6:3
Sa. 18.06.2022 14:00	SV Schonnebeck 1	TC Feldhausen 1	2:7
So. 19.06.2022 09:00	TV Eintracht Essen-Frohnhausen 3	TB Essen-Frintrop 1	5:4

Vizemeister in der Bezirksklasse A wurde bereits im Juni die Herren 30. Die Ergebnisse fuhren Marco Petek, Martin Mallis, Thorsten Rekelkamm, René Prologer, Manuel Zimmermann, David Kiklhorn, Rene Lammert, Moritz Süß, Robert Siebers, Sven Büscher, Torben Lang und Tim Schmidt ein.

Tabelle und Spielplan

Rang	Mannschaft	Beg.	Punkte	Matches	Sätze	Spiele
1	TC Heisingen 1	7	6:1	41:22	89:55	611:470
2	PSV Essen 2	7	6:1	40:23	89:56	628:491
3	HTC Kupferdreh 1	7	5:2	40:23	87:50	625:422
4	TB Essen-Frintrop 1	7	4:3	42:21	90:49	627:433
5	Essen-Süd 1	7	3:4	28:35	60:76	497:578
6	VfB Kirchhellen 1	7	2:5	23:40	52:83	460:551
7	ETUF 2	7	1:6	23:40	54:85	488:616
8	BW Bottrop 1	7	1:6	15:48	34:101	310:685

Die Herren 40-1 schloss die Saison im gesicherten Mittelfeld ab. Auf dem Platz wurde die Mannschaft vertreten durch Oliver Grube, Marc Rodenbeck, Daniel Zbick, Sven Büscher, Markus Orwat, Björn Benning, René Prologer, Manuel Zimmermann, Rene Lammert, Felix Richter, Arne Wegner-Koslowski, Andre Czalla, Norman Tarapatzi, Tim Schmidt, Christian Mahler, Marco Isley, Oliver Meyer, Kemal Bükesoy, Andre Mahler, Damir Martinic, Tobias Wagner, Michael Zimmer, Sascha Tönnies, Stefan Nonnenmacher, Frank Stroetzel, Oliver Mösch und Tim Schäfer.



Termin	Heimmannschaft	Gastmannschaft	Erg.
Sa. 07.05.2022 12:00	TC Heisingen 1	VfB Kirchhellen 1	8:1
So. 08.05.2022 09:00	ETUF 2	PSV Essen 2	4:5
14:30	BW Bottrop 1	TB Essen-Frintrop 1	1:8
Sa. 14.05.2022 12:00	VfB Kirchhellen 1	HTC Kupferdreh 1	2:7
So. 15.05.2022 09:00	TB Essen-Frintrop 1	TC Heisingen 1	7:2
09:00	BW Bottrop 1	ETUF 2	4:5
14:30	PSV Essen 2	Essen-Süd 1	5:4
Sa. 21.05.2022 14:00	TB Essen-Frintrop 1	VfB Kirchhellen 1	8:1
So. 22.05.2022 09:00	ETUF 2	Essen-Süd 1	4:5
14:30	BW Bottrop 1	TC Heisingen 1	1:8
14:30	HTC Kupferdreh 1	PSV Essen 2	2:7
Di. 24.05.2022 14:00	HTC Kupferdreh 1	BW Bottrop 1	9:0
Sa. 28.05.2022 12:00	TC Heisingen 1	PSV Essen 2	5:4
14:00	VfB Kirchhellen 1	ETUF 2	6:3
14:00	TB Essen-Frintrop 1	Essen-Süd 1	4:5

Sa. 11.06.2022 14:00	ETUF 2	TB Essen-Frintrop 1	1:8
So. 12.06.2022 09:00	HTC Kupferdreh 1	TC Heisingen 1	4:5
14:30	Essen-Süd 1	BW Bottrop 1	4:5
14:30	PSV Essen 2	VfB Kirchhellen 1	9:0
Sa. 25.06.2022 14:00	Essen-Süd 1	HTC Kupferdreh 1	2:7
Sa. 13.08.2022 14:00	VfB Kirchhellen 1	BW Bottrop 1	9:0
So. 14.08.2022 09:00	Essen-Süd 1	TC Heisingen 1	3:6
09:00	ETUF 2	HTC Kupferdreh 1	4:5
09:00	PSV Essen 2	TB Essen-Frintrop 1	5:4
Sa. 20.08.2022 12:00	TC Heisingen 1	ETUF 2	7:2
So. 21.08.2022 09:00	BW Bottrop 1	PSV Essen 2	4:5
09:00	Essen-Süd 1	VfB Kirchhellen 1	5:4
09:00	HTC Kupferdreh 1	TB Essen-Frintrop 1	6:3

