DAS STADTMAGAZIN DER UNTERNEHMEN MIT ENGAGEMENT FÜR DIE REGION

HERBST 2023

CASTROP-RAUXEL ERLEBEN

Rundes Leder

Zwischen Olé und Oje

Runde Sache

Glücksradtouren
an der Emscher

Unser Thema:

Sport, Freunde!

Ob Weltermeister Kevin Großkreutz oder
Hobbysportler – Castrop-Rauxel bewegt sich.

Sparkasse
Vest Recklinghausen

Hertener
Stadtwerke

Diakonie
im Kirchenkreis
Recklinghausen

Diakonie
im Kirchenkreis
Recklinghausen

ERFAHRUNGEN STEHEN IHM GUT!

DEIN ENGAGIERTES JA!

JETZT BEWERBEN!

Du willst ein ganz besonderes Jahr erleben? Dann wäre ein Freiwilliges Soziales Jahr oder der Bundesfreiwilligendienst bei uns genau das richtige für Dich! Weitere Informationen findest du unter:

www.erfahrungen-stehen-dir-gut.de

#MEINFSJ

LIEBE LESER*INNEN

Sport ist mehr als nur körperliche Betätigung: Sport verbindet Menschen und verändert Leben. In dieser Ausgabe werfen wir einen Blick auf die Facetten des Sports (ab. S. 12).

Im Sport sehen wir Athleten, die Herausforderungen meistern und über sich hinauswachsen; einige haben es aus dem Vest bis zur Weltspitze geschafft. Diese Geschichten sind inspirierend und erinnern uns daran, dass wir alle das Potenzial haben, Großes zu erreichen.

Sport spiegelt auch unsere Gesellschaft wider. Er zeigt uns, wie wir als Gemeinschaft zusammenarbeiten können, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen, und wie wir mit Erfolgen und Niederlagen umgehen. Mannschaftssportarten wie Fußball, Basketball oder Volleyball lehren uns Teamwork, Kommunikation und Fairplay.

Auch einige unserer Freizeittipps sind diesmal sportlich: Lesen Sie in dieser Ausgabe, welche neuen Radrouten im Vest buchstäblich glücklich machen (S. 34) und wie man auch als Sportmuffel zum Laufen kommt (S. 32).

Neben vielen erfolgreichen Sportlern gibt es auch noch viele andere Heldinnen und Helden im Vest, z. B. solche, die sich für eine nachhaltige Zukunft engagieren. Lesen Sie auf S. 49 von Vestischen Pionieren, von Solarenergie (S. 46) oder Menschen, die ihre Zukunft selbst in die Hand nehmen (S. 44).

> Sport lehrt uns, mit Erfolgen und Niederlagen umzugehen und motiviert uns, über uns hinauszuwachsen.

Christa Stüve
Geschäftsführerin Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen

Dr. Michael Schulte
Vorstandsvorsitzender Sparkasse Vest Recklinghausen

Thorsten Rattmann
Geschäftsführer Hertener Stadtwerke GmbH

Stefan Prott
Verleger CASTROP-RAUXEL ERLEBEN

INHALT

Herbst 2023

Das Bild: An die Spitze rudern 06
News 08

DAS THEMA: SPORT

Castrop-Rauxeler „Nationalsport“ . . . 12
Überzeugende Vielfalt: der größte Verein 15
In die Zukunft: Vereine im Vest 16
Gipfelkreuz bis Tiefsee: Sport überall . . 18
Uhus und Drachen: Sport für alle. . . . 20
Olé oder oje? Das Runde im Vestischen . 22
Lokale Supernova: Vest Future 24
Auf der Matte: Früh übt sich 26

VEST ERLEBEN

Recklinghausen leuchtet wieder 30
Schritt für Schritt: Einfach anfangen . . .32
Was geht ab? Terminkalender 36

BESSER LEBEN

Schneller: Wege zum Eigenheim 42
Informierter: Messe für Job-„Neustart“ . 44
Sonniger: Mehr Strom vom Dach. . . . 46

MENSCHEN

Von alt bis jung: Zwei Vereine im Porträt 58
Sport für Dopamin bis Adrenalin 60

Sport, Freunde!

Ob in der Breite oder in der Spitze – allein oder im Verein – unser Schwerpunkt ist diesmal schweißtreibend.

12

28

Hoch hinaus

Auch ohne Verein kann man sportlich sein – und weitere Freizeittipps.

IMPRESSUM

CASTROP-RAUXEL ERLEBEN • Ausgabe 3-2023 | Verlag: RDN Verlags GmbH • Anton-Bauer-Weg 6 • 45657 Recklinghausen • 02361 490491-10 • www.rdn-online.de • redaktion@rdn-online.de | **Chefredaktion:** Stefan Prott (V.i.S.d.P.), s.prott@rdn-online.de | **Redaktion:** Jennifer von Glahn, Karoline Jankowski, Jörn-Jakob Surkemper, Peter Hesse, Michael Otterbein | **Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dieser Ausgabe:** Dr. Ramona Vauseweh, Michael Polubinski, Claudia Schneider, Sabine Raupach-Strohmann, Gerd Strohmann, Matthias Noga, Anne-Marie Sanders, Jana Lotter | **Fotos:** Volker Beushausen, André Chrost, Marco Stepniak, Felix Kleymann, Arne Pöhnert, Lisa Haselbach, Marc Niemeyer, Viesturs Lacis | **Titelfoto:** Felix Kleymann | **Layout:** Jens Valtwies, Karl-Hermann Hildebrandt, Lars Morawe, Marisa Fonseca | **Satz + Litho:** RDN Verlags GmbH, Typoliner Media GmbH, Recklinghausen | **Redaktionsassistenz, Termine:** Katie Mahlinger, Pascal Sydlo • RDN Verlags GmbH • 02361 490491-10 • k.mahlinger@rdn-online.de | **Druck:** newsmedia, 45768 Marl | **Ihre Herausgeber:** Sparkasse Vest Recklinghausen, www.sparkasse-re.de • Hertener Stadtwerke GmbH, www.hertner-stadtwerke.de • Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen, www.diakonie-kreis-re.de | **Koorperationspartner:** Jobcenter Kreis Recklinghausen • AGR mbH • Emschergenossenschaft und Lippeverband

Sparkasse Vest Recklinghausen

Hertener Stadtwerke

Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen

42

Traum vom Eigenheim

Ein junges Paar aus Dorsten hat alles richtig gemacht.

54

Zum neuen Verein

Weltmeister und Deutscher Meister Kevin Großkreutz kickt jetzt in Castrop-Rauxel.

Zu neuen Ufern

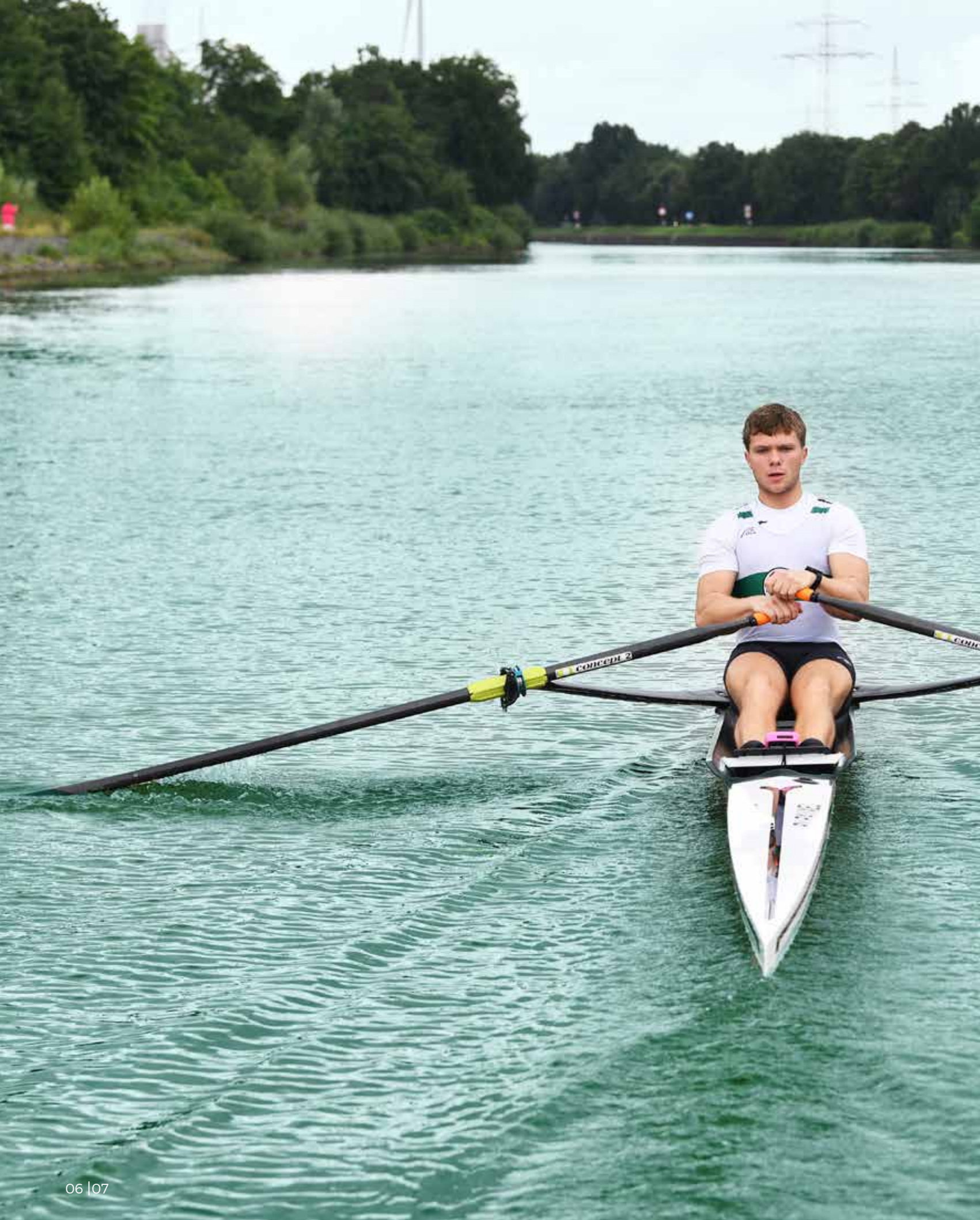
Neue „Glücksradtouren" machen die neue Emscher erfahrbar.

34

56

Zu Tale

Die Castrop-Rauxelerin Kira Lipperheide fährt im Bobsport international vorne mit.


concept 2

Wo Nachwuchs groß rauskommt

Der Ruderverein Rauxel 1922 (RVR) ist einer der erfolgreichsten Vereine der Stadt. Auf der idyllischen Wartburginsel im Rhein-Herne-Kanal hat der Ruder- und Tennisverein sein Zuhause. „Unsere Mitglieder rudern in allen Sparten – vom Kinderspaß bis zum Leistungssport auf nationalem Spitzenniveau“, erzählt der erste Vorstandsvorsitzende Matthias Stallmeyer. Größter Erfolg in der Vereinsgeschichte war der Olympiasieg von Eckhardt Schultz im Deutschland-Achter 1988. Malte Jakschick scheiterte später zweimal nur knapp an einer Wiederholung (zuletzt 2020), holte zweimal olympisches Silber und wurde dreimal Weltmeister. Und der Nachwuchs steht auch schon in den Startlöchern. So holte die erst 15-jährige Lotte Gehre bei der Deutschen Jugendmeisterschaft 2023 die Silbermedaille im Achter. Der 18-jährige Noel Jaschke (Foto) gewann 2021 Bronze im Doppel. „Ich fühle mich im Verein rundum gut aufgehoben und persönlich in meinen Ambitionen extrem gefördert“, so Jaschke. Die Jugendförderung ist dem RVR traditionell wichtig. So kooperiert er beispielsweise mit dem Ernst-Barlach-Gymnasium, kam an einem Aktionstag mit Ruderergometer, Filmmaterial und Trainer in die Schule und begeisterte viele Jugendliche so für den Sport. „Wir arbeiten mit Schulen zusammen, um talentierte junge Menschen zu finden und ihnen den Einstieg in den Sport zu erleichtern“, erklärt Matthias Stallmeyer. Die Zusammenarbeit mit Schulen möchte der Verein zukünftig noch ausbauen, um noch mehr Kinder für den Sport zu begeistern. **AMS**

INFO

Ruderverein Rauxel e. V.
02367 8915
www.rv-rauxel.de

Mehr Events in der „Wurstküche“

Eine neue Kooperation belebt seit dem Sommer das Programm in der Wurstküche Habinghorst. Der Recklinghäuser Tom Klatt, besser bekannt als Tom Tornado, suchte eine neue Bleibe für seine legendären „Creative Outlaws Clubs“. Fündig wurde er durch Franz Niewelt und dessen „Save the planet e. V.“, der bereits Events in der Wurstküche organisierte. Den Auftakt der neuen Kooperation bildete am 12. August das „Creative Outlaws Festival“ mit Frankensteins Ball, Komparse und dem Europa Quartett im Hinterhof der Location. Zwei weitere Konzerte gab es am 26. August mit Call Me Dagmar und Martin Herberg am 17. September.
Weitere Konzerte mit nationalen und internationalen Künstlern sind geplant: Am 20. Oktober spielt Bernd Riwser (Blues/Folk), am 10. November The Pink Stones (New Country-Rock aus Athen/Georgia/USA), und am 8. Dezember steigt eine John-Lennon-Party mit Ausstellung, Filmen und natürlich Musik.

INFO

Wurstküche Habinghorst
Hugostraße 19
save-the-planet.de

Musterhaus im Beerenbruchviertel eröffnet

Das Beerenbruchviertel ist mit 173 geplanten Einfamilienhäusern eines der größten Baugebiete Castrop-Rauxels – und es nimmt zunehmend Gestalt an. Derzeit läuft die Vermarktung des dritten Bauabschnittes. Über die Hälfte der Häuser seien verkauft, teilte die Dornieden-Gruppe mit. Im Angebot seien schlüsselfertige Vista- (Foto) und Dornieden-Häuser sowie einige vollerschlossene Grundstücke für freistehende Einfamilienhäuser.
Am 22. September eröffneten Martin Dornieden, Bürgermeister Rajko Kravanja und weitere Vertreter der Stadt ein Vista-Musterhaus, das ab sofort immer sonntags von 11 bis 13 Uhr für Interessenten geöffnet ist.

