



Aus TB Frintrop/Tennis wird am 1. Januar TC Frintrop.
Neuer Tennisverein am 18. November gegründet.

*Allen ein
friedvolles
Weihnachten und
ein tolles und
gesundes 2026!*



Wer spricht von Siegen? Überstehen ist alles! Frohe Weihnachten und ein Super-2026!



Liebe Mitglieder des Turnerbundes Essen-Frintrop 1903 e.V.,
das Jahr neigt sich dem Ende. Ob es ein gutes oder ein schlechtes Jahr war, liegt sicherlich auch immer in den Augen des Betrachters. Für den Turnerbund als Gesamtverein war es in der Nachbetrachtung sicherlich ein gutes Jahr. Allerdings trennen wir uns aktuell auch von einer Abteilung. Eine Trennung, die Gesamtverein und Tennisabteilung aber erhebliche steuerliche und damit finanzielle Freiheiten schafft. Mehr dazu im Innenteil. Im Inneren findet ihr auch erstmalig so eine Art Jahresrückblick. Erst dann sieht man, was unser traditionsreicher Turnerbund auch 2025 geleistet hat. Man darf da auch ruhig mal stolz auf sich selber sein. Auf den Vorstand, die Abteilungen, die Trainerinnen und Trainer, Helferinnen und Helfer. Sie alle halten, viele davon ehrenamtlich, unser Vereinsschiff im Kielwasser. Schauen wir gemeinsam, was uns das Jahr 2026 bringen wird. Zu dem wünschen wir Ihnen und euch allen natürlich alles Liebe und Gute, vor allem Glück und ganz viel Gesundheit.

Frohe Weihnachten, Glückauf und bleibt alle gesund,
euer Gesamtvorstand

In Heft 132 lest ihr:

2	Vorwort / Impressum
4	Die Ausgründung der Tennisabteilung
9	Spenderkästchen
12	Vereinsnachrichten
18	Terminkalender
20	Unsere Turnerbundfamilie
23	Unser Übungsangebot
24	Urlaubsgrüße
26	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.

IV/2025 - 132/38. 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, Geräteturnen, 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 Außensportanlagen: 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 Altfriedrichschule, Frintroper Str. 432a, 45359 Essen
- Turnhalle Unterstraße (ehem. Sitterschule), 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, Sozialwirtin), Stefan Dujardin (sportlicher Leiter), Marlies Neuhaus (sportliche Leiterin), Annette Fennel (2. Kassierer), Ralf Schutz (3. Vorsitzender), Willi Riese jun. (2. Geschäftsführer sowie Hauswart und Jedermann), NN (Jugendvorsitzende(r)), René Prologer (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), Britta H. (stv. Jugendvorsitzende), Karoline Seck (Presse- und Öffentlichkeitsarbeit), Rainer W. Seck (Ehrenvorsitzender), Ältestenrat: Brunhilde Hofman, Ilse Grewe, Günter Lüsser, Dieter Lösger, Kassenprüferinnen: Daphne Dorighi und Sabine Pfeiffer.

Mitgliedschaften

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

KOMM IN BEWEGUNG. KOMM ZU UNS.

DEIN VEREIN: SPORT, NUR BESSER.



Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern
und für Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Die schönste Zeit des Jahres.



**Wir wünschen Ihnen eine frohe und
besinnliche Weihnachtszeit im Kreis
Ihrer Liebsten.**

www.sparkasse-essen.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse Essen

Ab 1. Januar: TC Frintrop

Die Tennisabteilung des Turnerbund Essen-Frintrop wird autark

von Christian Hess (TVN) und Rainer W. Seck

Augenscheinlich ändert sich nur ein Buchstabe – aber die Veränderung hinter den Kulissen ist umso gewaltiger! Fünf Jungs haben sich ein Herz gefasst und den Sprung ins kalte Funktionärswasser gewagt. Nach knapp einem Jahr aufwandreicher Vorbereitungen präsentieren sie nun das Ergebnis ihrer bisherigen Arbeit: Den TC Frintrop e.V.

Zuvor war der Gesamtverein Turnerbund Frintrop an den Vorstand der Tennisabteilung herangetreten und hatte aufgrund des bestehenden hohen administrativen Aufwands sowie des drohenden Verlustes der Gemeinnützigkeit eine Absplitterung vorgeschlagen.

„Die Chance, einen eigenen Verein zu gründen, heißt für uns, einen weiteren Schritt nach vorne zu gehen“, beschreibt René Preloger als Kandidat des Vorsitzenden die Motivation der beteiligten Verantwortlichen, „und da wir in der Tennisabteilung sehr erfolgreich unterwegs sind, haben wir diese Gelegenheit auch direkt genutzt.“

Gesagt, getan. Nachdem alle noch so kleine Hürden in mühsamer Arbeit genommen und sämtliche Verbindlichkeiten gegenüber dem Gesamtverein inklusive Übergabevereinbarung geklärt worden waren, gab's bei der Mitgliederversammlung des Hauptvereins am 4. Juli zuvor grünes Licht für die Neugründung.

Gut 40 Mitglieder der bis dato bestehenden TBF-Tennisabteilung finden sich dann auch an einem späten Dienstagabend bei Currywurst und Freibier zur Geburtsstunde im Clubhaus ein – und werden allesamt verbriefte Gründungsmitglieder des TCF. Die Versammlung ist dementsprechend gut gelaunt, verläuft reibungslos – und wählt die fünf Kandidaten allesamt einstimmig in die geplanten Ämter.

„Wir bedanken uns bei allen Beteiligten für das Vertrauen



Einstimmiges Votum: Der TC Frintrop ist gegründet!
(Foto: Christian Hess, TVN-Bezirk 5)

und freuen uns, nun unbürokratischer autarke Entscheidungen treffen zu können“, blickt der inthronisierte Vorsitzende René Preloger dann auch nach vorne, „ Vereinsleben und Entwicklung der Jugend hier sind fantastisch. Das werden wir natürlich weiter fördern.“

Außer Namen und Logo ändert sich für die Mitglieder wiederum nichts. Platzanlage, Clubhaus und Material sind bald in den Händen des TCF, der nun alle weiteren Schritte der Vereinsgründung gehen wird. Einzig die Abmeldung im Gesamtverein und die Neuanmeldung im neuen Verein zum Jahreswechsel fällt in den Aufgabenbereich der einzelnen Mitglieder. Bei bislang 105 Erwachsenen und 85 Jugendlichen ein durchaus aussichtsreiches Startpotential für 2026, für das man nur gutes Gelingen und viel Erfolg wünschen kann.

HINTERGRUND

Dieser wichtige Schritt konnte nur durch eine sehr harmonische und konstruktive Zusammenarbeit zwischen dem Vorstand des Gesamtvereins und dem Vorstand der Tennisabteilung angegangen werden. Ein Schritt, der beiden beteiligten Vorständen die Zukunft und vor allem finanzielle Mittel sichern soll.

Damit werden sich der Turnerbund Frintrop und seine 1989 gegründete Tennisabteilung offiziell zum 1. Januar 2026

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



Foto: gpa



Nur Umziehen war gestern: Komplettservice ist heute!

Umzüge um die Ecke und um alle Welt

Montagen aller 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 arbeitendes 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

trennen.

Der Gesamtverein Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V. wünscht dem neuen Frintroper Tennisverein TC Frintrop viel Erfolg und ein herzliches Glückauf! zum Neustart.

MÖGLICHE FISKALISCHE FOLGEN SIND DER GRUND DER TRENNUNG

Die Ausgründung der Tennisabteilung ist darin begründet, dass nur so die Gemeinnützigkeit sowohl für den Hauptverein Turnerbund Essen-Frintrop und der 1989 gegründeten Tennisabteilung erhalten bleiben kann.

Die Fiskus sieht vor, dass gemeinnützige Vereine insgesamt 45.000 Euro Bruttoumsatz an wirtschaftlichem Geschäftsbetrieb pro Jahr erzielen dürfen.

Diese Grenze ist sehr schnell erreicht, da Vermietungen, Kursgebühren, Eintrittsgelder, Werbung inkl. Bandenwerbung, Sponsoring und z.B. Thekenumsätze unter Einnahmen in den wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb fallen.

Folge bei Überschreitung: Körperschaftssteuerpflicht, Wegfall der vom Finanzamt anerkannten Gemeinnützigkeit, Verlust des Rechtes, Spendenbescheinigungen ausstellen zu dürfen, Verlust aller öffentlichen Förderungsmöglichkeiten u.a.. Ein finanzieller Verlust im Bereich eines höheren fünfstelligen Geldbetrages. Pro Jahr wohlgemerkt. Damit wäre die Grenze zur Lebens- und Leistungsfähigkeit eines Vereines überschritten.



Das Foto zeigt den Gründungsvorstand des TC Frintrop e.V.: Björn Benning (Platzanlage), René Lammert (Sportwart), René Preloger (Vorsitzender), Sven Büscher (Jugend) und André Czalla (Finanzen). (Text und Foto von Christian Hess - Tennisverband Niederrhein/Bezirk 5)

NEUE MITGLIEDER HERZLICH WILLKOMMEN

Der TC Frintrop (bis 31. Dezember d. J. Abteilung des Turnerbund Frintrop) verfügt über eine rund 7.000 m² große Platzanlage auf "Schemmannsfeld", also direkt an der Stadtgrenze zu Oberhausen und in direkter Nachbarschaft zum SC Frintrop. Die Anlage wurde 1989 errichtet. 1998 kam dann das einstöckige Clubhaus der Abteilung mit Gesellschaftsraum und Dusch- und Umkleidemöglichkeiten dazu. In der jüngeren Vergangenheit hat es der Vorstand der Abteilung geschafft, wieder ein Mitgliederpotenzial aufzubauen, dass

auch viele junge Familien angezogen hat. 100 Erwachsene und 85 Kinder zählt der zukünftige selbständige Verein, der auch wieder sehr rege am Spiel- und Wettkampfbetrieb des Bezirks 5 im Tennisverband Niederrhein teilnimmt.