Herren 40 Bezirksklasse C Gr. 018

Tabelle und Spielplan

Rang	Mannschaft	Beg.	Punkte	Matches	Sätze	Spiele
1	TB Essen-Frintrop 2	5	5:0	38:7	79:15	499:216
2	TC RAWA 3	5	4:1	35:10	75:26	487:247
3	PT Sportverein Essen 1	5	2:3	19:26	41:56	327:415
4	TC Heisingen 2	5	2:3	17:28	38:60	365:412
5	VfB Frohnhausen 1	5	2:3	13:32	27:65	244:434
6	TC Bredeney 2	5	0:5	13:32	29:67	269:467

Termin	Heimmannschaft	Gastmannschaft	Erg.
So. 15.05.2022 09:00	VfB Frohnhausen 1	TB Essen-Frintrop 2	1:8
14:30	PT Sportverein Essen 1	TC Heisingen 2	3:6
14:30	TC Bredeney 2	TC RAWA 3	1:8
Sa. 21.05.2022 14:00	PT Sportverein Essen 1	TC Bredeney 2	5:4
So. 22.05.2022 09:00	VfB Frohnhausen 1	TC Heisingen 2	5:4
09:00	TB Essen-Frintrop 2	TC RAWA 3	5:4
Sa. 11.06.2022 14:00	TB Essen-Frintrop 2	TC Bredeney 2	9:0
So. 12.06.2022 09:00	TC RAWA 3	TC Heisingen 2	7:2
09:00	VfB Frohnhausen 1	PT Sportverein Essen 1	2:7
Sa. 13.08.2022 12:00	TB Essen-Frintrop 2	PT Sportverein Essen 1	7:2
14:00	TC Heisingen 2	TC Bredeney 2	5:4
14:00	TC RAWA 3	VfB Frohnhausen 1	9:0
So. 21.08.2022 09:00	TC RAWA 3	PT Sportverein Essen 1	7:2
14:30	TC Bredeney 2	VfB Frohnhausen 1	4:5
14:30	TC Heisingen 2	TB Essen-Frintrop 2	0:9



Herren 40 - 2

Nach 9 ungeschlagenen Medenspielen in Folge krönte die Herrn 40-2 des TBF die erfolgreiche Saison 2022 mit dem Aufstieg. Im letzten Spiel der Saison musste das Team gewinnen, um die Meisterschaft klar zu machen und besiegte den TC Heisingen deutlich mit 9:0. Und so sehen Sieger aus:

Oben von links nach rechts: René Preloger, Felix Richter, Benjamin Hellmich, Manuel Zimmermann, Norman Tarapatzki

Unten von links nach rechts: Tim Schmidt, René Lammert, Marco Ißley, Arne Wegner-Koslowski

Es fehlen: Kemal Bükesoy, Andre Mahler.

Herren 40 Bezirksklasse C Gr. 019

Tabelle und Spielplan

Rang	Mannschaft	Beg.	Punkte	Matches	Sätze	Spiele
1	ETB SW Essen 2	4	4:0	27:9	56:19	386:208
2	GW Stadtwald 1	4	3:1	23:13	47:30	348:245
3	DJK Altendorf 1	4	2:2	16:20	35:42	289:336
4	Kirchhellener TC "in Himmel" 1	4	1:3	14:22	31:45	270:328
5	TB Essen-Frintrop 3	4	0:4	10:26	20:53	193:369
6	TC Altenessen 2	0	0:0	0:0	0:0	0:0