INFO

Baugebiet Beerenbruchviertel
Recklinghauser Straße
www.dornieden-gruppe.com

Fotos: Holger Hoffmann, Sedate Bookings, Dornieden-Gruppe Stadt Castrop-Rauxel, R. Oberhäuser/EGLV

Kreide ade

Die Stadt meldet einen großen Schritt bei der Digitalisierung in den Schulen: In den Sommerferien seien die letzten Kreidetafeln an der Willy-Brandt- Gesamtschule durch digitale Displays ersetzt worden. Insgesamt wurden seit Februar 300 digitale Tafeln in den Schulen der Stadt montiert. Neben den Funktionen einer analogen Tafel können die digitalen Varianten auch digitale Inhalte ausspielen, etwa von einem Tablet, oder die Ergebnisse einer Stunde festhalten und mit der gesamten Klasse teilen. Sie seien ein weiterer wichtiger Schritt auf dem Weg der Digitalisierung der Schulen, sagt Benjamin Matzmorr, Leiter des Bereichs Informationstechnik und zentrale Dienste. Die digitalen Tafeln „stellen eine große Arbeitserleichterung im Unterrichtsalltag und in der -vorbereitung dar". Finanziert hat die Großaktion zum größten Teil das Land NRW aus Mitteln des Förderprogramms Digitalpakt. Der Eigenanteil der Stadt liegt bei zehn Prozent.

Probieren digitalen Tafeln an der Fridtjof-Nansen-Realschule aus (v.l.): Jan-Philip Hermes (Digitalisierungsbeauftragte), Kevin Pallasch (zuständig für die Digitalisierung der Schulen) und Sascha Reichert (Bereich Informationstechnik der Stadtverwaltung).

Zuschuss fürs Gründach

Hübsche Pflanzen statt tristes Grau auf Vordächern, Garagen oder Anbauten – ein Gründach bindet Regenwasser, Feinstaub und CO_2. Es kühlt im Sommer die Umgebung und isoliert im Winter. Ein begrüntes Dach schluckt auch Schall und bietet Pflanzen und Insekten Lebensraum. Die Emschergenossenschaft fördert als Teil der Zukunftsinitiative Klima.Werk deshalb Dachbegrünungen mit 50 Euro pro Quadratmeter. Eigentümer in allen Emscher-Kommunen können profitieren. Bis zu 60 Quadratmeter Dachflächen auf einem Grundstück bezuschusst das Programm – egal, ob man eine Fachfirma beauftragt oder die Begrünung selbst erledigt. Wer sich im Vorfeld schlaumachen möchte, kann sich ans Bürgertelefon wenden, das die Emschergenossenschaft mit der Verbraucherzentrale NRW anbietet.

INFO

Bürgertelefon: 0211 91380-2140
(Mo/Mi 14–17 Uhr, Di/Do 10–12 Uhr)
klima.werk@verbraucherzentrale.nrw
www.klima-werk.de/gruendachfoerderung
hallo@klima-werk.de (bei mehr als 60 m² Dachfläche)

Gewinne, Gewinne, Gewinne

Was ist los in meiner Stadt, was gibt es diesmal zu gewinnen? Interessiert an Veranstaltungshinweisen und der Chance auf tolle Preise? Dann sollten Sie sich unbedingt für unseren Newsletter anmelden! Jeden Freitag präsentieren wir Veranstaltungstipps fürs Wochenende, Neuigkeiten und exklusive Gewinnspiele. Also, jetzt den QR-Code scannen und anmelden. Und schon das Anmelden wird belohnt! Unter allen Neuanmeldungen für den Newsletter verlosen wir einen Familienausflug in die Zoom Erlebniswelt! Tauchen Sie ein in eine Welt voller exotischer Tiere und einzigartiger Naturerlebnisse! Die Teilnahme ist ganz einfach: Melden Sie sich für unseren Newsletter für Ihre Wunsch-Stadt an und bleiben Sie bestens informiert über aufregende Veranstaltungen und inspirierende Geschichten aus dem Vest. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme bis zum 30. Oktober!

INFO

vesterleben.de/artikel/gewinnspiel

Sommerkino-Erlöse für Hertener Kinder

Mit „Monsieur Claude und sein großes Fest“, „Ein Mann namens Otto“ und „Der Nachname“ präsentierten AGR und Hertener Stadtwerke den begeisterten Filmfans beim diesjährigen Hertener Sommerkino drei besondere Highlights. Catering-Partner war auch in diesem Jahr die DJK Spielvereinigung, die mit Getränken, Nachos, Popcorn und Eis für das leibliche Wohl der Kinogäste sorgte. Freuen durften sich aber nicht nur Liebhaberinnen und Liebhaber spannender Kino-Unterhaltung. Denn der Erlös des Hertener Filmspektakels geht 2023 erneut an gemeinnützige Einrichtungen. Das sind dieses Jahr das Kinder- und Jugendzentrum Nord mit seinen vielfältigen Freizeitangeboten, das Caritas-Kinderland, in dem sich Familien mit geringem Einkommen mit Dingen des täglichen Bedarfs für ihre Kinder versorgen können, und das St. Antonius-Haus, eine lebendige Einrichtung der Kinder- und Jugendhilfe. Ende August übergaben Wibke Krischun von der AGR und Kerstin Walberg von den Hertener Stadtwerken die Spendensumme von jeweils 1.500 Euro an die drei Einrichtungen.

Hertener Stadtwerke

METROPOLE RUHR AGR GRUPPE

INFO

www.hertener-sommerkino.de

Nachwuchsforscher ausgezeichnet

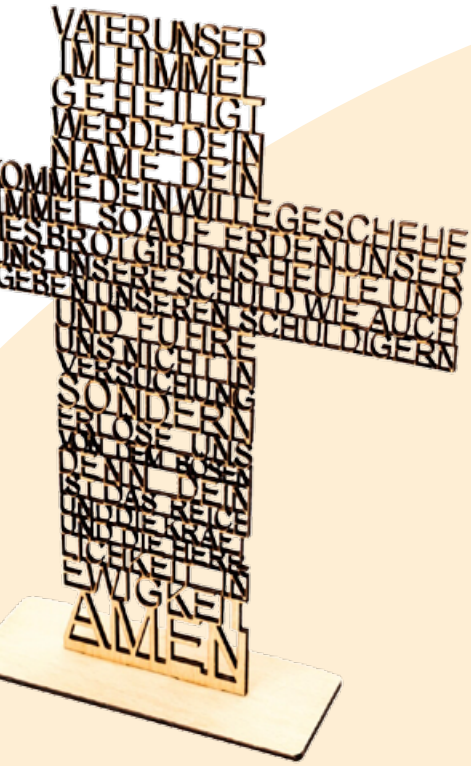
Großer Applaus für exzellente Nachwuchswissenschaftler. Die Sparkasse Vest Recklinghausen hat erneut Förderpreise für hervorragende wirtschaftswissenschaftliche Arbeiten ausgeschrieben. Am 11. August fand in der Sparkassen-Zentrale am Herzogswall zum 26. Mal die Verleihung der Preise statt. Vorstandsvorsitzender Dr. Michael Schulte freute sich ganz besonders darüber, gleich fünf Nachwuchsforscher mit dem Wissenschaftspreis der Sparkasse Vest Recklinghausen auszeichnen zu dürfen.
Die Preise sind mit je 750 Euro dotiert. Hinzu kommt eine weitere Förderung von 500 Euro für die Wissenschaftsarbeit am jeweiligen Lehrstuhl der Preisträger. Die Höhe der Preisgelder beträgt somit insgesamt 6.250 Euro. In diesem Jahr ausgezeichnet wurden Malte Niederstadt, Tomasz Althaus, Anna Chiara Nowotsch, Laura Ommer und Phillip Derwall.

Zusammenfassungen der Arbeiten werden in einem eigens hierfür aufgelegten Jahrbuch veröffentlicht und so auch einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Für Interessenten hält die Sparkasse Vest Exemplare bereit.
Die Sparkasse Vest Recklinghausen verleiht seit 1997 jährlich Förderpreise an junge Wissenschaftler.

Sparkasse
Vest Recklinghausen

INFO

dirk.van.buer@sparkasse-re.de



Eigenprodukte jetzt online

Bunt und vielfältig ist das Produkt- und Leistungsspektrum der Recklinghäuser Werkstätten. Diese ganze Vielfalt lässt sich nun auch im neuen Onlineshop durchstöbern – und bequem nach Hause bestellen. Die angebotenen Produkte sind in kreativer Handarbeit entstanden. In den Recklinghäuser Werkstätten arbeiten rund 2.200 Menschen an zehn Standorten, um nachhaltige Produkte herzustellen. Dazu zählt Schönes für zuhause oder Praktisches für Garten und Balkon, Kerzen in ungewöhnlichen Formen, ein Vogelfutterhaus aus hochwertigem Holz oder ein Bestecketui aus Schafswolle-Filz. Die 14 Bienenvölker der Werkstatt Waltrop, die über das ganze Vest verteilt sind, produzieren leckeren Blütenhonig, dessen Kauf zugleich einen wichtigen Beitrag zum Erhalt der Biodiversität leistet. Wer dies unterstützen möchte, kann im Onlineshop eine Jahresbienenpatenschaft erwerben.
Auch der Kauf anderer Eigenprodukte unterstützt die Arbeit der Recklinghäuser Werkstätten. Einfach mal reinschauen, vielleicht ist ja ein schönes Geschenk für die Lieben dabei.

Diakonie
im Kirchenkreis
Recklinghausen

INFO

www.recklinghaeuser-werkstaetten.de/shop

Sport, Freunde!

Ob ganz gemächlich oder auf internationalem Topniveau, im Verein oder allein – in Castrop-Rauxel und Umgebung ist alles dabei. Wir stellen Vereine, Sportler, Trainer, Ehrenamtler und ihren Sport vor und fragen nach den Herausforderungen in und um den Sport.

Im Korfball spielt sie international vorne mit: Nationalspielerin Johanna Treffts, hier im Trikot ihres Vereins Adler Rauxel, fährt im Oktober zur Weltmeisterschaft nach Taiwan.

Foto: Volker Beushausen

Castrop-Rauxeler „Nationalsport“

Achtundsechzig Sportvereine mit rund 12.500 Mitgliedern sind in Castrop-Rauxel im Stadtsportbund organisiert. Alle vorzustellen oder auch nur zu erwähnen ist unmöglich. Wir wollten dennoch ein möglichst vielfältiges Bild des Sports, der Vereine und Sportler in unserer Stadt zeigen. Denn vielfältig ist der Sport bei uns ohne Zweifel, aber auch erfolgreicher als man vielleicht denkt. In vielen Sportarten finden sich Sportler, die auf ihrem Gebiet Spitze sind, teils sogar Weltspitze. Dazu zählen Rudern, Taekwon-Do, Bogenschießen, sogar Bobfahren, und selbst im Fußball spielt seit Kurzem ein ehemaliger Weltmeister in unserer Stadt. Aber würden Sie glauben, dass Castrop-Rauxel ein, vielleicht sogar das Zentrum eines internationalen Sports ist? Ja? Dann scheinen Sie mit Korfball bereits vertraut zu sein. Nein? Eine kurze Erklärung: Der Kader der deutschen Korfballnationalmannschaft besteht aus 14 Spielern; exakt die Hälfte stammt aus zwei von vier Castrop-Rauxeler Vereinen: dem Schweriner Korfballclub (KC) und dem Korfballverein Adler Rauxel. Korfball ist also eine Art Castrop-Rauxeler „Nationalsport“ und soll diesen Schwerpunkt deswegen eröffnen.
Und so funktioniert es: Man nehme vier Frauen, vier Männer, einen Ball und einen in dreieinhalb Meter Höhe angebrachten Korb. Das sind die Grundzutaten dieses dynamischen Sports, der als einziger aus gemischtgeschlechtlichen Mannschaften besteht. Fairness wird dabei großgeschrieben. Es gibt eine Angriffs- und eine Verteidigungszone, und laufen ist nur ohne Ball erlaubt. Ziel ist, diesen im gegnerischen Korb unterzubringen.

Export aus den Niederlanden

Erschaffen hat Korfball 1902 der niederländische Sportlehrer Nico Broekhuysen. Er suchte eine Möglichkeit, Mädchen und Jungen gemeinsam spielen zu lassen. 121 Jahre später hat Korfball weltweit die Herzen vieler Spieler im Sturm erobert. „In einer Mannschaft zu spielen, gemeinsam zu gewinnen

und zu verlieren – das ist ein großartiges Gefühl“, erzählt Johanna Treffts begeistert. Die Spielerin des KV Adler Rauxel ist dieses Jahr wieder Teil der Nationalmannschaft. Im Oktober geht es zu den Weltmeisterschaften nach Taiwan. Bei den World Games letztes Jahr reichte es wegen einer knappen Niederlage nur für Platz 4. Ziel dieses Jahr ist ein Platz auf dem Treppchen.

> Sport ist wichtig fürs Körpergefühl
>
> **Johanna Treffts**
> Nationalspielerin

Dies gelang bei der Europameisterschaft 2018 mit Platz 2 bereits sechs Castrop-Rauxelern, darunter Karen Fuchs vom Vereinskonkurrenten Schwerin, mittlerweile zudem Assistenztrainerin der Nationalmannschaft.
Wer sich für den Sport interessiere, könne bereits mit sechs Jahren einsteigen, sagt Johanna Treffts. Ab dann beginnt der Ligabetrieb, der wie auch in anderen Sportarten nach Altersgruppen gestaffelt ist. „Je früher man startet, desto tiefer sitzt einem der Sport in den Knochen“, so die Nationalspielerin. Doch auch Erwachsene seien immer willkommen. Johanna ist sich sicher: Die Leidenschaft packt jeden, der einmal auf dem Spielfeld steht.

Beitrag zur Emanzipation

Und noch einen Vorteil habe der Sport: „Ein Mädchen bei uns dachte früher, dass alle Jungs doof sind. Inzwischen hat sie gemerkt, dass dem gar nicht so ist“, sagt Johanna schmunzelnd. Der spielerische Kontakt mit Altersgenossen bringe Menschen zusammen, die sich vermutlich nie miteinander beschäftigt hätten. Das hilft schon früh, Vorurteile abzubauen, und sei damit ein wichtiger Beitrag für Emanzipation und Empathie.