Wer sich für eine Mitgliedschaft im neuen Verein interessiert, kann sich gerne direkt per Mail an den TCF-Vorstand wenden. Die Kontaktdaten findet man unter

<https://tbfo3-tennis.de/>



Nach der Gründungsversammlung sind dann auch unmittelbar die nächsten juristischen Schritte über einen Notar eingeleitet worden. Die Aufnahme in das Vereinsregister beim Amtsgericht Borbeck bewirkt, dass der TC Frintrop dann auch als e.V., also als eingetragener Verein fungieren kann. Und mit der erfolgten Eintragung kann der Verein sich auch steuerlich beim zuständigen Finanzamt erklären und die Anerkennung der Gemeinnützigkeit beantragen.

Um offiziell gemeinnützige Zwecke zu verfolgen und auf diese Weise von einer Steuervergünstigung zu profitieren, muss ein Verein...

- in seiner Satzung festhalten, dass er gemeinnützige, mildtätige oder kirchliche Zwecke im Sinne der Abgabenordnung verfolgt
- sich dazu verpflichten, die Erträge des Vereins unmittelbar und ausschließlich für die in der Satzung definierten Zwecke einzusetzen
- alle Mittel selbstlos (nicht für eigenwirtschaftliche Zwecke)

Das Bildungs- und Teilhabepaket und seine Umsetzung in Essen

Kinder und Jugendliche aus Familien, die Bürgergeld, Sozialhilfe nach dem SGB XII, Asylbewerberleistungen, Kindergeld mit Kinderzuschlag oder Wohngeld erhalten, können auch Hilfen für "Bildung und Teilhabe" bei der Stadt beantragen. Der Vereinsbeitrag gehört dazu.

JIU JITSU IM TBF

**FÜR KINDER
&
JUGENDLICHE**

**DONNERSTAGS
17–19 UHR**



KOMMT ZUM PROBETRaining!

**Wir stärken gemeinsam den
Geist, Körper und unsere
Konzentration und lernen dabei
die Grundlagen der
Selbstverteidigung.**

**Für Kinder ab 7 Jahren
Trainerin: Saskia Plücker
Kontakt: Saskia Plücker, 0176 57 61 22 07
s.pluecker.tbf@outlook.de**

Turnhalle Helmstraße
Zufahrt über den
Schulhof Helmstraße 5



cke oder unverhältnismäßig hohe Vergütungen) einsetzen und keine Ausgaben tätigen, die dem Zweck der Organisation nicht entsprechen

- über seinen Jahresabschluss nachweisen, dass er diese Selbstverpflichtung auch erfüllt und auf diese Weise die Vorschriften für eine Steuervergünstigung erfüllt
- den Freistellungsbescheid vom zuständigen Finanzamt vorliegen haben, der nach erfolgreicher Prüfung dokumentiert, dass die satzungsmäßigen Zwecke gemeinnützig im Sinne der Abgabenordnung und daher steuerbefreit sind.

Die Förderung des Sports ist ein anerkannter gemeinnütziger Zweck gem. § 52 Abs. 2 der Abgabenordnung (AO). Dies umfasst sowohl traditionelle Sportarten als auch neue Formen wie E-Sport.

Die Anerkennung der Gemeinnützigkeit ermöglicht es den Sportvereinen, von steuerlichen Vorteilen zu profitieren und Zugang zu öffentlichen Fördermitteln zu erhalten.



Geschichtlicher Rückblick auf die Tennisabteilung im Turnerbund Essen-Frintrop von Rainer W. Seck

Bereits 1974 gab es Stimmen innerhalb des Vereines über die Einrichtung einer Tennisabteilung. Dieser Wunsch wurde an die sportlichen und politischen Gremien herangetragen und es kam auch zu Konkretisierungen in der Standortauswahl, nachdem erste Gedankengänge, eine Anlage mit vier Tennenplätzen in Terrassenform unmittelbar am Vereinsheim in der Werkhausenstraße zu errichten, an Vorgaben des Landschafts- und Naturschutzes scheiterten. Ein erster durch die Stadt Essen vorgeschlagener Standort wurde sofort abgelehnt. Hierbei handelte es sich um den Sportpark Dellwig (Levinstr. 61), eine Zeit lang fußballerische Heimat von RuWa Dellwig 1925. Was aber sollte ein Frintroper Verein mit einer Tennisanlage in Dellwig? Das war eine gute Entscheidung, denn 2017 musste die Sportanlage schließen, weil die Stadt schlicht und einfach bei ihrer Entscheidung, rund um die Anlage Wohnbebauung zuzulassen, gepennt hatte. Die Lärmemissionen, die von einer solchen Anlage ausgehen, waren für eine angrenzende Wohnbebauung zu hoch. RuWa wechselte 2017 auf die Anlage am Scheppmannskamp und die Beach-Volleyballanlage des VC Borbeck hat seit einiger Zeit am Schemmannsfeld ihr neues Zuhause. Der zweite und später folgende Standortvorschlag war die heutige Tennisanlage von Adler Union Frintrop. Hier wollte der TBF aber seinem Nachbarverein nicht in die Quere kommen und verzichtete ebenfalls auf diese Lösung. Immerhin gab es zu dieser Zeit auch schon Bestrebungen, den Bereich des ehemaligen Fußballplatzes von SuS 05 am Ende der Frintroper Straße sportlich aufzuwerten.

Schließlich beschloss der Rat der Stadt am 27. Januar 1986

die städtische Finanzierung des Sportplatzbaus auf dem Gelände Frintroper Straße/Schemmannsfeld. Über 2 vollausgebaute Sportplätze und ein dazugehöriges Umkleidehaus kann der traditionsreiche Frintroper Verein Spiel und Sport 05 dann in ein bis zwei Jahren verfügen. Letztendlich kam aber auch noch die DJK JuSpo Frintrop hinzu, die ihr angestammtes Gelände auf Oberhauser Gebiet aufgeben müssen.

Von Glück kann auch der TBF reden, der gleichzeitig die Zusage erhält, auf dem neuen stadteigenen Gelände „an der ehemaligen Polizeiwache“ und Unterfrintroper Festplatz mit dem Bau der vereinseigenen Tennisanlage beginnen zu können, sobald die erwarteten städtischen und Landeszuschüsse sowie ein LSB-Darlehen zugesagt sind.

Am 21. Februar 1986 beschließt die Mitgliederversammlung des TBF die Einrichtung einer Tennisanlage im Zuge des Bebauungsplanes der Stadt Essen. Nach 12 Jahren Planungen im TBF können nun endlich Fakten geschaffen werden.

In einer außerordentlichen Mitgliederversammlung vom 28. November 1986 erläutern Geschäftsführer Rainer W. Seck und 2. Vorsitzender Manfred Thöne den aktuellen Sachstand. Die Planungen wurden gem. Beschlussfassung der Jahreshauptversammlung vorangetrieben. Neben der Erstellung der nötigen Zeichnungen und Baubeschreibungen wurde bereits ein Ausschreibungsverfahren in Gang gesetzt, das bereits abgeschlossen ist. Weiterhin wurden dem Regierungspräsidenten in Düsseldorf und der Stadt Essen fristgemäß die bereits vorhandenen Unterlagen zur Bezuschussung und Aufnahme in den Planungsetat vorgelegt. Beim LSB wurde ein zinsloses Darlehen beantragt. Das Liegenschaftsamt wurde ebenfalls einbezogen, da das Gelände durch die Stadt über ein Erbpachtverfahren zur Verfügung gestellt wird. Nach Klärung verschiedener Sachfragen wird das Bauvorhaben Tennisplatz bei 4 Nein- und 56 Ja-Stimmen genehmigt. Ende Juni 1987 erhält der Verein die Baugenehmigung für die Tennisplätze.

Dein Name für den Turnerbund: Danke allen Spendern!
Mit 5 € je Kästchen deinen Verein unterstützen. Natürlich steuerlich absetzbar!

Gerlinde & Alfred Glepen	Hier könnte eure Spende stehen!	Anne & Peter Dieler	Brunhilde Hofman & Manfred Bigell	
	Rosita & Gerd Ortner	Ella, Luca, Daphne & Thorsten	Doris & Werner Klank	Conni & Jörg D.
Ilse und Dieter Lösger		Hier könnte eure Spende stehen!	Familie Eisenburger	Elke & Ralf Esser
Geli Gollan	<i>Rita & Günter Lüsser</i>	Familie Hahnen	Hier könnte eure Spende stehen!	
Anne & Heinz Maaßen		Margaret, Heipe, Lucy + Emma wünschen einen guten Rutsch.	<i>Irmgard & Siegfried Schwarz</i>	TBF- Hauswart Willi R.
Heidi & Peter Zimmer	Monika & Josef Jung	www.muette- bedachungen. de	Ilona Praß & Rennbanane	Karola Stöckel
Klaus & Christiane	Ilse Grewe	Karin & Kurt Litzki	Annelie Ritter & Dr. Werner Becker	Marlies Neuhaus
<i>Frohe Weih- nachten und guten Rutsch wünscht Fa- milie Seck!</i>	Jessica, Beate & Michael Riese	Bottrop wünscht einen guten Rutsch! Norbert Badura & Peter Seiler		Elke & Peter Berndt
	Hier könnte eure Spende stehen!	<i>Sabine Pfeiffer & Vater Werner</i>	Ralf & Silvia Schutz	
	Ria Osenar		Annette & Sascha Fennel	Sandra Müller
Ulla & Bernd Plappert	Hier könnte eure Spende stehen!	Uschi Fennel	Angelika & Werner Högner	Willi Riese
Familie Kaufhold	Eddi & Kurt Hartwig	Nicole & Manfred Funke-Kaiser		Hier könnte eure Spende stehen!