Termin	Heimmannschaft	Gastmannschaft	Erg.
Sa. 14.05.2022 14:00	Kirchhellener TC "in Himmel" 1	GW Stadtwald 1	3:6
14:00	DJK Altendorf 1	ETB SW Essen 2	3:6
14:00	TB Essen-Frintrop 3	TC Altenessen 2	z
Sa. 21.05.2022 14:00	TC Altenessen 2	GW Stadtwald 1	z
So. 22.05.2022 14:30	DJK Altendorf 1	TB Essen-Frintrop 3	6:3
14:30	ETB SW Essen 2	Kirchhellener TC "in Himmel" 1	8:1
Sa. 11.06.2022 14:00	GW Stadtwald 1	DJK Altendorf 1	7:2
So. 12.06.2022 09:00	TC Altenessen 2	Kirchhellener TC "in Himmel" 1	z
14:30	TB Essen-Frintrop 3	ETB SW Essen 2	2:7
So. 19.06.2022 09:00	GW Stadtwald 1	TB Essen-Frintrop 3	7:2
Sa. 13.08.2022 14:00	DJK Altendorf 1	Kirchhellener TC "in Himmel" 1	5:4
14:00	ETB SW Essen 2	TC Altenessen 2	z
Sa. 20.08.2022 14:00	Kirchhellener TC "in Himmel" 1	TB Essen-Frintrop 3	6:3
14:00	TC Altenessen 2	DJK Altendorf 1	z
So. 21.08.2022 09:00	ETB SW Essen 2	GW Stadtwald 1	6:3

Herren 40 - 3

Platz 5 von 6 kam letztlich für die Herren 40-3 am Ende der Saison heraus. Für die Mannschaft standen auf dem Platz: Andrea Czalla, Norman Tarapatzki, Tim Schmidt, Christian Mahler, Marco Ißley, Oliver Meyer, Kemal Bükesoy, Andre Mahler, Damir Martinic, Tobias Wagner, Michael Zimmer, Sascha Tönnies, Stefan Nonnenmacher, Frank Stroezel, Oliver Mösch, Tim Schäfer und Alexander Brachthäuser-Raschke.

**Der Turnerbund Essen-
Frintrop 1903 e.V.
sucht ab sofort
Unterstützung (m/w/d) im
Bereich
Trampolinturnen.
Wenn Interesse besteht,
bitte telefonisch unter
0201 - 601258
(ggf. Anrufbeantworter) o-
der
vorstand@tb03.de
melden.**

17. September 2022

Doppel-Event auf Schemmannsfeld

von Tennisvorstand

Am 17. September startet wieder das große Sommerfest der Tennisabteilung auf der Tennisanlage Schemmannsfeld. Eingebunden in dieses Top-Fest sind wie im Vorjahr wieder die Finale der Vereinsmeisterschaften.

Für die Kinder steht eine Hüpfburg und vieles anderes be-

reit. Für die Erwachsenen gibt es Frisches vom Grill und leckere Getränke. An diesem Tag wird auch die Möglichkeit geboten, Interessierte in den Tennissport hineinschnuppern zu lassen. Daher sind auch vereinsfremde Gäste ganz, ganz herzlich willkommen.

Die Abteilung freut sich auf das Wiedersehen mit vielen ehemaligen Mitgliedern der Abteilung, die im vergangenen Jahr zahlreich auf der Platzanlage erschienen waren und so auch mit dazu beitrugen, dass die ganze Veranstaltung ein richtig schönes Familienfest wurde.

Also auf zum großen Sommerfest der Tennisabteilung auf Schemmannsfeld.

tennisabteilung SOMMERFEST 2022

SAVE THE DATE

17. SEPTEMBER 2022

FINALE VEREINSMEISTERSCHAFTEN • HÜPFBURG
COCKTAILS • SCHNUPPERMÖGLICHKEIT
FRISCHES VOM GRILL • KALTGETRÄNKE
UVM.



TBF03 TENNIS
SCHEMMANNSFELD 27, 45359 ESSEN





Zumba®



ZUMBA
GOLD®
WER WILL
SCHON SILBER?
HOL DIR GOLD!

FEIER MIT BEIM ZUMBA GOLD® KURS

Montags 16:30 Uhr
Mittwochs 15:30 Uhr

ZUMBA
KIDS plus

family = 1 Kind + 1 Erwachsener

NIE ZU
JUNG ZUM
FEIERN

Sonntag, 11.00 Uhr im TBF
Schnuppern unter 01773183673



Radgruppe



Radsaison 2022

von Rainer W. Seck

Die Radsaison ist noch im vollen Gang. Beide Radgruppen sind wieder sehr aktiv in diesem Jahr, egal, ob man mit dem Pedelec unterwegs ist oder wie die ganz harten mit dem ganz normalen Radel. Die Radgruppe am späten Montag-nachmittag wird noch bis zum Ende der Sommerzeit, also



bis einschließlich 24. Oktober radeln. Die „Old Guys“, das sind die agilen Rentner am Mittwochmorgen schafften es im vergangenen Jahr sogar bis zum 10. November. Alle zusammengerechnet kam in diesem Jahr sicherlich wieder eine 5stellige Summe gefahrener Kilometer zusammen.