Matthias Noga und Jörn-Jakob Surkemper

INFO

www.schwerinerkc.de
www.adler-rauxel.de
www.hkc-albatros.de
www.kcgruen-weiss.de

Fotos: Volker Beusausen

„Wir sind ein lebendiger Verein“

Mit rund 1.000 Mitgliedern ist der TuS Ickern der größte Verein der Stadt und einer der größten im Kreis. Emil Hnat ist seit 1991 Mitglied, Präsident des Gesamtvereins und Tennis-Trainer. Wir haben dem 59-Jährigen drei Fragen gestellt.

Herr Hnat, was zeichnet den TuS Ickern aus?
Unser Fokus liegt mit Turnen inkl. Leichtathletik sowie Handball, Badminton und Tennis in erster Linie auf dem Breitensport. Das Miteinander der Abteilungen funktioniert sehr gut. Wir haben ein reges Vereinsleben. Vor allem die Turnabteilung, u. a. mit Angeboten für Mütter mit Kindern, Gymnastik und Leichtathletik, findet großes Interesse. Aber wir durften auch sportlich viele schöne Erfolge feiern, u. a. bei den Westfalenmeisterschaften im Tennis.

Wie beurteilen Sie die Zukunft des Vereins?
Natürlich hat Corona einiges kaputt gemacht. Aber wir arbeiten gegen die Tendenz der Vereinsmüdigkeit. Wir sind aktiv. Wir sind attraktiv für neue Mitglieder. Der Verein war immer stabil, es geht wieder vorwärts. Vor allem auch, weil wir ein lebendiger Verein sind.

Ist es schwieriger, junge Menschen für einen Verein zu gewinnen?
Natürlich gibt es heute viele andere Möglichkeiten der Freizeitgestaltung, der Computer ist häufig interessanter. Aber wir schaffen es, den Nachwuchs davon zu überzeugen, dass es bei uns sicher nicht langweilig wird. Die jungen Leute haben Lust, einen Teil ihrer Zeit bei uns zu verbringen.

Gerd Strohmann

INFO

www.tusickern.de

Erfolgsrezept Nachwuchsarbeit: Emil Hnat ist TuS-Ickern-Präsident sowie seit 30 Jahren Tennissportwart und -trainer – mit Erfolg: Luca Sobbe (21) belegt Rang 49 bei den deutschenTennisspielern.

Sport im Vest, was geht?

Fotos: Volker Beushausen

Wie ist es um den Sport im Vest bestellt? Für die drei Experten unserer Diskussionsrunde mangelt es unter anderem an Ressourcen und Leistungswillen in der Gesellschaft.

Diskutierten über den Sport im Vest: v. l. Jörn-Jakob Surkemper, Daniel Gohrke, Inga Bielefeld, Ingo Anderbrügge und Karoline Jankowski.

Viele Eltern sagen ihren Kindern nicht mehr, sie müssen sich anstrengen. Stattdessen rennen sie zum Lehrer und drohen mit dem Anwalt", beklagt Ingo Anderbrügge ein gesellschaftliches Problem, das auch im Sport spürbar sei. Der gebürtige Dattelner, der vor seiner Profifußballerkarriere bei Germania Datteln und der SpVgg Erkenschwick spielte, anschließend mehrere Clubs im Vest trainierte und heute Geschäftsführer der Anderbrügge Sport Konzept GmbH ist, war einer von drei Experten, die im Stadion Hohenhorst über Gegenwart und Zukunft des Sports im Vest diskutierten. Auch dabei: Inga Bielefeld, 1. Vorsitzende von Citybasket Recklinghausen, sowie Daniel Gohrke vom Stadtsportverband Recklinghausen. Einhellig kritisierten sie die Überlegungen zur Abschaffung der Wertung etwa bei den Bundesjugendspielen. „So nehmen wir den Kindern, die in anderen Fächern nicht so gut sind, noch die letzten Erfolgserlebnisse", sagte Inga Bielefeld. Auch in den Vereinen nehme die Leistungsbereitschaft ab. Das liegt nach Ansicht von Daniel Gohrke auch daran, dass viele Vereine außerhalb des Fußballs um den Spielernachwuchs konkurrierten und daher eher Zugeständnisse bei Verbindlichkeit und Leistungsbereitschaft machten. Ein Irrweg, findet Anderbrügge „Für Erfolg gibt es keine Abkürzung!", zitierte er Bodybuilder und Schauspieler Arnold Schwarzenegger. „Wenn ich Leistung nicht mehr honoriere, um niemanden zu benachteiligen, alle die gleichen Spielzeiten kriegen, jeder mal den Elfer schießen darf, dann enttäusche ich die Guten. Was meinen Sie, wie schnell die dann weg sind?" Weiter bedauert der ehemalige Fußballprofi das Fehlen erfolgreicher Fußballvereine im Vest: „Wenn ich hier stehe und sehe, was hier los ist oder los sein könnte, könnte ich heulen. Als Firma würde ich mich mit anderen zusammentun und was Größeres machen. Aber hier hat jeder sein Kaffeehäuschen und möchte das nicht aufgeben. Das ist eine Katastrophe!"

Es gibt nicht nur Fußball

Inga Bielefeld beklagte die einseitige Fokussierung auf Fußball. „Wir sind viel erfolgreicher, haben zwei Deutsche-Meister-Titel, spielen in der Bundesliga. Wir müssen stärker die Vielfalt zeigen und honorieren." Einig waren sich alle auch bei der Frage des Geldes. Der Zustand vieler Sportanlagen sei ausbaufähig. Bielefeld und Gohrke forderten zudem mehr Mittel aus der öffentlichen Hand für Schulsport und Vereine: „Gerade im Jugendbereich brauchen wir die besten Trainer, aber da stehen meistens die Papas, weil es sonst keiner macht", so der Sportkoordinator. „Und gute Jugendtrainer bekommst du nur mit Geld", übernahm wiederum die Citybasket-Vertreterin: „Wir stehen im Wettbewerb mit Nachhilfe oder Kellnern. Da lässt sich ein Vielfaches in weniger Zeit verdienen. Und viele, die sich das Studium finanzieren müssen, würden gerne Training geben, können aber nicht. In Frankreich kriegt jeder Verein eine fünf- oder sechsstellige Summe. Bei uns zahlt man noch drauf, wenn man sich engagiert." Durchschnittlich sechs Stunden investiere sie täglich für Citybasket ehrenamtlich und sei als 1. Vorsitzende zudem finanziell verantwortlich. „Dieses System wird auf Dauer nicht mehr funktionieren." Bielefeld wünscht sich engere Verbindungen zwischen Schule und Vereinen, um den Breitensport zu stärken und Leistungssportlern eine bessere Vereinbarkeit von Sport und Schule, Ausbildung oder Studium zu ermöglichen, wie es etwa in den USA praktiziert werde.

> Dieses System wird auf Dauer nicht mehr funktionieren.
>
> **Inga Bielfeld**
> Vorsitzende CityBasket Recklinghausen

Trikots werden größer

„Es ist traurig, dass wir mit den Aktivwelten zwei Tage an einer Schule für ein attraktives Sportprogramm sorgen müssen", findet Ingo Anderbrügge. „Die Trikots der Acht- bis Zehnjährigen werden immer größer. Viele können nicht mehr rückwärtslaufen. Da ist Sport notwendiger denn je." Auch er wünsche sich daher eine bessere Infrastruktur und qualifiziertere Trainer.

Gespräch: Karoline Jankowski und Jörn-Jakob Surkemper

INFO

www.anderbruegge.de
www.citybasket.de
www.ssv-re.de

Von oben nach unten

Bergsteigen, Fliegen, Tauchen – unsere Vereine sind in jedem Terrain unterwegs, kennen Wasser in jedem Aggregatzustand und heilen als Lokalpatrioten jedes Fernweh. Klingt verrückt? Ist es auch!

Von den Alpen zu den Halden

Wanderungen über saftige Almwiesen, alpine Bergtouren und genussvolle Einkehr in Berggasthäusern – der Alpenverein Recklinghausen e. V. ist in den Gebirgslandschaften unserer schönen Erde unterwegs. Zum sportlichen Repertoire gehören Wandern, Klettern, Bouldern und Mountainbiken – alle Altersgruppen sind willkommen. Nun sind die Alpen ein, zwei Katzensprünge entfernt. Aber die Berg-, Geröll- und vor allem Haldenlandschaft unserer Region bietet mindestens genauso viel Spielraum. Regelmäßige Mountainbike-Touren, zum Beispiel vom Freibad Mollbeck aus quer durch die Haard, laden zum Adrenalinkick ein. Gemütliche Sonntagswanderungen zur Halde General Blumenthal trainieren die Wadenmuskulatur und den Sinn für das aktive Miteinander. Ob an den Hängen des Wilden Kaisers oder im vestischen Gernebachtal: Überall findet der Alpenverein ein idyllisches Plätzchen, um Spaß und Sport zu erleben. KJ

Wenn die Scheiben fliegen

Frische, klare Luft, eine Portion Bewegung und ein wenig Nervenkitzel: Christoph Drozda (m.), 1. Vorsitzender der ETG Recklinghausen, hat eine nette Sammlung von Scheiben mitgebracht. Beim Disc Golf gibt es zwölf Bahnen zu spielen. Die Scheiben müssen in einen Korb geworfen werden – 100 Meter und mehr entfernt. Hört sich leichter an, als es ist. Jeder darf hier im Südpark Recklinghausen auf der städtischen Anlage spielen. Wer noch keine Ausrüstung hat, kann sich in der nahegelegenen Pizzeria kostenlos Scheiben und einen Spielblock holen. Dann geht es auf den Parcours. Ein Weltmeister aus den Staaten hat ihn angelegt. Gut 20 Mitglieder hat der Verein inzwischen. „Wir sind eine eingeschworene Truppe, die sich über jede Verstärkung freut, auch eine Übungsleitung wäre sehr willkommen." **GS**

Völlig schwerelos

„Danke für diese guten Morgen, danke für dieses tolle Bad" – so denken vermutlich die meisten Wassersportvereine, die in den Hallen des Copa Ca Backums die Gewässer unsicher machen. Besonders jene, die im Zuge der Bauarbeiten im Hallenbad Westerholt zugezogen sind. Einer davon: der Tauchsportclub Herten e. V. Gegründet 1996, fördert der Verein mit rund 90 engagierten Mitgliedern die Leidenschaft für die Schönheit der Unterwasserwelten und den Tauchsport. Beim Training stehen Professionalität, natürlich Spaß, aber auch Effizienz im Vordergrund. Während am Beckenboden das Gerätetauchen mit Pressluftflasche und Flossen geübt wird, widmet man sich oben dem Schnorcheln, denn gerade das ist eine wichtige Grundlage: „Beim Schnorcheln lernen angehende Taucher die richtige Atmung, Kontrolle über das Wasser, effiziente Fortbewegung und sauberes Entleeren der Tauchmaske. Diese Skills sind wichtig, um ruhig zu bleiben, Energie zu sparen und sich sicher unter Wasser zu bewegen", erklärt Thomas Krämer, 1. Vorsitzender des Vereins. So erweist sich das Copa Ca Backum nicht nur als sicherer Hafen für den Tauchsportclub Herten e. V., sondern auch als lebendiger Treffpunkt für eine große Wassersportgemeinschaft vor Ort. **KJ**

INFO

www.alpenverein-recklinghausen.de
www.etg-re.de
www.tsc-herten.de
www.copacabackum.de

Foto: Arne Pöhnert, Wolfgang Ehn

Von jung bis alt

Drei Wege, um die Begeisterung für Bewegung, Geschick und Teamgeist zu leben – für jede Generation.

Fotos: Marco Stepniak

Die UHUs vom Haus Abendsonne

Die spezielle Sportgruppe für Menschen unter Hundert (UHU) trainiert einmal wöchentlich im Haus Abendsonne der Diakonie. Für Gesundheitstrainerin Gudrun Glückler ist es das erste Mal, dass sie mit Menschen in höherem Alter zusammenarbeitet. „Bereits nach der zweiten Kursstunde war ich dann total begeistert! Mittlerweile gehört die Gruppe zu meinem Alltag." Je nach Bedarf entwickelt Gudrun Glückler ein Bewegungsprogramm für ihre Teilnehmer. In einem gut ausgestatteten großen Raum im Haus Abendsonne trifft sich die Gruppe. Neben Stammteilnehmern gibt es auch immer wieder neue Gesichter in der Runde. Balanceübungen, Rollatorparcours und Mobilitätstraining sollen die Bewohner fitter für den Alltag machen. „Haare kämmen, sicher gehen, sich anziehen – die Menschen möchten so wenig wie möglich auf Hilfe angewiesen sein. Die Erfolge motivieren sie", so Glückler. Auch die soziale Interaktion sei ein wichtiger Aspekt. Für die Menschen ist der Kurs ein Ort des Austauschs und eine Möglichkeit, Freunde zu treffen. In der Gruppe schafft Gudrun Glückler eine Umgebung, in der ihr die Menschen vertrauen und sich Herausforderungen stellen.

Anne-Marie Sanders

Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen

INFO

Haus Abendsonne
Maria Jahnke, 02361 953716

Foto: Arne Pöhnert

18 Mal Bahn frei für den Spaß

Wie wäre es mit einer kleinen Partie Minigolf? Die Minigolfanlage der Hertener Stadtwerke, direkt neben dem Copa Ca Backum gelegen, bietet 18 Löcher. Das bedeutet 18-fache Herausforderung und Spannung für alle Minigolf-Enthusiasten. Der Betreiber der Anlage, der BGV Backumer Tal Herten e. V., kümmert sich mit Hingabe um Bahnen, Beete und Bälle. Wer möchte, bekommt auch vor Ort Unterstützung beim Putten, also dem Schlagen. „Minigolf ist so beliebt, weil es jeder machen kann – und man ist an der frischen Luft", sagt Vorsitzender Norbert Ott. Besonders Familien kommen gerne her und genießen Mingolf zwischen Blumen und Grün. Rund 9.000 verkaufte Karten pro Jahr sprechen für sich. Der Weg zur Minigolfanlage ist übrigens fast derselbe wie der zum Copa Ca Backum.