Am 20. Juni 1988 wird vor dem Notar Norbert Respondeck durch den 1. Vorsitzenden Manfred Thöne und den Geschäftsführer Rainer W. Seck mit dem Liegenschaftsamt der Stadt Essen ein Erbbaurechtsvertrag unterzeichnet, der über 60 Jahre läuft. Ein weiterer Schritt Richtung Tennisanlage ist getan.



Erster Spatenstich am 8. Juli 1989

Leider alle schon verstorben: v.l. Hans Joosten, Hermann-Josef Knotte, Gertrud Joosten, Hubert Schnitzler und Ratsfrau Anneliese Dether

Schließlich kommt es auch nach drei Jahren Planung und Vorbereitung auf der Jahreshauptversammlung des TBF am 17. Februar 1989 zur Gründung der Abteilung. Erster Abteilungsvorsitzender wird Jürgen Taschner. Am 2. März des gleichen Jahres erfolgt auf der Sportausschusssitzung der Stadt auch die Bewilligung von 60.000 DM für den Bau von fünf Tennisplätzen.

Am 8. Juli 1989 erfolgte dann der 1.

Spatenstich durch den Ehrenvorsitzenden Hubert Schnitzler.



Eröffnung der Tennisanlage am 7. September 1989

V.l. Geschäftsführer TBF Rainer W. Seck, Abteilungsvorsitzendere Jürgen Taschner, Jürgen Thulke (MdL), Ehrenvorsitzender Hubert Schnitzler, Ratsfrau Anneliese Dether, 2. Vorsitzender TBF Siegfried Schwarz, Tennissportwart Michael Sonntag, Vorsitzender TBF Manfred Thöne

Die feierliche Eröffnung der Tennisanlage konnte aufgrund der Wetterlage während der Bauphase bereits am 7. September erfolgen. Bis dahin hatten sich bereits 200 Mitglieder in die Mitgliederlisten eingetragen. Das symbolische Durchschneiden eines blauen Bandes zur Eröffnung der Anlage nahm Ratsfrau Anneliese Dether vor. Der 1. Spatenstich für das Tennisheim, das nach Vorgaben der Stadt entstehen soll,



Erster Spatenstich Clubhaus am 23.11.1997 durch den TBF-Vorsitzenden Rainer W. Seck und Abteilungsvorsitzenden Peter Scholl

erfolgt am 23. November 1997 durch den TBF-Vorsitzenden Rainer W. Seck und den Tennisvorsitzenden Peter Scholl. Die Fertigstellung erfolgte im Sommer 1998 und am 15. August 1998 wurde das Clubheim an die Mitglieder der Tennisabteilung übergeben. Die offizielle Einweihung mit honorigen Gästen fand am 11. April 1999 statt.

Die Tennisabteilung beschließt auf einer außerordentlichen Mitgliederversammlung am 22. Juni 2001, sich vom Gesamtverein zu trennen und einen eigenen Verein anzustreben. Aufgrund des Beschlusses der Tennisabteilung musste von rechtlicher Seite auch die Mitgliederversammlung des TBF über die Loslösung der Tennisabteilung entscheiden. Dies findet in einer außerordentlichen Mitgliederversammlung des Gesamtvereines am 9. November 2001 statt. Die dort mehrheitlich anwesenden Mitglieder aus dem Tennisbereich plädieren aber auf einmal, zur großen Überraschung, gegen ihren eigenen Antrag und verbleiben weiterhin im Verein. Eine große Chance wurde damals vertan, denn Vertreter des Abteilungsvorstandes und des Gesamtvereines hatten bereits in vielen persönlichen Gesprächen mit der Stadt, der Sparkasse und den Sportverbänden den Weg für eine Ausgründung geebnet. Für die Tennisabteilung folgten Jahrzehnte an der Grenze (und auch oft darüber) zur finanziellen Leistungsfähigkeit.



**Wir wünschen dem
neuen Verein TC Frintrop ein
herzliches Glückauf und
bedanken uns auf das
Allerherzlichste für die
konstruktive und faire
Zusammenarbeit in den
vergangenen Monaten, um
gemeinsam das Ziel zu
erreichen.**

**Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.
Gesamtverein**

Vereinsnachrichten & mehr

Wieder die Weihnachtselfen

von Karoline Seck

Alle Jahre wieder sorgen unsere Weihnachtselfen-ehrenmitglieder Willi, Rainer und Günni dafür, dass im Vereinsheim ein Baum steht und auch mit der Kraft jahrelanger Erfahrung aufwändig beleuchtet und geschmückt wird. Und die Spitze ganz oben darf immer der Willi draufstecken. Weil er in allen Belangen der Größte ist.



Leider dieses Jahr nicht als Wunschebaum, sondern als schlichte Nordmantannen-Weihnachtsbaum. Naja, über und über mit roten Kugeln behangen ist ja auch nicht gerade schlicht.

Anstatt Wunschebaum müssten wir was anderes machen und so wurde eine andere Idee geboren.

Das WDR-Weihnachtswunder

von Karoline Seck

Weihnachten auch an andere denken, die es nicht so gut haben. So wurde in der Vergangenheit die Idee eines Wunschbaumes geboren und umgesetzt. Leider gibt es dieses Jahr keinen Wunschbaum und so hat der Vorstand nach einer Idee der Frauenabteilung beschlossen, das WDR-

Weihnachtswunder zu unterstützen, das in diesem Jahr von Essen aus Spenden sammelt.

Das „WDR 2 Weihnachtswunder“ findet in diesem Jahr in Essen statt. Vom 13. bis 17. Dezember senden Sabine Heinrich, Steffi Neu, Thomas Bug und Jan Malte Andresen mehr als 100 Stunden live aus einem gläsernen Studio

am Burgplatz neben dem Essener Dom. Ziel der Aktion ist es, Spenden für Hilfsprojekte zu sammeln.

Unter dem Motto „Gemeinsam gegen den Hunger in der Welt“ unterstützt der WDR erneut das Bündnis „Aktion



Deutschland Hilft“. Mit den Geldern sollen mehr als 30 Projekte in über 20 Ländern gefördert werden, darunter auch die Tafeln in Nordrhein-Westfalen. Im vergangenen Jahr kamen über zwölf Millionen Euro zusammen.

Als Ersatz für den Wunschbaum vergangener Jahre möchte sich der Turnerbund mit seinen vielen Mitgliedern selbst in die gute Sache einbringen. Und so wandert seit Ende November eine Spendendose durch die Abteilungen oder fand Aufstellung bei der Vorstellung unserer Theatergruppe.

Am Ende der Veranstaltung soll das Geld dann persönlich an das Team von WDR 2 übergeben werden.

Wie viel es am Ende gewesen ist, was unsere Mitglieder spendeten, stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest.

Aber knackt die Veranstaltung in Essen auch den Rekord aus Paderborn im vergangenen Jahr, als über 12 Millionen Euro zusammenkamen?

Wir drücken die Daumen.

St. Martin-Nachlese

von Karoline Seck

Was war das doch wieder für ein schönes Fest, dass der Vorstand am Frintroper Martinstag (8. November 2025) für seine Mitglieder und viele weitere Gäste organisierte.

Traditionell traf man sich „nach'm Zuch“ auf der großen, nie-







gelbangelneuen Terrasse und genoss kalte und warme Getränke und allerlei kulinarische Leckereien. Von sehr lieben Menschen hergerichtet.

Angefangen bei Hausmannskost u.a. in Form von sehr leckerer Linsensuppe (war auch ganz schnell weg), Currywurst, Gegrilltem, Stockbrot für die Allerjüngsten (aber auch für die Älteren). Und da Alex und Tina wieder sicher an der Theke die vielen Gäste mit frischen Getränken versorgten, wurde es ein urgemütlicher Abend im Heim und draußen bei bestem Martinswetter auch am Feuer.

Am meisten freute sich der Vorstand darüber, dass auch sehr viele junge Familien mit ihren Kindern den Weg zum Vereinsheim gefunden hatten. Aber auch die Älteren hatten Spaß am Verweilen.

Danke vor allem auch an alle, die uns an diesem Abend mit

jedweder Hilfe unterstützt haben. Das ist gelebtes Vereinsleben, das wir uns bewahren wollen.

Also: Terminkalender anklicken und den 7. November notieren. Dann wird der 59. Frintroper Martinszug durch die Straßen ziehen und anschließend dürfen wieder alle zum Nachmartinstreffen ans Vereinsheim kommen.

TBF-Theatergruppe: Mord in der Senioren-WG von Karoline Seck



Wieder einmal trat unsere Theatergruppe „tur-bu-lent 03“ an, um aufzutreten. Wie in der Vergangenheit natürlich wieder mit einem eigenen Stück. Das gesamte Ensemble hatte sich wieder selbst Charaktere ausgedacht, um das herum dann das Stück „Ein Zimmer für immer“ entwickelt und ge-



„tur-bu-lent 03“ das sind v.l. Ute Grieger, Peter Berndt, Marlies Neuhaus, Andrea Zwillich-Seck, Heinz Maaßen, Elke Berndt, Viola Wingen, Bernie Spieker und sitzend Beate Lascheit-Schumann.

Zimmer zu vermieten!
An ältere Semester.

Hast du Lust, mit ein paar netten
Leuten eine WG zu gründen?

Dann komm vorbei,
wir freuen uns.