Beiden Gruppen haben sich auch in diesem Jahr wieder neue Radler angeschlossen. Herzlich willkommen noch einmal.

Wie jedes Jahr (erstmal 2009) wird die Radgruppe die Saison offiziell am Tag der Deutschen Einheit, also am 3. Oktober beenden. Dann wird eine Runde von rund 50 km auf dem Programm stehen. Abfahrt ist um 10 Uhr am Vereinsheim und Rückkehr gegen 15 Uhr. Dort warten dann auch kalte Getränke. An dieser Runde dürfen auch gerne erwachsene Gäste mit Helm und verkehrssicheren Rädern teilnehmen. Die Kenntnis der Verkehrsregeln wird vorausgesetzt. So lange das Wetter es zulässt, Radeln die Gruppen noch weiter.

3. Oktober, 10 Uhr Saisonabschlussfahrt



„Old Guys“



Der Club der starken Männer

von Rainer W. Seck

Heute wollen wir auch einmal richtige Kerle vorstellen. Das ist ein Teil der Old Guys, die regelmäßig mit Übungsleiter Jörg Thiesling in die Mucki-Bude gehen oder auch mal zur Gymnastik in den Spiegelsaal. Richtige Kerle. Bauch rein, Brust raus. Im Fitnessraum dann an die Hantelbank, die Ergometer, aufs Rudergerät oder auf das Laufband.

Jörg passt dabei sehr auf, dass es keiner übertreibt, denn das Geheimnis für ein gutes Training liegt in der richtigen Dosierung. Tja Männer, Anfang November ist für mich auch Schicht im Schacht. Mal schauen, vielleicht stoße ich dann zu euch, zu den Old Guys vom Turnerbund Frintrop. Bin ja auch ein richtiger Kerl.



Essener Sportbund e.V.

Mitgliederversammlung

von Karoline Seck

Am 21. Juni 2022 fand turnusmäßig die ordentliche Mitgliederversammlung des Essener Sportbundes e.V. statt. Hierzu waren alle Mitglieder und auch viele Gäste aus Sportpolitik, Sportverwaltung und dem sportlichen Geschehen in der Stadt Essen eingeladen. Als Vertreter unseres Vorstandes nahmen Britta H. und ich daran teil.



Nach Grußworten durch die 1. Bürgermeisterin der Stadt Essen, Julia Jacob, und den Vizepräsidenten

espo
ESSENER SPORTBUND e.V.

für Finanzen des LSB NRW e.V., Diethelm Krause, standen zunächst die Berichte des Vorstands über die letzten beiden Jahre im Vordergrund. Mittelpunkt des Berichts war eine durch ein Video visualisierte Darstellung der Highlights. In einer konstruktiven Atmosphäre unter der Sitzungsleitung des 1. Vorsitzenden, Jochen Sander, wurden dann von den Mitgliedern der Jahresabschluss 2021, der Wirtschaftsplan 2022 sowie einige erforderliche Satzungsänderungen beschlossen. Ebenso fand die Einführung eines Ethik-Codes für den ESPO die hundertprozentige Zustimmung des Plenums. Bei den dann anstehenden Neuwahlen wurde ein Großteil der bewährten Vorstandsmitglieder einstimmig wiedergewählt.

Hinterher war noch die Gelegenheit, in gemütlicher Runde am „Haus des Essener Sports“ zu verweilen und Gespräche zu führen. Das haben wir gerne in Anspruch genommen.

8. Frintroper Shopping Nacht

Wir für Frintrop!



Freitag, bis 22 Uhr!
16. September 2022

Wir machen mit!

Der TBF macht auf der Shopping-Nacht den Cocktailstand direkt vor der St. Josef-Kirche im Himmelpforten.



apotheken&reformhaus

**Löwenstark für
Ihre Gesundheit**

Reformhaus



Treffpunkt gesundes Leben

Mahmoud Adel
Frintroper Str. 432 . 45359 Essen

Telefon 0201 6958007

Internet: www.markusmed.de

e-Mail: mail@markusmed.de