Jennifer von Glahn

Hertener Stadtwerke

INFO

Minigolfanlage Backumer Tal Herten
www.bgv-backumer-tal-herten-ev.de

Foto: pexels

Ready Player One

Energy-Drinks und exzessive Spielzeiten – das Image des E-Sports könnte eine Auffrischung vertragen. Einem besseren Verständnis stehen jedoch häufig Vorurteile im Wege. Eltern kämpfen darum, ihre Kinder mehr an die frische Luft oder in soziale Gruppen zu bringen. Der Wert sozialer Onlinegemeinschaften und die Legitimität des E-Sports als Sportart werden hingegen oft verkannt. Nils Brauer, Mitbegründer des deutschen E-Sport-Teams „Snogard Dragons" und Projektleiter des „Team Leisure", ist überzeugt, dass Gaming, ebenso wie traditionelle Sportarten, kognitive Fähigkeiten wie Geschicklichkeit, Konzentration und Teamwork fordert und fördert. Er findet: „Die Branche braucht mehr Anerkennung, bessere Strukturen, Aufklärung und Transparenz. Eine gute Maßnahme sind öffentliche Räume, in denen man sich treffen und spielen kann." Die gibt es zum Beispiel bei der SpVgg Erkenschwick 1916 e. V.: „Mit unserer E-Sports-Abteilung wollen wir Jugendliche, die nicht aktiv Fußball spielen, für die Spielvereinigung Erkenschwick begeistern und sie spielerisch an den Sport heranführen", sagt Marcel Kozycki, Marketingleiter der E-Sports-Abteilung. Der Verein verbindet physische und digitale Aktivitäten: Wer den Controller zum Glühen bringen will, muss zuvor seine Muskeln auf Hochtouren bringen.

Karoline Jankowski

INFO

www.snogard-dragons.de
www.teamleisure.de
www.esv1916.de

Fabienne Helke (weißes Trikot) und Derya Tari sind feste Größen im Frauenfußballteam vom FC Marl 2011

Mit welchen Problemen hat der Amateurfußball zwischen Dorsten und Waltrop zu kämpfen – und welche Rolle spielen die Fußballfrauen dabei? Wir haben drei Profis zum Roundtable-Gespräch geladen.

Mit dabei im Büro des Fußball- und Leichtathletik-Verbandes Westfalen (FLVW) in Recklinghausen waren Vertreter der SpVgg Erkenschwick und des FC Marl 2011. FLVW-Kreisvorsitzende Dominik Lasarz legt direkt vor: „Ich würde mir vom DFB mehr Basisarbeit wünschen, damit die ein konkretes Bild haben, was an der Basis auf den Sportplätzen in den Kreisligen passiert. Der Abstand zu den Profiligen ist viel zu groß geworden – also was wir hier im Kreis machen und was der DFB an Entscheidungen vorwärtstreibt. Mein Eindruck ist, dass der Amateurfußball nicht die Wertschätzung bekommt, die er eigentlich bräuchte – und dass unsere Mannschaften häufig viel zu kurz kommen. Was uns zudem helfen würde: Bürokratie abbauen mit einer Reform im Fußball. Wenn ich mir anschaue, dass ein Vater im Jugendbereich eine Mannschaft trainiert. Die müssen sich mit so viel Papierkram auseinandersetzen – das schreckt einfach ab."

Mehr Spaß – weniger Bürokratie

Bei der SpVgg Erkenschwick liegt die große Zeit etwa 75 Jahre zurück. Zwischen 1947 und 1950 war das Team eine Zeit lang vor den großen Mannschaften aus Schalke und Dortmund in der Tabelle zu finden. Andreas Giehl ist der Geschäftsführer der SpVgg Erkenschwick, und sein Verein musste 2008 in Insolvenz. Er sagt: „Die Leute, die bei uns am Bierstand stehen, bekommen eine kleine Entschädigung. Aber wenn wir nicht eine Vielzahl an ehrenamtlichen Helfern hätten, würde unser ganzer Verein zusammenbrechen. Dann würde nichts funktionieren – bei uns sind das sicher 15 bis 20 Leute. Die Aufgaben im Verein werden, je höher du spielst, immer größer und anspruchsvoller. Alle sieben Mitglieder, die bei uns im Vorstand sitzen,

Trafen sich zum Ideenaustausch (v. l. n. r.): Frank Tollkamp (FC Marl 2011), Dominik Lasarz (FLVW) und Andreas Giehl (SpVgg Erkenschwick).

é oje?

Großer Jubel: Die SpVgg Erkenschwick schafft am 26. März 1950 ein 3:3 gegen Schalke 04

Fotos: André Chrost, Kurt Müller (Archiv Ralf Piorr)

sind Vollzeit berufstätig – und erledigen im Verein einen Fulltime-Job nebenher. Das ist ein gehöriger Aufwand."
Zu den Fußballclubs gehören inzwischen gewaltige Infrastrukturen: „Vereine werden heute ja geführt wie kleine mittelständische Unternehmen. Je größer du bist, desto mehr Bürokratie hängt dahinter." Das sagt Frank Tollkamp für den FC Marl 2011. „Es ist gut möglich, dass wir bald nicht mehr die geeigneten Personen dafür finden, die sich Woche für Woche für ihren Verein aufopfern – das macht heutzutage keiner mehr." Mit den Vereinen SG und SpVg Marl sowie dem VfL Drewer ist der Club zum FC Marl 2011 fusioniert – das hat geholfen, die Kräfte zu bündeln.

Frauenfußball ist etabliert

Inzwischen hat sich der Frauenfußball beim FC Marl etabliert. Frank Tollkamp: „Unser Trainer Dirk Schemberg hat das Team durch eine mühevolle Saison getragen. Wir sind zwar Tabellenletzter geworden, aber das Wichtigste ist ja, dass man den Spaß an der Sache behält. Wir freuen uns sehr darüber, dass wir Frauenfußball bei uns im Verein anbieten können. Aber mein allgemeiner Eindruck ist, dass der Fußball gegenüber anderen Sportarten verliert – und Kampfsportarten zum Beispiel immer mehr Zuspruch bekommen. Und man muss deutlich sagen, dass der Jugendfußball im Kreis Recklinghausen nicht mehr die vielen Vereine hat, die leistungsorientierten Fußball anbieten."
Sara Eke ist Kapitänin bei den Fußballfrauen vom FC Marl 2011. Sie sagt: „Wichtig ist mir, dass bei uns im Team der Spaß nicht zu kurz kommt. Auch wenn wir verlieren, bauen wir uns gegenseitig wieder auf. Dass wir einen guten Team-Spirit haben, ist für mich das Wichtigste."

Peter Hesse

INFO

www.flvw-recklinghausen.de
www.esv1916.de
www.fcmarl.de

Kleine Träume

Sterne sammeln, ökologisch agieren und Geld für die Umsetzung erhalten: Die Sparkasse Vest ist mit Vest Future wieder Förderer für Vereine. Im aktuellen Contest haben sich 66 Clubs angemeldet – und alle haben für ihr umweltbewusstes Engagement eine Spende erhalten.

Nachhaltigkeit geht uns alle an. Wo kann man Strom sparen oder die CO_2-Werte senken? Die „DJK Freaks Cheerleader“ aus Marl haben sich dazu eigene Gedanken gemacht. Die Mädchen und Jungs haben aufwendige Kostüme. Da ihre Bewegungsabläufe bei Training und Wettkampf sehr intensiv und schweißtreibend sind, müssen sie oft gewaschen werden. Um diese Menge an Tanzequipment zum Waschen nicht zu den Eltern und wieder zurück zum Vereinsheim bringen zu müssen, hat die Gruppe nun von der Sparkasse Vest eine energiesparende Waschmaschine bekommen. Tina Zachau hatte als Abteilungsleiterin

Mit Vest Future geht’s sauber und energieeffizient zur Sache – die DJK Freaks sind nun stolze Besitzer dieser umweltfreundlichen Waschmaschine.

worden wahr

der DJK Freaks die Idee, sich für Vest Future zu bewerben. „Ich komme selbst vom Geräteturnen und habe auch eine Zeit lang Fußball gespielt. Für mich ist Cheerleading ein sehr attraktiver Sport, weil es eine ausgewogene Mischung aus Tanz, Akrobatik, Krafttraining, Turnen und Gymnastik ist." Und der Show-Faktor kommt natürlich auch nicht zu kurz.

Das Bewusstsein für die Umwelt schärfen

Mittlerweile gibt es 128 Aktive im Club, die verteilen sich auf vier Peewee-Tanzgruppen (bis elf Jahre), eine Youth-Abteilung (neun bis 16 Jahre), eine Seniorklasse (über 16) und eine Nachwuchsgruppe für Kinder ab vier Jahren. „Die Zeit nach Corona war sehr schwierig für uns – und auch jetzt ist es nicht ganz einfach, da wir uns auf vier Sporthallen aufteilen müssen." Das bedeutet viel Logistik und Fahrerei – auch hier will man natürlich so umweltfreundlich wie möglich agieren. „Mit der neuen und ressourcensparenden Waschmaschine ist uns sehr geholfen – wir freuen uns außerordentlich, dass wir eine Spende erhalten haben", ergänzt Tina Zachau mit breitem Grinsen. Doch nicht nur die Cheerleader sind von Vest Future mit einer Spende bedacht worden. Der Rhader Förderverein zum Beispiel hatte sich für seine Allwetter-Angeltouren isolierte Zelte, Winteranzüge und Schlafsäcke gewünscht. Und der Vereinsjugendbus mit Verbrennermotor beim TuS Henrichenburg 1932 e. V. ist sehr veraltet. Damit dort die Kinder- und Jugendmannschaften sicher und emissionsarm zu den Auswärtsspielen kommen, wünscht man sich einen Bulli mit Elektromotor. Beide Vereine ehrt das ökologische Engagement; sie haben ebenfalls eine Spende erhalten.

Peter Hesse

Sparkasse
Vest Recklinghausen

INFO

www.vestfuture.de

Fotos: Andre Chrost, istockphoto.com/EdnaM

Bewegung ist elementar

Gerade für Kinder sind Bewegung und Sport wichtig. Die Frühförderstelle der Diakonie in Marl hilft, wenn es motorische, sprachliche oder soziale Probleme gibt, die oft zusammenhängen.

Die vierjährige Lucy und die fünfjährige Hailey stehen knietief im Wasser und angeln konzentriert Fische und Quallen. Das „Wasser" ist eigentlich eine höhergestellte blaue Sportmatte, in die die Kinder ein wenig einsinken. Und Fische und Quallen sind bloß auf kleinen Magnetkarten abgebildet. Die beiden Mädchen hüpfen anschließend über ein paar gelbe und lilafarbene „Steine", kriechen durch den orangen „Fischtunnel" und sollen die Bilder auf einem Papierbogen richtig zuordnen. Am Ende der Therapiestunde heißt es noch Ausmalen – auf dem Bauch liegend. Die Motorikräume der Frühförderstelle im Heilpädagogischen Zentrum Marl bieten u. a. mit therapeutischen Rutschen, Schaukeln und Sprossenwänden zahlreiche Bewegungsangebote, die auch den Kindern der inklusiven Kita des Familienzentrums Arche im gleichen Gebäude zugänglich sind. Die Förderung in der Frühförderstelle findet einzeln oder in kleinen Gruppen mit bis zu drei Kindern statt. Immer wieder lobt und ermuntert Ergotherapeutin Vanessa Schweins die beiden

Fotos: Marco Stepniak

Motorik, Gleichgewichtssinn und Körperspannung spielerisch trainieren – ein Thema von Ergotherapeutin Vanessa Schweins an der Frühförderstelle der Diakonie in Marl, hier mit Hailey (5).

Mädchen. „Wir trainieren zum Beispiel Körperwahrnehmung, Gleichgewichtssinn, Feinmotorik, Auge-Hand-Koordination und Muskelspannung“, erklärt sie später.
Grund für die 45-minütige wöchentliche Therapie, die der Landschaftsverband Westfalen-Lippe zunächst für ein Jahr genehmigt, seien meist sozial-emotionale, sprachliche und/oder körperliche Entwicklungsverzögerungen, erklärt die Therapeutin weiter. So auch bei Hailey. Bei der Fünfjährigen wurde eine leichte Epilepsie diagnostiziert. „Hailey hat bis vor kurzem nur Zweiwortsätze gesprochen und sich motorisch nicht viel zugetraut“, berichtet ihre Mutter Angela Malczewski. „Aber das ist jetzt schon deutlich besser. Sie spricht nun in ganzen Sätzen und springt auch mal von einem Stein, was sie vorher gar nicht gemacht hat.“

Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen

INFO

Heilpädagogisches Zentrum
Dienststellenleitung
Carolin Pukallus
02365 97346-40
c.pukallus@
diakonie-kreis-re.de

Familienbildungsstätte
www.familienbildung-
kreis-re.de

Kreissportbund mit Links zu den Stadtsportbünden
www.ksb-re.de

Bewegung in den Alltag integrieren

Auch Defizite beim Gleichgewichtssinn oder der Feinmotorik kämen häufig vor, ergänzt Vanessa Schweins. Etwa wenn Lucy mit der Schere hantiert. Die Ursachen seien vielfältig: Neben angeborenen Faktoren oder Ereignissen wie einer Frühgeburt spiele bei einer zunehmenden Zahl an Kindern auch eine Rolle, dass Bewegung zu kurz komme. Vanessa Schweins: „Bewegung hat nicht nur Einfluss auf körperliche Fitness, sondern ist auch elementar für die geistige und sozial-emotionale Entwicklung des Kindes.“ Deshalb arbeiten die elf (Sprach-)Heil- und Sozialpädagogen, Physio- und Ergotherapeuten sowie Logopäden und eine Kinderärztin am Heilpädagogischen Zentrum eng zusammen und versuchen auch die Eltern stark einzubeziehen. Vanessa Schweins rät Eltern, Bewegung in den Alltag zu integrieren – angefangen von regelmäßigen Spielplatzbesuchen über Fahrradfahren oder Schwimmen bis hin zu Angeboten der Familienbildungsstätte und der Sportvereine.

„Gute“ und „schlechte“ Sportarten?