Die Theatergruppe im Turner-
bund

„tur-bu-lent 03“
präsentiert:

Ein Zimmer für immer
eine Miträte-Krimikomödie

7 Senioren. 1 Haus. 1 Mord.
geschrieben und in Szene gesetzt
von
„tur-bu-lent 03“

Pfarrsaal von Herz-Jesu

Leoplatz 2, 45359 Essen-Frintrop

Freitag, 13. März 2026, 19.30 Uhr (Einlass 19 Uhr)

Samstag, 14. März 2026, 19.30 Uhr (Einlass 19 Uhr)

Kartenvorverkauf - 10 €

TBF-Vereinsheim. Mo ab 19.30 Uhr oder Mi ab 19 Uhr

Telefonisch unter 0176 52 55 21 50

oder Mail an theater@tbfo3.de

schrieben wurde. Wer unsere Theatergruppe kennt, weiß auch, dass ihre Stücke immer einen Mord beinhalten, der schließlich vom mitfiebernden Publikum ganz am Schluss aufgeklärt werden muss.

Na, Mord hört sich immer so schlimm an. Dabei wird bei den Stücken viel gelacht. Sehr viel sogar, denn immerhin ist „turbu-lent 03“ seit Jahren bekannt für seine Kriminalkomödien. 2x ausverkauft Haus beim aktuellen Stück. D.h. auch ein schöner Geldbetrag, den die Künstlerinnen und Künstler an den Verein für seine Kinder- und Jugendarbeit nach Abzug aller Kosten spenden konnten.

Zur Handlung und zum Täter/der Täterin können, dürfen, wollen wir hier nichts sagen, denn es gibt noch zwei weitere Aufführungen im März im Herz-Jesu-Pfarrsaal und da sollen die Leute doch noch nicht wissen, wer die Mörderin/der Mörder ist. Und alle, die dabei waren: Psssst!!!

Handgemachter Karneval im Vereinsheim

von Karoline Seck

Sie feiern halt auch gerne Karneval, die Männer und Frauen der Theatergruppe turbu-lent 03 und sie haben sich auch wieder Gäste eingeladen, um das kleine, aber feine Bühnenprogramm zu gestalten.



Auch 2025 war die Stimmung im Vereinsheim riesig.

Gefeiert wird am 31. Januar 2026 ab 19.11 Uhr (Einlass ab 18.31 Uhr). Nach dem sicherlich wieder lustigem Programm mit den 2 von der Körnerstraße, der berühmt-berüchtigten Playback-Show mit vielen Stars der Musikszene, einem Rollator-Ballett und vielen anderen Programmpunkten wird der DJ Karnevals- und Tanzmusik auflegen.

Motto des Abends: Einfach mal wieder Spaß zusammen haben und ein paar gemütliche Stunden verbringen. Für Getränke ist gesorgt und auch ein kleiner Imbiss für den kleinen Hunger zwischendurch soll angeboten werden.

Der Kartenvorverkauf beginnt im neuen Jahr montags im Vereinsheim am Tresen oder unter

karneval_im_tbf@tb03.de

Greift schnell zu bei den Karten, denn die Personenzahl ist auf 60 beschränkt. Es soll ja gemütlich werden.

Wollen wir Olympia?

von Karoline Seck

Der Rat der Stadt Essen hat in seiner Sitzung vom 10. Dezember 2025 beschlossen, einen Ratsbürgerentscheid zur Beteiligung Essens an der gemeinsamen Bewerbung der Region Rhein-Ruhr für Olympische und Paralympische Spiele durchzuführen. Die Abstimmung findet am **19. April 2026** statt und erfolgt ausschließlich per Briefwahl.

Vereinbarung Ehrenamtskarte unterschrieben

von Karoline Seck

Die Ehrenamtskarte NRW kommt 2026 nach Essen. Am Freitag, 21. November, unterzeichneten Oberbürgermeister Thomas Kufen und Andreas Kersting, Leiter des Referates Bürgerschaftliches Engagement in der Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen, im Essener Rathaus gemeinsam die entsprechende Vereinbarung zwischen Stadt und Land. Neben der Ehrenamtskarte NRW ist zukünftig auch die Jubiläums-Ehrenamtskarte in Essen erhältlich – eine Anerkennung für langjähriges Engagement.



Andreas Kerstin und Thomas Kufen bei der Unterzeichnung

Langeweile im
Ruhestand?
Zeit, dich im
Ehrenamt zu
zeigen!

Der Sport
braucht
dich!



mit Programm

& DJ

Karnevals

PARTY

Samstag, 31. Januar 2026,
19.11 Uhr (Einlass 18.31 Uhr)

10 €

Frintrops „handgemachte“

Karnevalsfeier!

Karten im Vorverkauf!

TBF

Kleiner
Imbiss möglich!

Spartütenball von Karoline Seck

Am 7. Dezember war es wieder einmal so weit: Spartütenball im TBF. Zum Empfang der Spargelder wurde zum Frühstück eingeladen. Gut 70 liebe Menschen nutzten dieses Angebot und kamen ins Vereinsheim. Mehr als 40.000 Euro wurden im Laufe des Jahres durch die kleinen Schlitzlöcher in die Sparfächer geworfen. Eine stattliche Summe.



Mindestens 5 € muss man zwischen den Leerungen sparen.

Willi und Ulli gebührt unser aller Dank für die Arbeit, die sie im Laufe des Jahres mit dem regelmäßigen Leeren der Sparkästen hatten.

Danke aber auch an Sascha, Annette, Silvia, Uschi, Kurt H. und viele andere, die wieder in der Küche, an der Theke und am Büffet unterstützten.

Es sind noch ein paar Sparfächer für das kommende Jahr frei. Wer Interesse hat kann sich direkt per Mail an Willi Riese unter

williriese@gmail.com

wenden.



Willi Riese und Ulli Braune: die Wächter der Sparfächer

Den ersten Leerungstermin wird es am 12. Januar geben. Der nächste Spartütenball könnte dann voraussichtlich am 6. Dezember 2026 stattfinden.

Spare in der Zeit, dann hast du in der Not.

Dauerbrenner Altfriedschule von Karoline Seck

Am 10.12.2026 wurden unsere Ratsfrauen und -herren über den aktuellen Stand der verschiedenen Baumaßnahmen in den Essener Turn- und Sporthallen in der Ratssitzung informiert. Der aktualisierte Zeitplan sieht dabei noch immer den Beginn der Baumaßnahmen in der Turnhalle der Altfriedschule mit den Osterferien 2026 vor.

Bauzeitende soll nach den Planungen im August 2027 sein. Na, da rechnen wir mal nicht mit. Die Erfahrung bei anderen Hallen hat gezeigt, dass diese Zeitangaben nur ein mögliches Bauzeitende sind. Zu groß sind die Schwierigkeiten, die sich im Bauverlauf aufzeigen. Man sollte sich auf eine lange Zeit einstellen, in der die Halle der Altfriedschule fehlt.

Hier in der Vereinszeitung könnte Ihre Werbung stehen! Unsere Vereinszeitung erreicht per Post rund 1.000 Mitglieder und wird in deren Familien weitergelesen. Dazu gibt es Tausende Internetabrufe von unserer Homepage. Interesse? Preisgünstige Werbung gibt es über vorstand@tbf03.de.

**Wir danken allen unseren Inserenten, dass
sie uns mit ihrer Anzeige unterstützen.
Bitte bevorzugt diese
Inserenten bei euren
Planungen.**

**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!**



Spenden an den Turnerbund per PayPal möglich

**Wie kann man an den Turnerbund spenden?
von Rainer W. Seck**



Das ist einfach und es gibt
mehrere Wege.

- Man überweist einen Betrag X auf das Konto des Vereins bei der Sparkasse Essen, gibt unter Verwendungszweck „Spende“ und den Namen des Spenders an. Die IBAN des Turnerbund Frintrop bei der Sparkasse Essen lautet:

DE78360501050004201984

- Man spendet ein oder mehrere Kästchen wie eines hier auf der vorherigen Seite. Wer Interesse hat, kann sich gerne über vorstand@tbfo3.de an den Verein wenden.
- Ganz neu ist die Spende über das „PayPal“ an den Turnerbund. Voraussetzung ist, ein PayPal-Konto zu haben. Das haben inzwischen viele. Den entsprechenden QR-Code zur PayPal-Spende an den Turnerbund haben wir hier abgebildet. Einfach die Handykamera auf den QR-Code richten, den Link öffnen und spenden.

Was sagt die Finanzverwaltung NRW dazu?

Spenden können Sie in Ihrer Einkommensteuererklärung als Sonderausgaben absetzen.

Voraussetzung für den Spendenabzug ist eine förmliche Zuwendungsbestätigung (amtlicher Vordruck), die auch Spendenbescheinigung genannt wird. Diese erhalten Sie von der von Ihnen unterstützten Organisation.

Bis zu 300 Euro spenden reicht ein einfacher Nachweis

Bei Zuwendungen bis zu einem Betrag von 300 € gilt der vereinfachte Nachweis. Das heißt, dass dann ein Kontoauszug oder ein Überweisungsbeleg genügt.

Sie müssen die Belege über Ihre getätigten Spenden nur dann vorlegen, wenn Ihr Finanzamt Sie dazu auffordert. Bitte bewahren Sie die Nachweise aber auf jeden Fall bis zum Ablauf eines Jahres nach Erhalt Ihres Steuerbescheids auf.



Unsere Turnerbundfamilie

Die schönen Nachrichten: rechts die Geburtskinder im IV. Quartal

von Rainer W. Seck

Herzlichen Glückwunsch an alle Geburtstagskinder, die im kommenden Quartal 50, 60, 65, 70, 75, 80, 85 und 90 Jahre alt werden. Allen anderen Jubilaren natürlich auch unsere besten Glückwünsche. Gerne berichten wir an dieser Stelle auch über Hochzeiten, Hochzeitsjubiläen, Geburten oder andere schöne Dinge, die die Mitglieder betreffen. Einfach eine Nachricht an uns.

Noch schöner wäre es, wenn es zu dem freudigen Ereignis auch noch ein Foto geben würde.

turnschuh@tbfo3.de

Ganz lieben Dank euch allen für eure Unterstützung. Wir sind eben eine große Familie.