Für Kinder besonders gute oder ungeeignete Sportarten gebe es eigentlich nicht, sagt Schweins. Wichtiger sei, dass es dem Kind Spaß macht und ihm guttut. Das trifft auch auf Häufigkeit und Intensität des Trainings zu. Und wenn es mal an der Motivation mangelt? „Das kennen wir Erwachsene ja auch, dass es einem mal schwerfällt, sich aufzuraffen“, sagt die Therapeutin. „Entscheidend ist, wie es dem Kind auf Dauer beim Sport selbst ergeht. Wenn es dabei Spaß hat und es ihm danach gut geht, kann man es in der Regel auch ganz gut motivieren. Zudem sollten Eltern oder Bezugspersonen auch in sportlicher Hinsicht ein Vorbild sein, Interesse an der Sportart des Kindes zeigen und sich an Fortschritten erfreuen, sodass es sich gesehen fühlt. Das ist ein großer Motivationsgeber.“ Von Druck und Zwang rät Schweins ab. „Damit erreicht man meist nur das Gegenteil.“
Auch bei Lucy, deren Therapie bereits einmal um ein weiteres Jahr verlängert wurde, zeigten sich schon große Fortschritte, berichtet deren Großmutter Kerstin Brand. Nach Ablauf des Therapiezeitraums erfolgt eine erneute Diagnostik in der Frühförderstelle, auf deren Grundlage eine Verlängerung bis maximal zum Schuleintritt bewilligt werden kann.
Jörn-Jakob Surkemper

VEST ERLEBEN

Veranstaltungstipps und Termine für das Vest im Herbst 2023

Muskel- und Kopfarbeit

Eine im Vest einzigartige Möglichkeit, den Alltagsstress vor der Tür zu lassen und sich gleichzeitig sportlich zu betätigen, bietet die Boulderhalle Einstein. Bouldern, eine Form des Kletterns ohne Gurt und Seil, erfordert neben Muskel- vor allem Kopfarbeit. Routen verlaufen hier nicht einfach linear von unten nach oben; vielmehr sind sie als „Projekte" angelegt. So kann ein individueller Kletterstil entwickelt werden. „Das Schöne am Bouldern ist die optimale Schnittmenge zwischen Teamwork und individuellem Erleben – gemeinsam evaluieren, alleine umsetzen, danach gemeinsam feiern", freut Anna sich, die während der Pandemie den Weg ins Einstein fand. „Anfangs empfiehlt es sich, einen erfahrenen Boulderer als Begleiter zu haben. Von außen sieht man einfach sehr viel mehr." Auch das Einstein bietet Einweisungskurse an, um sanft und schmackhaft an die Sportart heranzuführen. **KJ**

recklinghausen.einstein-boulder.com

Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen
Hertener Stadtwerke
Sparkasse Vest Recklinghausen

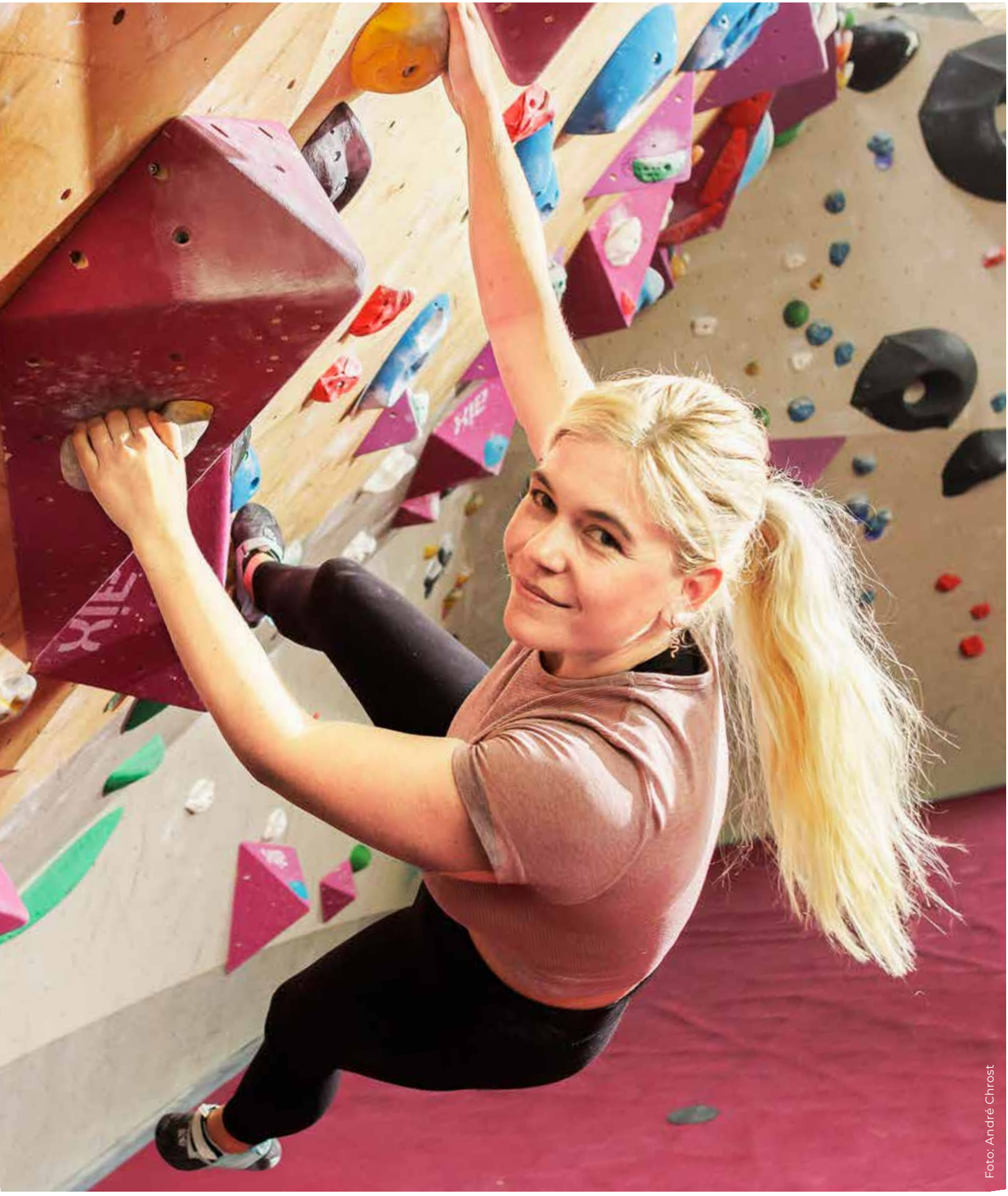


Foto: André Chrost

1

3

4

2

Recklinghausen leuchtet wieder!

Mit regiofreizeit.de die schönsten Illuminationen finden

Mitten in Europa – Menschen und Metropolen“ lautet dieses Jahr das Motto der prächtigen Lichtshow auf dem Recklinghäuser Rathaus. Beim jährlichen Veranstaltungs-Highlight „Recklinghausen leuchtet“ werden die Gebäude in der Innenstadt vom 20. Oktober bis zum 5. November 2023 wieder in kunstvollem Licht erstrahlen.
Die schönsten Illuminationen, spannende Restaurants und gute Parkmöglichkeiten findet man auf seinem Smartphone bei regiofreizeit.de. Über die mobile Kartenansicht lässt sich „Recklinghausen leuchtet“ dort interaktiv erleben. Nutzerinnen und Nutzer können sich ihre aktuelle Position anzeigen lassen und so zielsicher die nächsten Highlights des Events ansteuern. Außerdem bietet die mobile Website zu jedem beleuchteten Gebäude viele nützliche und interessante Hintergrundinformationen. So kann man sich direkt vor Ort – durch einen Klick auf den entsprechenden Punkt – in der Karte historische und aktuelle Fotos der angestrahlten Gebäude anzeigen lassen.

Wer nach so viel Kultur Hunger bekommen hat, schaut in der interaktiven Karte von regiofreizeit.de nach speziellen „Recklinghausen leuchtet“-Gastroangeboten.
Die schönsten Fotos des diesjährigen Events und Impressionen der vergangenen Jahre gibt es auf Facebook und Instagram. Zusätzlich findet man auf regiofreizeit.de Panorama-Aufnahmen sowie Drohnenbilder und -videos. regiofreizeit.de bietet neben klassischen Themen wie Wandern, Radfahren oder Reiten auch Infos zu Mountainbiking, Gravelbiking und Stand-up-Paddling, dazu zahlreiche Freizeit- und Schlechtwettertipps für Familien mit Kindern.

1: Am Recklinghäuser Rathaus gibt es regelmäßig Lichtshows.

2: Der Marktplatz erstrahlt im Farbenmeer.

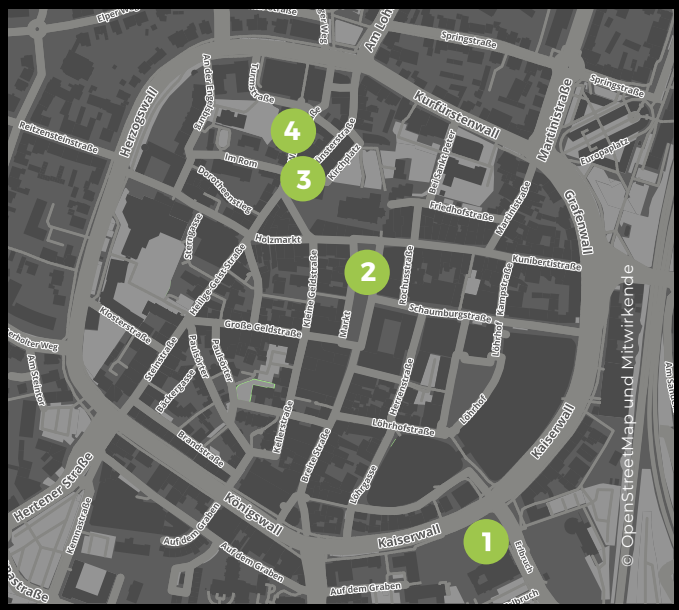
3+4: Auch die kleinen Gässchen mit ihren Fachwerkhäusern sind in buntes Licht getaucht.

regiofreizeit.de

INFO

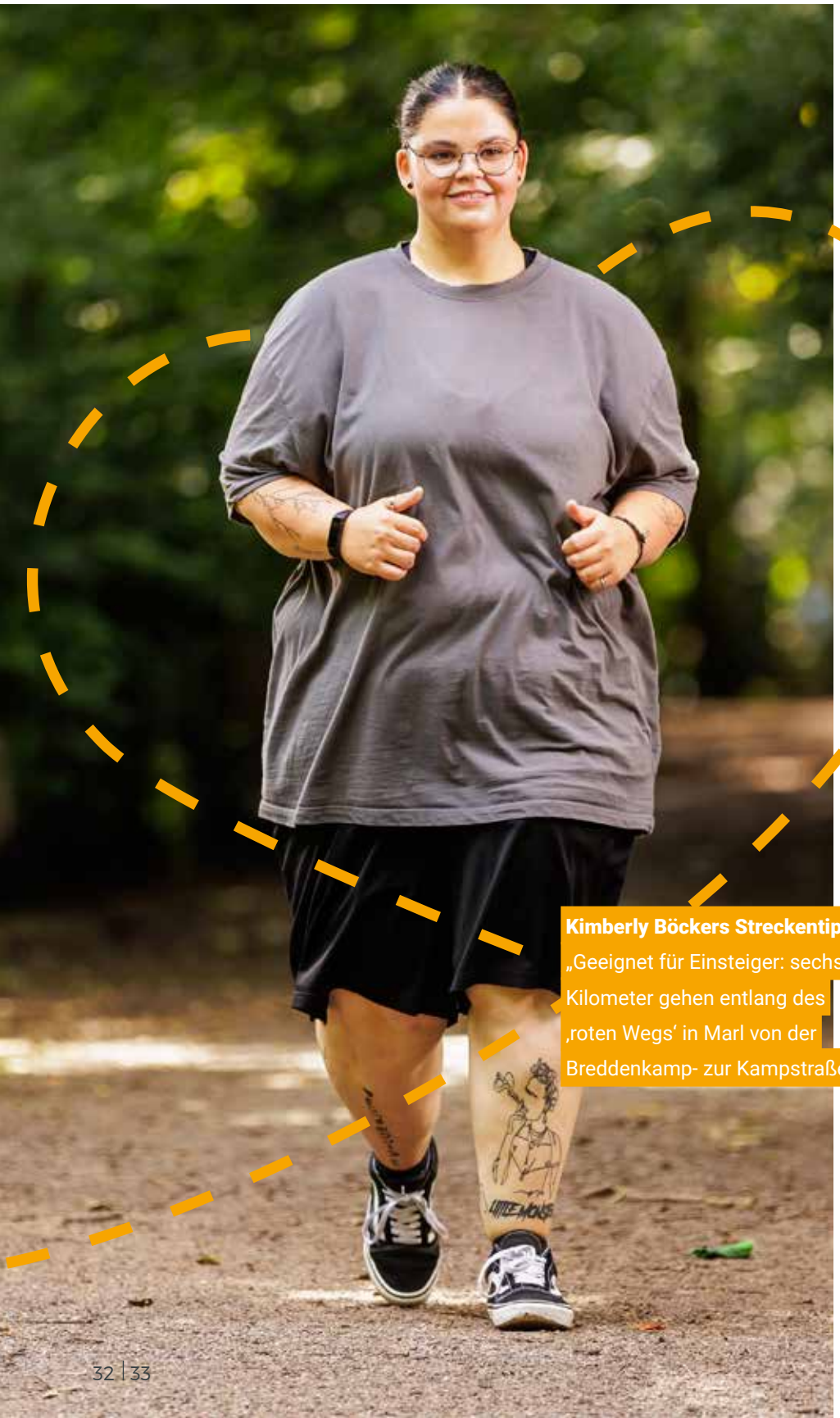
www.regiofreizeit.de
www.facebook.com/regiofreizeit.de
www.instagram.com/regiofreizeit.de

Auf dieser Karte sind beispielhaft vier von 169 Lichtpunkten zu sehen. Alle Illuminationen sind auf www.regiofreizeit.de eingetragen.



Fotos: regiofreizeit.de / K. Schwarz, Jörg Gutzeit, Krusebild, Kreis Recklinghausen

Schritt für Schritt fit



Kimberly Böckers Streckentipp
„Geeignet für Einsteiger: sechs Kilometer gehen entlang des ‚roten Wegs' in Marl von der Breddenkamp- zur Kampstraße."

Kimberly Böcker bleibt dran. Nachdem sie am Ende des letzten Jahres beschließt, sich im nächsten Jahr mehr zu bewegen, steht sie am 1. Januar bereit für 10.000 Schritte am Tag – das ist das Ziel der Heilerziehungspflegerin. „Mein Übergewicht hat mir den Alltag erschwert, da musste was passieren." Seitdem macht sie ausgiebige Spaziergänge, trifft dabei Menschen und Hunde, entdeckt Lieblingsorte, hört Musik und schaut auch mal Sonnenuntergänge an. Die purzelnden Kilos und die gewonnene Energie sind Ergebnisse ihrer neuen gesunden Gewohnheit.
„Ich habe meine Alltagsbewegung hochgefahren und meine Ernährung umgestellt." Freunde und Arbeitskollegen sind eine große Unterstützung. Diese bekommt sie auch von ihrem Arbeitgeber, der Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen. Und die 26-Jährige gibt ihre sportlichen Erfahrungen weiter: So bietet die Mitarbeiterin der Glück-Auf-Werkstatt in Herten-Bertlich Fortbildungen zum Thema Bewegung für und mit Beschäftigten an. „Es wird total gut angenommen und ist gut für mich und andere." Kimberly Böckers Entschlossenheit inspiriert. Ihr Rat an jeden, der Sport vor sich herschiebt: „Es klingt so banal, aber fang einfach an – wenn man einmal dabei ist, bleibt man dabei."

Laufende Kreativität

1.370 Läufe und fast 17.500 Kilometer Strecke – diese Bilanz kann Thomas Prang stolz aus seiner Excel-Tabelle ablesen. Seit seinem ersten Lauf 2015 nimmt der Recklinghäuser alle Läufe auf und ist noch lange nicht am Ziel

Drei Menschen, drei Gangarten: Kimberly Böcker, Thomas Prang und Thorsten Witt haben Sport in ihren Alltag integriert.

seiner persönlichen Statistik angekommen. „Ich laufe, weil es mir Spaß macht. Mir ist es wichtig, dass ich es in meinen Alltag einbinde, und ich finde darin einen Ausgleich zur Büroarbeit."
Das Laufen ist fester Bestandteil seines Lebens. Eintönige Hamsterrad-Runden gibt es bei dem 51-Jährigen trotzdem nicht. Seine Leidenschaft für die Region, in der er lebt und arbeitet, spiegelt sich in seinen Laufstrecken, in denen er immer wieder neue Herausforderungen sucht. Für seine Laufgruppe, die „Westpace Runners", entwickelt er mit viel Humor und Kreativität Routen zu besonderen Anlässen: Zu Ostern, Mutter- oder Vatertag werden Kilometer in Form eines Hasens, Herzens oder Bollerwagens abgelaufen.
In der Gemeinschaft zu laufen ist für den Vorstand und Bereichsleiter der Sparkasse Vest ein echtes Highlight, sodass er Teams für die Sparkasse beim Firmenlauf in Oer-Erkenschwick aufstellt.
„Der Firmenlauf bietet die perfekte Kombi aus sportlicher Betätigung, Erkundung prägender Orte und Team-Building. Man begegnet den Kollegen beim Laufen auf einer ganz anderen Ebene und das stärkt den Zusammenhalt." Seine Begeisterung ist ansteckend und motiviert, einfach loszulaufen.

Thomas Prangs Streckentipp
„Fortgeschrittene können Runden um das Stadion Hohenhorst laufen. Das angrenzende Waldgebiet bietet Optionen zur Steigerung."

Selbstläufer

Früher war Thorsten Witt ein Sportmuffel. Mittlerweile ist Bewegung aus seinem Alltag nicht mehr wegzudenken. Das Laufen ist für ihn Entspannung nach einem Arbeitstag. „Ich habe mehr Energie und sehe meine Freunde öfter", berichtet der 26-Jährige. Während der Pandemie räumte er Bewegung eine höhere Priorität ein. Am Anfang war es schwer, doch kleine, realistische Teilziele und ein Laufpartner halfen ihm, Herausforderungen zu bewältigen.
„Wichtig ist, dass man Spaß am Sport hat, zum Beispiel weil man Leute trifft und verschiedene Sachen ausprobieren kann", ist Witt überzeugt.
„Wenn man sich diese positive Wirkung immer wieder klarmacht, kommt die Routine fast von selbst." Zusammen mit seiner Freundin hat er eine Kalender-App, in der sie sich sportliche Ziele setzen. Derjenige, der das Ziel als Erstes erreicht, darf das Abendessen oder den Kinofilm aussuchen – ein Anreiz. Gemeinsam mit seinen Kollegen bei der Diakonie nimmt er an Firmenläufen teil. „Dieses Jahr habe ich Diakonie-intern die Bestzeit der Mitarbeitenden beim AOK-Firmenlauf erreicht. Damit möchte ich nicht angeben, aber vor ein paar Jahren hätte ich davon nur träumen können", erzählt er.
Mit seinen Erfahrungen möchte Thorsten Witt Menschen helfen, den Mut zu fassen, Sport in ihren Alltag zu integrieren. Seine Botschaft lautet: Kleine Schritte, soziale Unterstützung und das Feiern von Erfolgen sind Schlüsselelemente, die zu einem aktiven Lebensstil führen können.

Anne-Marie Sanders

Thorsten Witts Streckentipp
„Halde Hoheward geht immer! Zehn flache Kilometer laufen Profis auf der Balkonpromenade inklusive der Streckenerweiterung Ewaldsee, Emscherbruch und Aktivlinearpark."

Sparkasse Vest Recklinghausen

Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen

INFO –

www.sparkasse-re.de
www.diakonie-kreis-re.de

Fotos: Andre Chrost

Auf zu neuen Ufern

Die „Glücksradtouren“ entlang der Emscher und ihrer Nebenflüsse sind gemütliche Radtouren, die alle Sinne berühren. Ob auf eigene Faust oder mit einem Guide: Auf den Routen sammelt man viele Eindrücke, bekommt den Kopf frei und kann sich bei Achtsamkeitsübungen entspannen.

Die Emscher Glücksradtour 3 ist eine ca. 30 Kilometer lange Tour entlang der neuen Flusslandschaften der Emscher. Eine Extra-Tour führt entlang des Schiffshebewerks Henrichenburg in Waltrop. Man kann auch eine Abkürzung über Bladenhorst nehmen.

Den Wind auf der Haut spüren. In die Sonne blinzeln. Den Vögeln lauschen. Und dabei ganz locker durch diese blau-grüne Landschaft radeln. Die abwasserfreie und vielerorts renaturierte Emscher und ihre Nebenläufe weisen den Weg. „Driften“ nennen es Fachleute, wenn man seine Gedanken weit schweifen lässt und sich an einem Ort viel Zeit nimmt. Die „Glücksradtouren“ laden dazu ein: Emschergenossenschaft und Knappschaft hatten während der Corona-Pandemie die Idee, abwechslungsreiche Radtouren auszuarbeiten, die auch Impulse für ein gesundes, glückliches Leben bieten. Jede der fünf Routen hat einen eigenen Schwerpunkt – mal ist es Kunst, die überraschend in der Landschaft steht, mal führen die Strecken durch wildromantische Täler, vorbei an Auwäldern und Feldern, oder über alte Bahntrassen mit Industriekulisse in der Ferne. „Kleine Glücksmomente sind eine wichtige Zutat für seelische Gesundheit und Wohlbefinden", sagt Psychologe Nikolai Wystrychowski. „Häufig findet man sie auch ganz in der Nähe, dort wo man es nicht vermutet. Der nächste Weg kann schon ganz neue Perspektiven bieten und mich gedanklich von Dingen lösen, die ich sonst nicht loslassen kann. Das zuzulassen, gelingt beim Radfahren besonders gut, wenn der Körper etwas aktiv ist und die Sinne geschärft sind.“ Wystrychowski hat in den letzten Jahren schon einige Glücksradtouren geleitet und die Radlerinnen und Radler beispielsweise zu Aussichtspunkten im Nordsternpark Gelsenkirchen, zu idyllischen Siedlungen wie Teutoburgia in Herne oder zur Emscherquelle bei Holzwickede geführt. Der Psychologe erklärt, was das Besondere an den Glücksradtouren ist: „Während der Tour entdecken die Teilnehmenden die – manchmal ganz unvermutete – Landschaft des Emschergebiets auf ruhigen Wegen. Bei mehreren Stopps erfahren sie einiges über die wechselvolle Geschichte der Emscher und bekommen Rezepte für Glücksmomente im Alltag. Das reicht

Welche Pflanze wächst hier am Ufer? Welcher Vogel singt dort so schön? Die weiten Wasserflächen am Hof Emscher-Auen in Castrop-Rauxel bieten Natur pur. Anna Klyk und Damian Jankowski aus Recklinghausen radeln gerne entlang der neuen Flusslandschaft.

von kleinen selbstständigen Übungen zur Achtsamkeit und zu Atemtechniken bis hin zu Gesprächen über kleine und große Glücksquellen des Lebens."

Touren zum Genießen

Die Touren kann man auch gut allein abfahren – auf der Website sind die Routen beschrieben, und den Streckenverlauf findet man auch über die App „Komoot". Tipp: Probieren Sie die kleinen Übungen und Denkanregungen aus, die als Text oder Video eingebaut sind. Die Effekte sind oft verblüffend. Für die Genussübung (siehe Tour 3 rund um Castrop-Rauxel) können Sie sich auch ein paar Rosinen mehr oder ein Stück Schokolade einpacken – ein bisschen Seelennahrung tut gut. Kostenlose, geführte Glücksradtouren bieten Emschergenossenschaft und Knappschaft im Rahmen der Kooperation „Gesund an der Emscher!" demnächst auch wieder an. Termine werden auf der Website oder über die Social-Media-Kanäle verbreitet.

Claudia Schneider

INFO

www.gluecksradtouren.de

Foto: Thomas Bocian

1

Foto: Matthias Morawetz

2

Foto: Michael Schwettmann

3

Foto: André Storm

7

Foto: Schneekönigin

8

Foto: Matthias Rauch

9

HIGHLIGHTS

Depeche Reload

Diese Jungs machen jedes Konzert zu einer authentischen Depeche-Mode-Party.

Samstag, 30.09., 20:00, Herten, Schwarzkaue

Die Comedy-Werkstatt

Hier können bekannte Comedians und auch Anfänger an ihren Gags arbeiten und Profis ihr Können zeigen.

Sonntag, 01.10., 20:00, Castrop-Rauxel, Comedy Werkstatt, Tanzpalast Mythos

Detektivworkshop

Beim Detektivworkshop lernen Kids, Spuren zu sichern und den Täter zu identifizieren.

Mittwoch, 04.10., 17:30, Datteln, Stadtbücherei

Wettrutschen für Kids 1

Auf der Racer-Doppelrutsche im Spaßbad werden die schnellsten Wasserflöhe gesucht.

Montag, 09.10., 15:00, Herten, Copa Ca Backum

Oma wird verkauft 2

Diese moderne und ganz eigene Bearbeitung des Lustspiel-Klassikers „Der verkaufte Großvater" zeigt, wie viel mehr komödiantisches Potenzial in diesem alten Schwank steckt.

Dienstag, 17.10., 19:30, Recklinghausen, Bürgerhaus Süd

trial & error 3

Trial and error (Versuch und Irrtum) ist die Art, wie Kinder sich und ihre Welt erforschen. Wo ist die Grenze? Wer setzt sie mir? Und was passiert, wenn Kinder die Regeln bestimmen?

Mittwoch, 25.10., 10:00, Marl, Theater Marl

Woozle Goozle – das Woozical 4

Ein spannendes Abenteuer mit lustigen Figuren, einer verspielten Inszenierung und einem ausgefuchsten Bühnenbild.

Samstag, 28.10., 15:00, Castrop-Rauxel, Stadthalle

Lichterfest 5

Mit dem Lichterfest in Dorsten erstrahlt das Ehrenamt jedes Jahr im November in der Dorstener Altstadt.

Sonntag, 05.11., 13:00, Dorsten, Altstadt

Foto: Benjamin Hauschild

4

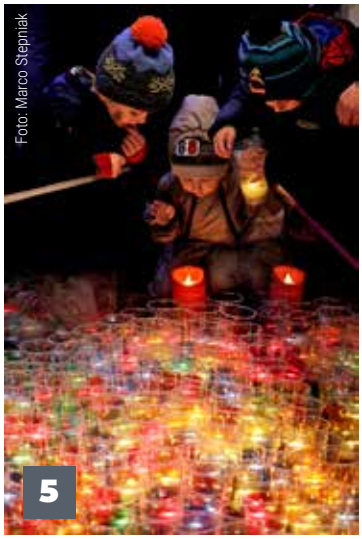


Foto: Marco Stepniak

5

Foto: Peter Schütte

6

Foto: Klauke

10

Foto: E. Horn

11

Die Puppen, die ich rief 6

Bauchredner Tim Becker spielt mit Puppen. Oder spielen die Puppen mit ihm?

Sonntag, 05.11., 18:00, Datteln, KatiElli Theater

André Storm: Lesung mit Zauberei 7

Nicht nur der Autor erscheint an diesem Abend mit seinem aktuellen Krimi „Abgetaucht!", sondern auch andere Dinge. Und diese meistens gänzlich unerwartet.

Donnerstag, 16.11., 19:00, Waltrop, 3. Ort Waltrop, Ziegeleistraße

Schneekönigin – das Musical 8

Das Publikum wird Teil eines Abenteuers mit zauberhaften Wesen und unbegrenzten Möglichkeiten.

Donnerstag, 16.11., 16:00, Oer-Erkenschwick, Stadthalle

Zaubershow für die ganze Familie 9

Nicht nur Schall und Rauch: Matthias Rauch bietet ein Feuerwerk an frischer Unterhaltung und unglaublichen Illusionen für die ganze Familie.

Samstag, 18.11., 15:30, Dorsten, Gemeinschaftshaus Wulfen

Rock the Circus 10

Hier wächst zusammen, was zusammengehört – atemberaubende Artistik und kraftvolle Rockmusik aus fünf Jahrzehnten.