Ehrenmitglied Wilhelmine „Helmi“ Noll lässt herzlich grüßen



Am 20. Oktober feierte unser Ehrenmitglied Wilhelmine „Helmi“ Noll ihren 95. Geburtstag. Aus diesem Anlass hat unser 2. Vorsitzender und unser Ehrenvorsitzender Rainer W. Seck mit seiner Frau Andrea sie im Alfred-Krupp-Haus in Frohnhausen besucht. Es war eine sehr kurzweilige Zeit und alle drei wurden von Helmi mit dem Wunsch entlassen, alle Frintroperinnen und Frintroper ganz herzlich zu grüßen, was hiermit geschehen ist.

Ehrenmitglied Petra Kaiser wird 70 von Rainer W. Seck



Unser Peggy.

Am 2. März 2021 wird Petra Kaiser 65 Jahre alt. Wir gratulieren ganz herzlich.

Unser Ehrenmitglied Peggy ist, damals noch als Petra Engels aus der Bandstraße, am 1. Juli 1972 in den Verein eingetreten. Wie später ihre Tochter Mareike sprang sie Trampolin in der noch legendäreren Truppe unter Heinz-Peter Michels. Schon früh zog es sie aber in den Jugendrat des TBF, den sie später sogar eine Zeit als Vorsitzende übernahm. Die Überlieferung weiß, dass auch die vielen Jugendfeten im Verein legendär waren. Da trieben sich auch schon einmal um die 150 junge Menschen im Vereinsheim herum. Wohl gemerkt: im noch nicht ausgebauten Vereinsheim.

Peggy, die ursprünglich von der Körnerstraße in Oberhausen kommt, war darüberhinaus vom 1991 bis 2017 zweite Kassiererin. Aufgrund so langer Mitarbeit im Vorstand ernannten wir sie daher am 22. April 2016 zum Ehrenmitglied unseres Vereines.

Das Trampolinfach belegt Peggy schon lange nicht mehr und auch dem orientalischen Tanz frönt sie mangels entsprechendem Angebot nicht mehr und auch ihre Mitwirkung im Ensemble der Theatergruppe „TurBu-lent 03“ lässt sie seit Jahren ruhen, ist aber immer noch 50 % des karnevalistischen Ensembles „Die 2 von der Körnerstraße“. Also Karnevalsjeck ist sie.

Was die Rentnerin jetzt treibt sind sehr ausgedehnte, teils monatelange Urlaube mit ihrem Angetrauten Peter im eigenen Mobilheim auf Terschelling.

Ach ja, mit ihrem Mann Pidder Kaiser haut sie gleich noch einen raus, adelig ist Peggy ja zwischendurch auch noch geworden.

**Wir gratulieren
den Geburtstagskindern im I. Quartal 2026**

**90 Jahre
Helga Markus, Willi Bierenfeld**

**85 Jahre
Angela Beyer**

**80 Jahre
Ursula Kohl**

**75 Jahre
Christa Friemuth, Werner Högner**

**70 Jahre
Petra „Peggy“ Kaiser (Ehrenmitglied)**

**65 Jahre
Sabine Pfeiffer, Jürgen Rautert
Heike Bistriz, Elke Zimmnau**

**60 Jahre
Ellen Färber, Sabine Goretzki-Locher
Sabine Beining**

**50 Jahre
Markus Schlüter, René Prologer
Frank Stroeze, Sonja Blank**

Silberhochzeit in Frintrops Hochadel von Rainer W. Seck

Am 11. Januar wird im Kaiserhaus gefeiert. Dann ist es genau 25 Jahre her, dass der Peter Kaiser (von Frintrop) seine Petra geheiratet hat. Geheiratet wurde standesgemäß im altherwürdigen Schloss Borbeck. In Heft 1/2001 (34. Heft unserer Vereinszeitung) titulierten wir dann auch unter dem Farbfoto auf dem Titelblatt „Kaiser von Frintrop heiratet Bürgerliche“.



11. Januar 2001 - Schloss Borbeck

Erkannt? V.l.: Petra und Peter Kaiser, Karoline Seck, Heidrun Günther, Heinz Maaßen

Gefeiert wurde später im Vereinsheim, nachdem sie sich im Kreis der Familie und Freunden bei Pfarrer Haberla in der Josefskirche das Ja-Wort gaben.

Wie schon angesprochen verbringen die beiden sehr viel Zeit in ihrem Mobilheim auf Terschelling. Aber auch Formentera ist ihnen sehr bekannt und die schneebedeckten Berge in Österreich. Fit halten sich beide durchs Radeln.

Freue mich sehr darauf, wenn ich in 25 Jahren an dieser Stelle dann über eure Goldhochzeit berichten darf.



Formentera
2023

Schickt uns eure Bilder von Hochzeiten, Taufen, Geburtsanzeigen an

frintrop@online.de.



Abrechnung mit
allen **Kassen-** und
Privatpatienten

Adresse Bocholder Straße 2
45355 Essen

Telefon 02 01 - 760 921 17

E-Mail podologie-koerner@vodafone.de

Web www.podologie-koerner.de

Mo 10-18 Uhr Di & Mi 8-16 Uhr Do nach Vereinbarung Fr 8-15 Uhr

Noch mehr Geburtstage

Sabine Pfeiffer (Pfeiffer mit 3 F), seit sieben Jahren Kassenprüferin im TBF und noch viel länger Walkerin, wird am 10. Februar, sorry Cosmos, 65 Jahre alt.

Jürgen Rautert, Trainer beim Jiu Jitsu, Träger des 4. Dan Jiu Jitsu und Vize-Präsident des UNJJ - United Nations of Ju Jitsu feiert am Valentinstag, 14. Februar, seinen 65. Geburtstag.

Elke Zimmnau, Übungsleiterin in der Montagsgruppe der Frauenabteilung, wird am 21. März ebenfalls 65 Jahre.

Werner Högner, Leiter unserer Abteilung Ski-Gymnastik montags in der Altfriedschule, feiert am 15. März seinen 70. Geburtstag.

Euch allen Engagierten noch einmal ein ganz spezieller Glückwunsch.

Da werden schon die Hochzeitsglocken gestimmt



Nach 8 Jahren intensiver Testphase hat Philip Braune, Sohnemann von Alina und Andreas und Enkel von Ulli und Sylvia, seiner Freundin Celina am 11. November auf einer AIDA-Kreuzfahrt einen Antrag gemacht.

Und? Richtig, Celina hat „Ja“ gesagt.

Jetzt warten natürlich alle gespannt auf den Hoch-

zeitstermin.

Wir gratulieren aber schon einmal ganz herzlich und werden weiter berichten.

Aktuelles Sportprogramm des TBF im Jahr 2025 (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

Da viele Gruppen momentan sehr gut besucht sind, bitten wir Mitglieder oder Interessierte
vor dem Besuch einer neuen Gruppe zunächst Kontakt zur sportlichen Leitung unter
sport@tbf03.de aufzunehmen.

So ist im Vorfeld eine Absprache mit den jeweiligen Übungsleitungen möglich.

Montag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Old Iron Guys	10:00 - 11:00	Vereinsheim	
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	
Trampolin	17:00 - 19:30	SH Bergeborbeck	Leistungsgruppe
Dienstag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Wirbelsäulengymnastik	8:30 - 9:30	Vereinsheim	
Eltern-Kind-Turnen	16:30 - 18:00	TH Helmstraße	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Kinderturnen	16:30 - 17:45	TH Altfriedschule	
Wirbelsäulengymnastik	17:15 - 18:15	Vereinsheim	
Gerätturnen	18:00 - 20:00	TH Altfriedschule	Fortgeschrittene & Wettkämpfer
Zumba	19:00 - 20:00	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Gymnastik für Frauen	20:00 - 21:45	TH Unterstraße	
Zumba Step	20:00 - 21:00	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Mittwoch	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Wirbelsäulengymnastik	8:30 - 9:30	Vereinsheim	
Zumba Gold	16:00 - 17:00	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 - 20:00	TH Altfriedschule	Fortgeschrittene & Wettkämpfer
Walking / Nordic-Walking	18:00 - 19:00	Treffpunkt Vereinsheim	Einstieg jederzeit
Trampolin	18:45 - 21:15	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	für Kinder ab 7 Jahre (Anfrage Erw. unter sport@tbf03.de)
Trampolin	16:00 - 18:00	SH Bergeborbeck	Anfänger ab ca. 6 Jahre
BOP - Bauch Oberschenkel Po	19:00 - 20:00	Vereinsheim	
Zumba Step	20:15 - 21:15	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Freitag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Old Iron Guys	10:00 - 11:00	Vereinsheim	
Gerätturnen	16:00 - 17:30	TH Altfriedschule	Gerätturnen-Breitensport
Gerätturnen	17:30 - 19:00	TH Altfriedschule	Gerätturnen-Breitensport
Trampolin	19:00 - 21:30	SH Bergeborbeck	Leistungsgruppe
Badminton	19:00 - 21:30	TH Altfriedschule	Hobbygruppe
Samstag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Abenteuer Breitensportgruppe	10:00 - 11:30	TH Helmstraße	6 bis 14 Jahre
Gerätturnen	10:00 - 12:00	TH Altfriedschule	Wettkampfstraining bei Bedarf
Abenteuer Breitensportgruppe	11:30 - 13:00	TH Helmstraße	ab 15 Jahre

Im Turnerbund ist Sport am schönsten!



Reisebüro Peter Lotz

Frintruper Str. 430 · 45359 Essen

Tel.: 0201 - 69 00 63 - 64 · Fax: 0201 - 8 69 50 09

Email: info@reisebuerolotz.de · www. reisebuerolotz.de

Ständig aktuelle Angebote vorrätig!
Flüge · Pauschalreisen
Kreuzfahrten · Busfahrten · etc

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.



Rosi Schlosser und Uschi Fennel fingen noch ein paar schöne Herbsttage in der Türkei ein.