Dienstag, 21.11., 19:30, Marl, Theater Marl

Frühstück bei Tiffany

Jeder liebt die Geschichte um die junge Holly und Tiffany, den berühmten Juwelier in der Fifth Avenue mit seinen glitzernden Diamanten in der Auslage.

Mittwoch, 22.11., 19:30, Recklinghausen, Ruhrfestspielhaus

Tatort Dinner „Mörderische Auktion"

Ein Inspektor mit einem geheimnisvollen Karton im Arm platzt herein. Der Adel von Cornwall ist „not amused". Was will die Polizei im Haus? Ein unerhörter Skandal nimmt seinen Lauf!

Freitag, 24.11., 19:00, Castrop-Rauxel, Schloss Bladenhorst

The Cashbags: Johnny Cash Revival 11

Die Legende Johnny Cash lebt in den Cashbags weiter. Ein Highlight für Fans dieser Musikepoche.

Samstag, 02.12., 20:00, Waltrop, Stadthalle

TERMINE

SAMSTAG | 23.09.

HERTEN | 20:00
Zwei Stricher packen aus! LiveCartoon Podcast
Schwarzkaue Eventlocation

DORSTEN | 15:00
Berühmte Persönlichkeiten aus Dorsten
Altes Rathaus, Markt 1

SONNTAG | 24.09.

CASTROP-RAUXEL | 11:00
Maritimer Frühschoppen des Shanty-Chores Castrop-Rauxel 2017 e.V.
Restaurant & Tanzpalast Mythos

HERTEN | 11:00
Schlosskonzerte
Schloss Herten

DORSTEN | 11:00
Nostalgie-Markt
CreativQuartier Fürst Leopold

DORSTEN | 17:00
Duo Taktvoll
Gnadenkirche Wulfen

RECKLINGHAUSEN | 15:00
Kindertheater: Wo Fuchs und Hase sich gute Nacht sagen
Ruhrfestspielhaus

MONTAG | 25.09.

CASTROP-RAUXEL | 13:00
Das Mädchen Wadjda
Castrop-Rauxel Studio

DIENSTAG | 26.09.

CASTROP-RAUXEL | 17:00
Die drei ??? Kids - Der singende Geist
Castrop-Rauxel Studio

HERTEN | 10:00
smartVEST
Open Government BarCamp
Zeche Schlägel & Eisen

CASTROP-RAUXEL | 19:30
Der Vorleser
Castrop-Rauxel Studio

MITTWOCH | 27.09.

CASTROP-RAUXEL | 09:30
Handykurs für Senioren
Agora Kulturzentrum

OER-ERKENSCHWICK | 15:30
Kaffee, Kuchen, Alpenüberquerung Autorinnenlesung
Matthias-Claudius-Zentrum, Raum Haard

DONNERSTAG | 28.09.

DATTELN | 20:00
„Storno; Die Sonderinventur"
Stadthalle Datteln

FREITAG | 29.09.

WALTROP | 19:30
Waltrop spielt
Stadthalle Waltrop

DATTELN | 19:30
ELVIS – My Way
KATiELLi Theater

RECKLINGHAUSEN | 19:00
integral::musik: Nichts fehlt außer Dir
Bürgerhaus Süd

SAMSTAG | 30.09.

HERTEN | 11:00
Urbane Kunst – Streetart-Workshop
Stadtbibliothek

OER-ERKENSCHWICK | 17:00
Ganoven Fest 2023
Joe e.V.

Wasserspiel-Nachmittag

Im Schwimmerbecken warten Laufmatte und Spielinseln auf die kleinen Gäste, im Nichtschwimmerbereich gibt es Poolnudeln, Matten und Schwimmtiere.

Samstag, 21.10., 15:00, Herten, Copa Ca Backum

SONNTAG | 01.10.

CASTROP-RAUXEL | 11:00
Trödelmarkt + Erntedankfest

CASTROP-RAUXEL | 20:00
Die Comedy Werkstatt
Tanzpalast Mythos

MARL | 15:00
Schneekönigin – das Musical
Theater Marl

DIENSTAG | 03.10.

HERTEN | 15:00
Copa-Rallye für Kids
Copa Ca Backum

MARL | 11:00
VolksParkFest
Alt-Marl

MITTWOCH | 04.10.

HERTEN | 16:30
Gern genäht – Das Modeatelier
Haus der Kulturen

HERTEN | 15:00
Wasserflöhe-Wasserdisco
Copa Ca Backum

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Die Kehrseite der Medaille
Ruhrfestspielhaus

DONNERSTAG | 05.10.

WALTROP | 16:00
Programmierkids

MARL | 19:00
Hufeisen – Solo mit 7 Blockflöten
Kulturzentrum Erlöserkirche

FREITAG | 06.10.

DATTELN |
Blutsbrüder – Das Musical
KatiElli Theater

DORSTEN | 10:00
Herbstfestival Indian Summer

HERTEN | 18:30
Fledermauswanderung für Kinder
Halde Hoheward

SAMSTAG | 07.10.

MARL | 13:00
Marler Seefest
Marler Stern

DATTELN |
Datteln im Herbst
City Datteln

HERTEN | 14:00
Repair-Café
Gemeindezentrum der Thomaskirche

HERTEN | 10:00
Botanische Wanderung für Kinder
Halde Hoheward

SONNTAG | 08.10.

MARL | 13:00
Marler Seefest
Marler Stern

OER-ERKENSCHWICK |
Oktoberfest Club 50 Plus Foyer
Stadthalle

DORSTEN | 11:00
Denkpfad!
Bürgerpark Maria Lindenhof

RECKLINGHAUSEN | 11:00
Konzertreihe DEBUT um 11 e. V.
Ruhrfestspielhaus, Kassiopeia

MONTAG | 09.10.

DORSTEN | 00:00
Tim McMillan LIVE
Vinylcafe „Schwarzes Gold"

HERTEN | 15:00
Wettrutschen für Kids ab 8 Jahren
Copa Ca Backum

MITTWOCH | 11.10.

HERTEN | 15:00
Wasserflöhe-Wasserdisco
Copa Ca Backum

DONNERSTAG | 12.10.

DORSTEN | 00:00
Tidemore LIVE
Vinylcafe „Schwarzes Gold"

MARL | 00:00
Let's take a picture!
insel-Familienbibliothek Türmchen

OER-ERKENSCHWICK | 15:00
Trauercafé
Erinnerung - Austausch - Perspektiven
Matthias-Claudius-Zentrum

FREITAG | 13.10.

DORSTEN | 00:00
Whisky Tasting
Vinylcafe „Schwarzes Gold"

MARL | 19:30
Wohnzimmer-Konzert: Copyriot
Jugendzentrum Hagenbusch

DATTELN |
Beatles an Bord
KatiElli Theater

SAMSTAG | 14.10.

HERTEN | 10:00
Vogelkundliche Wanderung für Kinder
Halde Hoheward

SONNAG | 15.10.

WALTROP | 12:00
Von Nixe, Ostara und Cerberus
LWL-Industriemuseum

OER-ERKENSCHWICK | 15:00
Vom Maulwurf, der wissen wollte, wer ihm auf den Kopf gemacht hat – Figurentheater
Schwimmverein Neptun Erkenschwick e.V

MONTAG | 16.10.

MARL | 19:30
Hausmeister Krause – Du lebst nur zweimal
Theater Marl

DIENSTAG | 17.10.

WALTROP | 10:30
Schnupperworkshop bewegtes Gedächtnistraining für SeniorInnen
Kulturwohnzimmer

DORSTEN | 19:30
Bücherherbst Lesungen
Cornelia Funke Baumhaus

RECKLINGHAUSEN | 19:00
2. Sinfoniekonzert – Hoffnung
RuhrfestspielhausmKultur

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Oma wird verkauft
Bürgerhaus Süd

MITTWOCH | 18.10.

WALTROP | 16:00
Offener Treff
Für alle, die Handarbeit lieben
Stadthalle Waltrop

WALTROP | 16:00
Schattentheater Aschenputtel ab 4 Jahre
Raum 2

DORSTEN | 14:00
Morgenstar und Ringelspatz
Gemeinschaftshaus Wulfen

RECKLINGHAUSEN | 19:00
AndersARTig: Picknick am Valentinstag
Ruhrfestspielhaus

DONNERSTAG | 19.10.

MARL |
LAN-Party
Jugendzentrum Hagenbusch

HERTEN | 20:07
Fritz Eckenga: „Hirnschmelze"
Glashaus

Foto: Stefan Milk

Das Ruhrical

Das Ruhrpott Musical ist ein Erlebnis mit dem Sound des Ruhrgebiets. Hits von hier in einer unvergesslichen Show.

Freitag, 29.09., 20:00, Castrop- Rauxel, Stadthalle

FREITAG | 20.10.

MARL| 19:30
Sörensen hat Angst
Theater Marl

DATTELN |
Vive l' amour – Es lebe die Liebe
KatiElli Theater

OER-ERKENSCHWICK | 20:00
The Best Of Queen
Stadthalle

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Good Bye, Lenin!
Ruhrfestspielhaus

SAMSTAG | 21.10.

HERTEN | 11:00
LipDup – Das etwas andere Musikvideo
Jugendzentrum Nord

HERTEN | 10:00
Steinchen für Steinchen – Kleine Mosaikkunstwerke
Jugendzentrum Nord

MARL | 15:00
Freunde – Helme Heine
Theater Marl

HERTEN | 15:00
Wasserspiel-Nachmittag
Copa Ca Backum

DORSTEN | 13:00
11. Dorstener Sparkassen Crosslauf
Bürgerpark Maria Lindenhof

DORSTEN | 20:00
Immer wieder nachts um vier
Aula St. Ursula Realschule

RECKLINGHAUSEN | 19:00
NPW goes DISCO
Ruhrfestspielhaus

SONNTAG | 22.10.

RECKLINGHAUSEN | 11:00
integral::musik: Paganini-Rhapsodie
Ruhrfestspielhaus

RECKLINGHAUSEN | 15:00
Schneekönigin - das Musical
Ruhrfestspielhaus

MARL | 17:00
PIANO! Oleksandra Makarowa
Kulturzentrum Erlöserkirche

MONTAG | 23.10.

WALTROP | 19:00
Die musikalische Fantasie
Kulturwohnzimmer

DORSTEN | 20:00
Hedwig and the Angry Inch
Aula St. Ursula Realschule

DIENSTAG | 24.10.

DORSTEN | 15:00
Alles Rabenstark! Oder hauen, bis der Milchzahn wackelt
Forum der VHS

DORSTEN | 16:00
Alte Hasen – Neue Regeln
Gemeinschaftshaus

MITWOCH | 25.10.

WALTROP | 14:00
Spielenachmittag
3. Ort Waltrop Foyer

MARL | 10:00
trial & error
Theater Marl

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Tosca
Ruhrfestspielhaus

DONNERSTAG | 26.10.

WALTROP | 16:00
Wir lesen que(e)r Etwas andere Geschichten
Kulturwohnzimmer

CASTROP-RAUXEL | 19:00
Lesung Turmalin Theater: Kafka oder Das Zögern vor der Geburt
Stadtbibliothek Castrop-Rauxel

HERTEN | 20:00
Stars auf Zeche
Die heiße Show für kühle Tage
Revue Palast Ruhr

DATTELN | 20:00
Best of NachtSchnittchen
Stadthalle Datteln

FREITAG | 27.10.

WALTROP | 19:30
Waltrop spielt
Offener Spieleabend
Foyer

MARL | 19.30
Back to the Roots
Theater Marl

CASTROP-RAUXEL | 20:00
Dark Stories – Gruselgeschichten & Livemusik
Schloss Bladenhorst

HERTEN | 20:00
Blues Company: Live and kickin'
Glashaus

HERTEN | 20:00
Stars auf Zeche
Die heiße Show für kühle Tage
Revue Palast Ruhr

DATTELN |
Mädelsabend
KatiElli Theater

SAMSTAG | 28.10.

HERTEN | 10:00
Steinchen für Steinchen – Kleine Mosaikkunstwerke
Jugendzentrum Nord

MARL | 19:00
Marler Debüt: Kammermusikabend
Theater Marl

CASTROP-RAUXEL | 15:00
Woozle Goozle - das Woozical
Stadthalle Castrop-Rauxel

HERTEN | 16:00
Wasserflöhe-Halloweenparty
Copa Ca Backum

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Wildes Holz
Ruhrfestspielhaus

SONNTAG | 29.10.

MARL | 11:00
Mädchen Klamotte
Marler Stern

Clubraum | 10 JAHRE
www.sparkasse-clubraum.de

Here we go again

Die Bühne ist bereitet, die Verstärker sind aufgedreht, und die Spannung steigt: Der Clubraum-Contest feiert Saison-Debüt und Jubiläum zugleich – zehn Jahre lang gibt es das Musikförderprojekt der Sparkasse Vest Recklinghausen nun schon. Die Tradition wird aufrechterhalten: In neun Runden können lokale Bands und Kollektive aller Genres gegeneinander antreten. Via Fach- und Publikumsvoting werden so die Gewinner ermittelt, die am 1. Mai die Finalrunde zur Eröffnung der Ruhrfestspiele bestreiten. Hauptgewinn, wie immer: Ein Auftritts-Slot beim beliebten Festival Bochum Total. In dieser Saison dürfen gleich 15 grundverschiedene neue Bands begrüßt werden.
Von harmonisch-entspannten Singer-Songwriter-Vibes über female fronted Metalcore bis hin zu experimentellen Klängen aus fernen Galaxien wird jede Geschmacksknospe hingebungsvoll bespielt.

Die nächsten Termine:

Chasing Dreams, Cryptic Lane, Kaiser Franz, Silver Leaf
Freitag, 10. November, 19:30, Treffpunkt Altstadt, Dorsten

Beyond Matters, The Monistic, Sweet Disaster
Samstag, 18. November, 20, Hagenbusch, Marl

Dreams Don't Sleep, Hallways, In Shards
Samstag, 9. November, 19:30, JZ Südpol, Recklinghausen

TERMINE

DORSTEN | 11:00
Nostalgie-Markt auf Fürst Leopold
CreativQuartier Fürst Leopold

RECKLINGHAUSEN | 11:00
1. Rathauskonzert – Sextett Sells
Rathaus

RECKLINGHAUSEN | 15:00
Kindertheater: Findus zieht um
Ruhrfestspielhaus

RECKLINGHAUSEN | 17:00
Lesebühne EXTRA: Die schöne Magelone
Ruhrfestspielhaus

DIENSTAG | 31.10.