Stephan Bauseler grüßt vom Kloster Kreuzberg in der Rhön.



Winke, Winke von Elke und Ralf Esser aus Velten am Wörthersee.



Mirador de Fataga mit 600 Höhenmetern, gar kein Problem mit Mountain E-Bikes mit Milch in den Schläuchen (für Pannen - kein Scherz). Wie würden die Räder wohl laufen, wenn man Bier da reinschüttet?? Wir haben hier 28 Grad und am Abend 23, einfach herrlich.

Liebe Grüße von Gran Canaria-Ralf und Ilse



Für Karo Seck und Steven Tenbergen ging es im Herbst nochmal für eine Woche nach Sevilla.



Die Eheleute Praß grüßen herzlich aus Bad Zwischenahn.



Mit „Mein Schiff“ übers Mittelmeer. Von einem Landgang grüßt ganz herzlich Marion Lindackers.



Sechs Mädels aus dem Tennisclub, die reisen furchtbar gerne. Deshalb zieht's diesen lustigen Trupp einmal jährlich in die Ferne. Und das seit 33 Jahren! Mal seh'n, wo sie demnächst hin fahren.



Stehan Bauseler in der Rhön.



Ein orientalischer Gruß aus Aswan/Ägypten von Jörg Thiesling

Übungsleiter/in Für den Bereich „Wirbelsäulengymnastik“ gesucht.
Ihr kennt jemanden oder könnt es vielleicht selbst?
Bitte wendet euch an vorstand@tbf03.de

Terminkalender:

Turnerbund Essen-Frintrop 1903:

verantwortlich für 123 Jahre Sport und Freizeit in Frintrop

2026			
04.01.2026	11 bis 13 Uhr	Monatlicher Frühschoppen im Vereinsheim. Auch Gäste, die nicht Mitglied sind, sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
31.01.2026	19.11 Uhr	Handgemachter Karneval. Siehe Bericht Seite 17	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
01.02.2026	11 bis 13 Uhr	Monatlicher Frühschoppen im Vereinsheim. Auch Gäste, die nicht Mitglied sind, sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
01.03.2026	11 bis 13 Uhr	Monatlicher Frühschoppen im Vereinsheim. Auch Gäste, die nicht Mitglied sind, sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
13.03.2026	19.30 Uhr	Theater "Ein Zimmer für immer". Siehe Bericht Seite 14	Pfarrsaal Herz Jesu Leoplatz
14.03.2026	19.30 Uhr	Theater "Ein Zimmer für immer". Siehe Bericht Seite 14	Pfarrsaal Herz Jesu Leoplatz
29.03.2026		Beginn Sommerzeit und Start in die Radsaison	
05.04.2026		wegen Ostern KEIN FRÜHSCHOPPEN	
19.04.2026		Essener Bürgerentscheid wegen Olympia	
11.06.2026 - 19.07.2026		Fußball-WM-Studio im Vereinsheim	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
25.09.2026	18 bis 22 Uhr	12. Frintroper Shopping Nacht - unser Cocktailstand ist im Himmelpforten zu finden	Frintroper City
09. & 10.10.2026		WM und Kongress der United Nations of Ju Jitsu	Sizilien in Italien
2028			
125 Jahre Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.			
2029			
2029		Internationales Deutsches Turnfest	München
2036			
2036		Olympia im Revier?	

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

Sport- und Abteilungsnachrichten



Trampolinturnen



Erfolgreiches Wettkampfwochenende beim LTV-Pokal und Deutschland-Cup

**Saison gestartet
von Chantal Neth**

Am 4. Oktober fand in Bösingfeld der LTV-Pokal statt. Für unseren Verein gingen Henry Kauz (Jahrgang 2013) und Joris Rührwiem (Jahrgang 2008) an den Start und durften den RTB in ihren jeweiligen Altersklassen vertreten.

Für Henry war es der erste Wettkampf auf deutscher Ebene – dementsprechend groß war die Aufregung. Trotz leichter Wackler in beiden Übungen kämpfte er sich tapfer durch und zeigte viel Einsatz und Motivation. Auch in seiner Mannschaft war die Nervosität spürbar, aber alle gaben ihr Bestes. Leider hat es am Ende nicht für das Finale gereicht.



Joris startete in der neu eingeführten Altersklasse 17–21 Jahre und bildete zusammen mit Joel Paschke (TV Uftorf-Eick) und Luis Litters (TV Voerde) ein starkes Team. Seine Pflichtübung gelang ihm sehr gut, doch in der Kür musste er leider abbrechen. Dennoch erreichte das Team das Finale und durfte noch einmal antreten. Auch dort lief es nicht ganz wie geplant – am Ende freuten sich die drei aber über den 3. Platz. Am darauffolgenden Tag, dem 5. Oktober, trat Henry erneut beim Deutschland-Cup in seiner Altersklasse an. Die Nervosität war noch spürbar, sodass er sein Können diesmal nicht ganz abrufen konnte.

Trotzdem sind wir Trainer sehr stolz auf die beiden!

Henry und Joris haben schon die nächsten Ziele für das kommende Jahr fest im Blick und wir freuen uns darauf, gemeinsam weiter zu trainieren und die beiden bei Ihren Zielen zu unterstützen!



2. v.r.: Joris Rührwiem

Dank an Gerd Gente

von Lynn Heggemann

Wir berichteten über das nicht mehr reparable und in seiner Anschaffung mit 3.239,29 € doch recht aufwändige Trampolintuch. Gerd Gente, Geschäftsführer und Ehrenvorsitzender der GET - Gemeinschaft Essener Turnvereine, hat sich sehr um ein neues Tuch bemüht. Das alte war von Idioten zerschnitten und von Eurotramp kostenfrei repariert worden. Es riss mit der Zeit aber trotzdem wieder. Gerd hat über die Stadt und die Sparkasse Gelder für eine Neuanschaffung akquiriert. Den Rest haben GET und der Turnerbund dazu getan, damit unsere jungen Athleten wieder ein intaktes Turngerät im Leistungszentrum Bergeborbeck zur Verfügung haben. Also ganz herzlichen Dank nochmal!





Wir suchen Unterstützung!

Die Gerättturn-Abteilung mit ca. 50 Turnerinnen sucht Trainer*innen / Helfer*innen.

mögliche Trainingszeiten:

Di, 18 – 20 Uhr

Mi, 18 – 20 Uhr

Fr, 16 – 19 Uhr

TH Altfriedschule, Essen-Frintrop

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

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

Wir freuen uns auf deine Mail an:
Geraettturnen@tb03.de



Walking / Nordic-Walking



Walking ist nahe an der natürlichen Alltagsbewegung Gehen, so dass keine neuen Techniken erlernt werden müssen. Walking ist ein aufrechtes, nicht verkrampft, bewusstes Gehen mit verstärktem Armeinsatz. Eine aufrechte Körperhaltung und ein aktiver Armeinsatz sind die wichtigsten Punkte für eine gute Walking-Technik, so dass die gesamte Rumpfmuskulatur beansprucht wird. Wir treffen uns, außer, wenn es junge Hunde regnet, jeden Mittwoch um 18 Uhr zu einer gemütlichen Runde durch das Frintroper Pantoffelgrün. Wir sind zwischen 50 und 70 Jahre alt und haben große Freude daran, so etwas für unsere Gesundheit zu tun. Auch „das Quatschen“ kommt bei unseren Runden nicht zu kurz. Schaut doch einfach mal vorbei.



Walken/Nordic-Walking - Talking
mittwochs um 18 Uhr
ca. 1 Stunde

Treffpunkt am Vereinsheim
Werkhausenstraße 16 in Frintrop



Glück-Auf-Marsch

von Rainer W. Seck

Der Glück-Auf-Marsch in Essen fand am 25. Oktober 2024 bereits zum 2. Mal statt. Insgesamt 1.111 Teilnehmer in den Kategorien 16, 25 und 42 km gingen an den Start.

Von der Walkinggruppe im Turnerbund Frintrop haben wir mit Stephan Bauseler unser hoffnungsvollstes Nachwuchstalents auf die Strecke geschickt. Bei diesem Marsch mit Start und Ziel am Seaside-Beach am Baldeneysee ist das Ziel das Ziel, unabhängig von der Zeit. Wie das Bild mit Stephan und baumelnder Teilnehmermedaille zeigt, hat er dieses Ziel mit Bravour erreicht. Glückwunsch von seinen Mitwalkern am Mittwochabend.

Wir wünschen allen Mitgliedern und ihren Familien eine schöne Weihnachtszeit und wenn die Weihnachtspfunde drücken: Schaut ´mal vorbei!



„Tanz dich fit“ & Wirbelsäule bei Alina



TaDiFi = Tanz Dich FIT 👍


JEDER kann mitmachen 🍌

Du hast Spaß dich zu toller Musik zu bewegen?

**TURNERBUND
03 BfF e.V.
ESSEN - FRINTROP**

Dann komm einfach vorbei 😊

Do 8:30-9:30 im Vereinsheim



Noch freie Plätze

In meinen Gruppen TaDiFi = Tanz dich fit am Donnerstag (8.30 Uhr) und Wirbelsäulengymnastik am Mittwoch (8.30 Uhr) sind aktuell noch freie Plätze.

Bei „Tanz dich fit“ bewegen wir uns zu toller Musik, jeder wie er kann. Der Begriff Wirbelsäulengymnastik klingt im ersten Moment wie etwas, das nur für Menschen im höheren Alter relevant ist. Doch das stimmt nicht: Wirbelsäulengymnastik ist im Grunde nichts anderes als Rückentraining. Und das können besonders die gebrauchen, die bei ihrer täglichen Arbeit viel sitzen müssen. Hallo, liebe Leute in den Homeoffices: Das ist also ganz bestimmt auch was für euch.

Beide Sportangebote finden in unserem Vereinsheim in der Werkhausenstraße 16 (Nebenstraße vom Schildberg) am Ende der Sackgasse statt. Einfach Sportzeug mitbringen und Probetraining machen.

Lustige Truppe kann immer Verstärkung gebrauchen....

Du bist morgens schon fit und aktiv...dann bis du bei UNS in der TaDiFi Gruppe Gold richtig...Do von 8:30-9:30





Gerätturnen



Tiger Jump

von Claudia Spelz

Die Gerätturnerinnen haben die Herbstferien genutzt und sich mal in einer anderen Halle sportlich betätigt.

Gemeinsam ging es zum Tiger Jump nach Oberhausen. Auf den Trampolinen dort wurde sich ordentlich auspowert und auch der ein oder andere Flick-Flack und Salto geturnt.

Das war ein toller Spaß für alle, wie man auf dem Foto sieht.



Mannschaftswettkampf

von Nadine Dewever

Beim diesjährigen Mannschaftswettkampf präsentierten sich die Turnerinnen verschiedener Jahrgänge mit viel Einsatz und Freude am Sport. Von den jüngsten bis zu den älteren Athletinnen zeigten alle Teams saubere Übungen, starke Nerven und beeindruckenden Teamgeist. Die jüngsten Starterinnen der AK9 überzeugten mit Mut und soliden Leistungen an Boden, Sprung und Reck. Am Ende erreichte das Team einen respektablen 13. Platz.

In der AK11 lieferten sich die Mannschaften ein enges Duell. Mit guten Übungen, besonders am Barren und Sprung, erturnte sich das Team einen verdienten 11. Platz. Die Ältesten, die AK13, glänzten mit technisch anspruchsvollen Übungen und sauber ausgeführten Kombinationen. Belohnt wurde dies mit einem starken 4. Platz, der für großen Jubel im Team sorgte. Insgesamt bot der Wettkampftag einen gelungenen Einblick in die Nachwuchsarbeit des Vereins. Die Trainerinnen zeigten sich zufrieden und stolz auf die Entwicklung ihrer Gruppen. Alle Beteiligten freuen sich schon auf den nächsten Wettkampf, erneut mit Teamgeist, Spannung und viel turnerischer Leidenschaft. (Fotos Nadine Dewever, Ella Bödecker und Hermine Kreienbring)





Zumba®



Noch Plätze frei!

Aktuell gibt es noch freie Plätze. Wer Interesse hat, kann gerne Kontakt aufnehmen.

Mittwochs um 16 Uhr

ZUMBA GOLD®

Hier sind noch Plätze frei

**BIETET AKTIVEN
ÄLTEREN ERWACHSENEN:**

-  **BESSERES GLEICHGEWICHT**
-  **MEHR BEWEGUNGSFREIHEIT**
-  **VERBESSERTER KOORDINATION**
-  **DEN ULTIMATIVEN GUTE-LAUNE-KICK**

ZUMBA gold®

Im Vereinsheim



Zumba® Fitness & Zumba® Step
Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.

Verschwende keine Zeit und melde dich jetzt zur
kostenlosen Probestunde an,
denn Ausreden verbrennen keine Kalorien!

Was ist Zumba®?

Zumba® ist ein Tanz-Fitness-Workout zu lateinamerikanischer Musik.
Bei uns steht der Spaß im Vordergrund.
Zumba® Step ist eine Mischung aus Zumba® und Step Aerobic.

Für wen ist Zumba® geeignet?

Zumba® ist für jeden geeignet, der Spaß an Bewegung und den
südamerikanischen Rhythmen hat.
Du benötigst keine Vorkenntnisse. Jedes Alter und jedes Fitnessniveau
ist willkommen.

Wann & Wo?

Werkhausenstraße 16, 45359 Essen-Frintrop

Zumba® Fitness mit Gabi
Mittwochs, 17:15 – 18:15 Uhr
☎ 0177 7468397

Zumba® Step mit Jenny
Dienstag, 20:05 – 21:05 Uhr
Donnerstags, 20:10 – 21:10 Uhr
☎ 01578 1296054

Tanz Dich Fit (TaDiFi) mit Alina
Donnerstags, 08:30 – 09:30 Uhr
☎ 0177 2680032



Jedermann



Jedermann und ich – eine über 50jährige Geschichte

von Willi Riese

Im Januar 1971 haben zwei 17jährige Jungs von Hugo Hennig (+) aus dem Verein die Anfrage erhalten, als ÜL-Helfer bei seiner größeren Mädchensportgruppe auszuhelfen. Das Training fand in der Turnhalle an der heute ehemaligen Sittferschule statt. Im Anschluss unserer Trainingsstunden dort, hatte das damals schon existierende Jedermannturnen seine Übungsstunden. Damals noch unter der Leitung von Freddy Sopha (+). Prompt fragte man uns irgendwann, ob wir nicht auch Interesse hätten, dort mitzumachen. Erst gab es ein wenig Gymnastik und danach wurde Fußball gespielt. Das gefiel uns und wir sagten zu.

Und wir sind geblieben. Ich selbst über 50 Jahre und ich habe keine Minute bereut.

Die Sportler dort waren meist aus der älteren Generation. Viele kannten sich schon länger, weil sie gemeinsam bei Thyssen arbeiteten. Ich konnte dann über meine damaligen beruflichen Kontakte zur Deutschen Bundesbahn (heute Deutsche Bahn) und zur Pfarrmannschaft von St. Josef noch einige jüngere Männer in die Jedermannabteilung und damit in den Verein holen. Beruflich bedingt (Schichtwechsel) kam es ab und an zu Veränderungen bei den Übungsleitern und auch einige der älteren Mitglieder dort schieden aus beruflichen oder gesundheitlichen Gründen aus.

Es dauerte nicht lange, da fragte der Turnerbund über den damaligen Oberturnwart Hans Joosten (+) an, ob ich die Abteilung und den Übungsleiterposten nicht übernehmen wol-

le/könne. Das habe ich schließlich getan und wir konnten innerhalb der Abteilung einen festen Mitgliederbestand von rund 15 Männern sichern.

Nach einiger Zeit kamen wir über die Sportler, die bei Thyssen arbeiteten auch mit der Fußballgruppe „Oberhausen international“ zusammen, eine Sportgruppe mit Männern verschiedener Nationen, die sich ebenfalls über Thyssen zusammengefunden hatten. Mit dieser Gruppe haben wir uns angefreundet mit dem Ergebnis, dass wir öfters gegeneinander antraten. Ob in der Halle oder aber auch bei den „Tag der offenen Tür“-Veranstaltungen, die der Turnerbund in den 70er- und 80er-Jahren einmal im Jahr am Vereinsheim veranstaltete. Auch gegen andere Teams spielten wir oder wir nahmen an Turnieren teil.

Auch gemeinsame Freizeitgestaltung kam auf Vorschlag der Abteilungsmitglieder dazu. „Warum nicht ´mal gemeinsam ein paar Tage irgendwo zusammen verbringen?“ So haben wir schließlich jedes Jahr für 4 Tage Städtetouren gemacht. Es ging nach Prag, Budapest, Barcelona, Warschau oder auch London. Danach sind wir in verschiedene deutsche Städte gefahren. Freiburg, Hamburg, München, Stuttgart zu den Cannstatter Wasn u.v.a. waren unsere Ziele.

Im Lauf der Jahre wurde es immer schwieriger, die Freitagabende zum Training ausreichend mit Mitgliedern zu füllen, weil man es einfach nicht schaffte, andere Männer für den Freitagabendsport zu begeistern. Die Abteilung wurde klei-

ner und kleiner, so dass ich dann im November 2024 beschlossen habe, die Jedermannabteilung „mangels Masse“ aufzugeben. Nach mehr als 45 Jahren als Leiter der Gruppe aufzuhören, war nicht einfach, denn mehr als $\frac{3}{4}$ meines Lebens habe ich in dieser Abteilung verbracht.

Ich möchte diese wunderbare Zeit mit so vielen tollen Menschen nicht missen und ich danke allen, die den Weg mit mir gegangen sind und wünsche allen eine gute Zeit.

Ach ja: Auf Städtetouren fahren wir immer noch.

Lieber Willi, dir gilt auch seitens des Vereines unser allerherzlichster Dank. Du hast dich immer für deine Sportler eingesetzt und warst über viele Jahre der am längsten fungierende Abteilungsleiter unseres Vereines. Danke!



Skigymnastik



Jedermann und ich – eine über 50jährige Geschichte

von Werner Högner

Hallo liebe Sportfreunde.

Das Sportjahr 2025 neigt sich dem Ende und in der Rückbetrachtung bleiben viele schöne gemeinsame Erlebnisse von den Übungsabenden und darüber hinaus.

So waren wir fast immer vollzählig und konnten uns nach dem Sport glücklich und zufrieden in den Abend und in die neue Woche verabschieden. Wir hoffen, dass wir auch 2026

noch lange die Halle der Altfried-Schule nutzen können und wir uns noch nicht an eine andere Halle (anderer Ort) während der geplanten Renovierung gewöhnen müssen. Wichtig ist uns allen, dass es beim gleichen Wochentag und der gleichen Übungszeit bleibt.

Neben diesem Wunsch für das neue Jahr wünsche ich uns allen viel Glück und Gesundheit.

Euch allen frohe und besinnliche Weihnachten und einen guten Rutsch ins Jahr 2026.

Euer Werner Högner.

**Übungsleiter/in für den Bereich
„Wirbelsäulengymnastik“
gesucht.**

**Ihr kennt jemanden oder könnt es vielleicht selbst?
Bitte wendet euch an
vorstand@tbf03.de**



Radgruppen im TBF



Wir sind jetzt 2

von Rainer W. Seck

Bislang gab es zwei Radlergruppen im Verein. Die einen, in der großen Masse noch berufstätig, radeln seit 2007 jeden Montag ab 18 bzw. 18.30 Uhr für mindestens eine Stunde durch die nähere Umgebung von Frintrop. So 20 km werden es in der Regel.

Seit 2015 machten sich die ersten älteren Radler, allesamt Rentner und Pensionäre, zunächst noch mit einer kleinen Männergruppe und ohne Batteriemotor auf die Radwege. Geradelt wurde/wird seit eh und je am Mittwochmorgen. Da kommen schon einmal ein paar Stunden und, inzwischen in der Masse mit Akku unterwegs, so rund 50 bis 60 km zusammen. Hier steht der Sport und die Kameradschaft im Vordergrund und sie nennen sich selbst scherzhaft die Old Guys Radler. Und sie fahren in einer reinen Männertruppe, wohingegen die Montagsradlergruppe gemischt ist.

Es gab eine Befragung des Vorstandes nach der offiziellen Radsaison ob sich die „Oldies“ der von Sascha Fennel geführten Radgruppe anschließen wollen. Was sollte man dagegen haben?

Die zweite Frage war, ob man sich vorstellen könne, mittwochs zukünftig auch mit Frauen zu fahren. Das wollte die große Masse der Radler bei aller Wertschätzung für die Frauen nicht. So wie es reine Frauengruppen im Verein gibt, wollten auch die Radler unter sich bleiben.

Es geht also ab den ersten warmen Sonnenstrahlen im Frühjahr in der Radgruppe zukünftig montags und mittwochs auf die Piste.

Jahresabschlusstour 2025

von Rainer W. Seck

Seit 2008 nutzen wir den Tag der Deutschen Einheit am 3. Oktober für unsere Jahresabschlusstour. Andreas Illigen hat



Morgens um 10 ging es am Vereinsheim los.

wieder eine sehr schöne Tour vorbereitet, die für die Teilnehmer eine Runde von etwas über 40 Kilometern vorsah..

Leider war die Teilnehmerzahl wegen der ungünstigen Wetterprognosen nicht so dolle. Kriegen wir bestimmt demnächst besser hin.

Stadtradeln 2026

von Rainer W. Seck

Wir warten auf den offiziellen Startschuss. Der Termin für das Essener Stadtradeln steht aber noch nicht fest. Wahrscheinlich wird es wieder ein 3-Wochen-Zeitraum im Mai sein. 21 Tage tritt man gemeinsam im Team für eine Kommune in die Pedale und fördert gemeinsam Radverkehr, Klimaschutz und Lebensqualität. Jeder Kilometer zählt dabei, denn die Leistung der Radler wird in der Gruppe aufaddiert.

Gezählt wird dabei jede Fahrt, die unternommen wird. Ob zur Arbeit, zum Einkaufen oder zum Vergnügen. Wir hoffen sehr, dass wir unser diesjähriges Ergebnis deutlich übertrumpfen werden.

Saison 2026

von Rainer W. Seck

Ein paar Eckpunkte stehen schon für die bevorstehende Radsaison fest:

- Die Sommerzeit endet am 29. März 2026. Bei gutem Wetter geht es für die Montagsradler dann am Montag, 30. März wieder auf die Radwege.
- Je nach Wetterlage werden die Old Guys Radler ihre Saison vielleicht schon etwas eher beginnen. Sie fahren ja tagsüber im Hellen.
- Voraussichtlich im Mai findet dann das Stadtradeln 2026 statt. Wir werden alle Gruppenteilnehmer rechtzeitig benachrichtigen.
- Unter dem Motto „Keine Gnade für die Wade geht es für die Zeit vom 1. bis 4. Juni 2026 wieder auf eine große Tour.
- Nach Legden (2024) und Ascheberg (2025) soll es 2026 ins Emsland gehen. Die Hotelzimmer sind schon gebucht.



Fahrradfahren ist veganes Reiten!



OIG - Old Iron Guys - Frintrops eiserne Männer



Tatü-Tata, die Feuerwehr ist da Sport und Neugierde liegen bei den OIG dicht beieinander von Rainer W. Seck

Sie treffen sich jeden Montag und Freitag um 10 Uhr im Vereinsheim des Turnerbund Frintrop und treiben gemeinsam Sport, denn sie haben Zeit: die 23 Rentner und Pensionäre. Stretching, Gleichgewichts-, Entspannungs- und Koordinationsübungen sind nur einige Elemente des von Anleiter Jörg Thiesling umgesetzten Programms für die Herren mit den grauen Schläfen. Scherzhaft bezeichnen wir rüstigen Rentner und Pensionäre uns auch als die OIG - Old Iron Guys vom Turnerbund und zeigen dies auch gerne mit dem großen Schriftzug "OIG" auf unseren Sportleibchen nach außen. Aber in unserer Gruppe wird nicht nur der Körper, sondern auch der Geist und die Geselligkeit bedient. So nimmt man in unregelmäßigen Abständen auch Besichtigungen wahr. Das Trainingsbergwerk in Recklinghausen oder auch die Ruhrbahn wurden beispielsweise schon besucht. Nun machte die Essener Feuerwehr es möglich, sich vor Ort über die sehr interessante Arbeit der Essener "Firefighter" zu informieren. Pressesprecher Christian Schmücker nahm sich an diesem Tag (24.10.2025) gut zweieinhalb Stunden Zeit, um bei einem Rundgang sehr interessante Details darzustellen oder Technik zu zeigen. Auch ein Einblick in das Heiligtum, die Leitstelle, wurde möglich gemacht. Viele Fragen musste Schmücker beantworten, denn die alten Herren sind nicht nur sportlich, sondern auch sehr neugierig. Fazit: Eine tolle Arbeit leisten die Männer und Frauen (25 Einsatzfrauen gibt es aktuell) der Essener Feuerwehr. Ihnen gebührt die vollste Anerkennung für ihre nicht immer sehr leichte Arbeit und ihren Einsatz für die Menschen in unserer Stadt. Auch für das kommende Jahr hat man sich schon einige Besuche ausgedacht. So will man hinter die Kulissen der Lichtburg schauen, das Welterbe Zollverein besichtigen oder sich bei Stauder zeigen lassen, wo und wie das beste Bier gebraut wird.



Weihnachtsfeier

von Rainer W. Seck

Fast alle konnten es einrichten und so ließ man sich gerne von unseren Übungsleitern Jörg Thiesling und Willi Riese zum Essen in die Gaststätte „Zum scharpen Eck“ einladen. Zwei Runden unseres Vorsitzenden Hans Hahnen rundeten diesen schönen Abend dann noch zusätzlich ab.

Die große lustige Männerrunde zog denn auch zum Jahresende ein wenig Resümee:

- Schön war es.
- Anstrengend war es.
- Lustig war es.
- Es kann kaum besser werden.



Das sind Namen für die Geschichtsbücher.

Lasst sie euch auf der Zunge zergehen:

Stehend v.l.: Michael Klein, Ralf Esser, Arnd Reimann, Wolfgang Neunerdt, „Benjamin“ Bernfried Spieker, Andreas Illigen, Frank Radmann, Peter Szmaiz, Heinz Maaßen, Detlef Köppen.

Mittlere Reihe: Gerd Ortner, Norbert Müller, Willi Riese, Dieter Praß, Ralf Siegel, Werner Becker.

Vorne: Michael Andersch, Markus Kaufhold, Günter Lüsser, Rainer W. Seck.

Nicht dabei: Jörg Thiesling, Ralf Korth, Josef Jung, HeiPe Genter.

Und weil wir alle nicht nur starke, sondern auch furchtbar nette Kerle sind, wünschen wir allen Menschen in unserem Turnerbund und ihren Familien ein friedvolles Weihnachtsfest und einen guten Rutsch in ein frohes, gesundes und vor allem friedvolles Jahr 2026.



Kinder- und Jugendsport



Wir turnen durch das Jahr

von **Monika Putzek**

Wir Turnkinder möchten fröhliche Weihnachtsgrüße senden und euch erzählen, was wir in diesem Jahr alles erlebt haben!

In unseren Turnstunden war immer etwas los: Die Medizinbälle wurden schon mal zu Kanonenkugeln in spannenden Laufspielen und die langen Bänke haben wir kurzerhand in ein Piratenschiff verwandelt, auf dem wir gemeinsam über die Turnhallen-Meere gesegelt sind. Wir klettern aber auch über verschiedene Parcoure, schwingen an den Seilen oder hängen an den Ringen. Manchmal klettern wir erst die Sprossenwand hoch, dann geht es über den Barren und von dort springen wir in eine dicke Weichmatte. Sehr gerne hüpfen wir auch auf einem kleinen Trampolin oder wir machen lustige Laufspiele.

Ob laufen, toben, hüpfen, springen oder klettern – wir sind mit Begeisterung dabei und powern uns richtig gerne aus. Jede Stunde bringt Neues zum Entdecken, Lachen und Ausprobieren, wir freuen uns jedes Mal aufs Turnen.

Wir wünschen allen ein frohes, gemütliches und funkelndes Weihnachtsfest sowie einen guten Rutsch ins neue Jahr! Möge es genauso fröhlich und bewegungsreich werden wie unsere Turnstunden.

Mit weihnachtlichen Grüßen

Die Turnkinder der Dienstag Gruppe

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

AUTO ZENTRUM BORBECK

Tele: 0201 67 48 188
 0201 67 48 988
 Fax: 0201 66 17 444
www.autozentrumborbeck.de



1, 2,
3,4,5,6,
7!

Hier wird
kräftig
Sport ge-
trieben!



Unser diesjähriges Bäumchen im Vereinsheim.

*„Erst wenn Weihnachten im Herzen ist,
liegt Weihnachten in der Luft!“*

William Turner Ellis

*In diesem Sinne wünschen wir allen
unseren Mitgliedern, Freunden und
Unterstützern ein friedvolles
Weihnachtsfest und alles Gute und viel
Gesundheit im neuen Jahr 2026!*



**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