MARL | 19:30
Dracula
Theater Marl

CASTROP-RAUXEL | 19:30
Seven Cent - Halloween Show
Europahalle

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Schuhe Taschen Männer
Ruhrfestspielhaus

DONNERSTAG | 02.11.

DORSTEN | 19:00
Besser heizen – Wärme pumpen
Volkshochschule

SAMSTAG | 04.11.

HERTEN | 11:00
Schnuppertauchen
Copa Ca Backum

DATTELN | 19:30
The Music of Simon & Garfunkel – The Concert In Central Park
KATiELLi Theater

HERTEN | 14:00
Repair-Café und Technik-Stammtisch
Bürgerhaus Süd

MARL | 19:00
Marler Nacht der spirituellen Lieder
Kirche Sankt Josef

MARL | 19:00
Karneval der Tiere
Kulturzentrum Erlöserkirche

SONNTAG | 05.11.

MARL |
Pippi Langstrumpf
Theater Marl

CASTROP-RAUXEL | 11:00
Lesung Rainer Moritz
Stadtbibliothek

CASTROP-RAUXEL | 20:00
Die Comedy Werkstatt
Tanzpalast Mythos

DATTELN | 18:00
Die Puppen, die ich rief
KATiELLi Theater

Foto: istockphoto.com/petrenkod

Schnuppertauchen

Gemeinsam mit Profis machen die Schnuppertaucher ihre ersten Züge unter Wasser mit Flossen, Sauerstofflasche und Tauchmaske.

Samstag, 04.11., 11:00, Herten, Copa Ca Backum

Foto: privat

William Wahl: „Nachts sind alle Tasten grau“

Ob Katzen hier lauschen, ist nicht erwiesen, aber Menschen kommen freudestrahlend aus den Soloabenden des Klavierkabarettisten.

Donnerstag, 23.11., 20:00, Herten, Glashaus

DORSTEN | 13:00
Lichterfest
Dorsten-Altstadt

MONTAG | 06.11.

WALTROP | 16:00
Lesung Jasmin Schaudinn
Kulturwohnzimmer

MARL |
Schuhe Taschen Männer
Theater Marl

DIENSTAG | 07.11.

WALTROP | 16:00
Vorlesenachmittag für Kinder zwischen 3 und 6 Jahre
Foyer

DONNERSTAG | 09.11.

DATTELN |
Torsten Sträter
Stadthalle

FREITAG | 10.11.

MARL | 19:30
HOT Action QUIZ!
Jugendzentrum Hagenbusch

MARL | 19:30
Der Schatz im Silbersee
Theater Marl

HERTEN | 20:00
Doppelkonzert: Tante Friedl & Jenny Thiele
Glashaus

DORSTEN | 19:30
Finger weg! Das Handbuch für den ungeschickten Mann – und wie man mit ihm umgeht
Stadtbibliothek

SAMSTAG | 11.11.

MARL | 15:00
Der kleine Eisbär
Theater Marl

MITTWOCH | 11.11.

OER-ERKENSCHWICK |
Dance City C-R.
Stadthalle

SAMSTAG | 11.11.

DORSTEN | 20:00
Oldie Night
Gemeinschaftshaus

SONNTAG | 12.11.

DATTELN | 18:00
Dancing Queen Fever ABBA Tribute Show
KATiELLi Theater

OER-ERKENSCHWICK | 16:00
herr H – neue deutsche Kindermusik
Stadthalle

DORSTEN-RHADE | 12:00
Jazzfrühschoppen: The Swinging Latin Touch
Gastwirtschaft Nienhaus

OER-ERKENSCHWICK | 15:00
Figurentheaterveranstaltung: „Auf hoher See“
Schwimmverein Neptun Erkenschwick e.V

DIENSTAG | 14.11.

CASTROP-RAUXEL | 10:00
Sprechstunde Pflege-Infocenter
Agora Kulturzentrum Kultur

DORSTEN | 16:00
Drei Haselnüsse für Aschenbrödel
Aula St. Ursula Realschule

MARL | 18:00
Marler Fotogruppe Rund um die Fotografie
Hans-Katzer-Haus

RECKLINGHAUSEN | 19:00
3. Sinfoniekonzert – Engel
Ruhrfestspielhaus

MITTWOCH | 15.11.

WALTROP | 16:00
Offener TreffFür alle, die Handarbeit lieben
3. Ort Waltrop Foyer

DORSTEN | 19:30
Kanarenblut
Stadtbibliothek

RECKLINGHAUSEN | 18:00
Kirche und Kino: SEVEN WINTERS IN TEHERAN
Cineworld Kino

DONNERSTAG | 16.11.

WALTROP | 19:00
André Storm - Abgetaucht Lesung mit Zauberei
Kulturwohnzimmer

OER-ERKENSCHWICK | 16:00
Schneekönigin - Das Musical
Stadthalle

OER-ERKENSCHWICK | 15:00
Trauercafé Erinnerung – Austausch – Perspektiven
Matthias-Claudius-Zentrum

DATTELN | 20:00
Stefan Stoppok Echter Klang statt Fake Noise
Stadthalle

FREITAG | 17.11.

DATTELN |
Blutsbrüder – Das Musical
KatiElli Theater

DORSTEN | 19:30
Mord zu Mord gesellt sich gern
Stadtbibliothek

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Schiff ahoi
Bürgerhaus Süd

SAMSTAG | 18.11.

MARL | 19:30
Sparkassen-Clubraum
Jugendzentrum Hagenbusch

HERTEN | 11:00
Bilder aus Fernost – Dein Manga-Workshop
CreativWerkstatt

MARL| 20:15
No Man's Road
Szenische Lesung mit Musik: Kino auf Papier.
Theater Marl

HERTEN | 15:00
Wasserspiel-Nachmittag
Copa Ca Backum

DORSTEN | 16:00
Zaubershow für die ganze Familie
Gemeinschaftshaus Wulfen

WALTROP | 20:00
„Magic Gregorian Voices Klang der Mönche"
Stadthalle

DORSTEN | 16:00
Matthias Rauch - Zaubershow für die ganze Familie
Gemeinschaftshaus

RECKLINGHAUSEN | 16:00
Familienkonzert: Hänsel und Gretel
Bürgerhaus Süd

SONNTAG | 19.11.

HERTEN | 11:00
Bilder aus Fernost – Dein Manga-Workshop
CreativWerkstatt

DORSTEN | 17:00
Saxophonquartett „NEXUS" Musik
Gnadenkirche Wulfen

WALTROP | 12:00
Von Nixe, Ostara und Cerberus
LWL-Industriemuseum

RECKLINGHAUSEN | 17:00
Kammerchor Recklinghausen:
Christuskirche

MARL | 17:00
Adventskonzert
Kulturzentrum Erlöserkirche

MONTAG | 20.11.

DORSTEN | 20:00
Komplexe Väter
Aula St. Ursula Realschule

DIENSTAG | 21.11.

DATTELN | 15:00
Kindertheater: „Weihnachten bei Michel aus Lönneberga"
Stadthalle

RECKLINGHAUSEN | 19:00
AndersARTig: The Long Run
Ruhrfestspielhaus

RECKLINGHAUSEN | 19:30
Rock The Circus
Theater Marl

MITTWOCH | 22.11.

WALTROP |
Workshop Handlettering Christmas Edition
3. Ort Waltrop

RECKLINGHAUSEN | 16:00
Digitales Bilderbuchkino
Stadtbibliothek

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Frühstück bei Tiffany
Ruhrfestspielhaus

DONNERSTAG | 23.11.

MARL| 20:00
Arnulf Rating: Zirkus Berlin
Theater Marl

DORSTEN | 19:00
Mensch, stress mich nicht!
Volkshochschule

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Sarah Bosetti – Wer Angst hat, soll zuhause bleiben!
Ruhrfestspielhaus

HERTEN | 20:07
William Wahl
„Nachts sind alle Tasten grau"
Glashaus

FREITAG | 24.11.

WALTROP | 19:30
Waltrop spielt
Offener Spieleabend
3. Ort Waltrop Foyer

MARL | 19:30
Wie im Himmel
Theater Marl

CASTROP-RAUXEL | 19:00
Tatort Dinner
„Mörderische Auktion"
Schloss Bladenhorst

DORSTEN | 20:00
Susanne Pätzold
Multiple Choice Comedy
Aula Gymnasium Petrinum

SAMSTAG | 25.11.

HERTEN | 11:00
Ich schenk dir was – Geschenke aus der Goldschmiede-Werkstatt
Artrium-Schmuckatelier im Kunsthof Westerholt

MARL | 19:00
Jewish Touch: Duo Brillaner mit Konstantin Heidrich
Theater Marl

HERTEN | 15:30
Wasserflöhe-Kino-Poolparty
Copa Ca Backum

DORSTEN | 19:00
Kultur vom Feinsten Kabarett
Gemeinschaftshaus Wulfen

RECKLINGHAUSEN | 19:30
Es war einmal ... oder auch nicht!
Tanzhaus La Danza

SONNTAG | 26.11.

MARL | 10:00
Mit Mut zum Glück
Jugendzentrum Hagenbusch

RECKLINGHAUSEN | 11:00
Rathauskonzert
Rathaus

RECKLINGHAUSEN | 11:00
Konzertreihe - DEBUT um 11 e. V.
Ruhrfestspielhaus, Kassiopeia

RECKLINGHAUSEN | 16:00
Ballettschule Warnas
Ruhrfestspielhaus

MONTAG | 27.11.

MARL | 19:30
Schöne Bescherung
Theater Marl

DIENSTAG | 28.11.

RECKLINGHAUSEN | 19:00
Der Nussknacker
Ruhrfestspielhaus

MITTWOCH | 29.11.

WALTROP | 14:00
Gemeinsam Gesellschafts-spiele ausprobieren
3. Ort Waltrop Foyer

CASTROP-RAUXEL | 16:00
Theater Die Mimosen: Der Weihnachtstraum des Tannenbaums
Stadtbibliothek

RECKLINGHAUSEN | 18:00
NPW Barock
Christuskirche

DONNERSTAG | 30.11.

DORSTEN | 19:30
Über Paris ins Paradies Musik
Volkshochschule

MARL | 20:00
Schwanensee mit Orchester
Theater Marl

FREITAG | 01.12.

DATTELN |
KATiELLi's Christmas 2023
KatiElli Theater

DATTEN | 20:00
Brings Konzert
Stadthalle

OER-ERKENSCHWICK | 20:00
Wildes Holz
Stadthalle

DORSTEN | 19:30
„Und ewig dampft der Glühwein"
Kabarett, Lesungen
Cornelia Funke Baumhaus

RECKLINGHAUSEN | 10:00
1. Schulkonzert
Mozart – Vom Wunderkind zum Superstar
Ruhrfestspielhaus

RECKLINGHAUSEN | 18:00
Adventssingen
Kirchplatz

SAMSTAG | 02.12.

MARL | 19:30
Der Elfenthron von Thorsagon mit der Band Fairytale
Theater Marl

DORSTEN | 14:00
Adventsbasar
Gnadenkirche Wulfen

HERTEN | 14:00
Repair-Café
Gemeindezentrum der Thomaskirche

MARL | 15:00
That's JAZZ! Christmas Jazz
Kulturzentrum Erlöserkirche

WALTROP | 19:00
THE CASHBAGS
Stadthalle

SONNTAG | 03.12.

MARL | 16:00
Weihnachtslieder von der Seefahrt
Kulturzentrum Erlöserkirche

MONTAG | 04.12.

WALTROP | 19:00
1. Frauenfilmreihe Castrop-Rauxel/Waltrop
Yahoo

DIENSTAG | 05.12.

DORSTEN | 17:00
Ein total verhextes Weihnachtsfest
Forum der VHS

MITTWOCH | 06.12.

DORSTEN | 14:00
Kindertheater: Ox & Esel
Kom'ma Theater
Gemeinschaftshaus Wulfen

SAMSTAG | 09.12.

HERTEN | 16:00
Candlelight für Kids
Copa Ca Backum

CASTROP-RAUXEL | 15:00
Weihnachtsmarkt
Henrichenburg

RECKLINGHAUSEN | 16:00
Jugendsinfonieorchester: Kaffee- und Kuchenkonzert
Ruhrfestspielhaus, Kassiopeia

SONNTAG | 10.12.

OER-ERKENSCHWICK | 15:00
„Wann wird´s mal wieder richtig Winter"
Schwimmverein Neptun Erkenschwick e.V

Foto: Peter Wattendorff

Weihnachten mit den Zucchini Sistaz

Die drei Damen bescheren uns Weihnachtslieder aus aller Herren Länder.

Mittwoch, 13.12., 19:30, Recklinghausen, Ruhrfestspielhaus

Sie sind sich einig: Marcel Tillmanns und Sarah Tech suchen schon länger eine eigene Immobilie in Dorsten.

Alles richtig gemacht!

Wie ein junges Paar aus Dorsten den Traum vom eigenen Haus zielstrebig verwirklicht.

Zugegeben: Bausparen klingt nicht ganz tauffrisch. Marcel Tillmanns und seine Freundin Sarah Tech haben trotzdem gleich mehrere Bausparverträge. Warum? Das verrät das junge Paar im Gespräch.

Marcel Tillmanns macht gerne Pläne. Das liegt wohl an seinem Beruf, denn der 34-Jährige ist Elektroingenieur. Nach Studium und zwei beruflichen Stationen in Essen entschied sich der junge Mann, in seine Heimatstadt Dorsten zurückzukehren. „Die Anbindung in alle Himmelsrichtungen ist hier super, und die Stadt gefällt mir auch", sagt Tillmanns. Gemeinsam mit seiner Freundin Sarah Tech wurden Pläne geschmiedet: „Wir sind beruflich ganz gut gesettelt, und es war unser beider Wunsch, eine eigene Immobilie für uns zu finden. Das ist für uns ein Investment fürs Alter und schlauer, als bei steigenden Preisen Monat für Monat viel Geld in eine Mietwohnung zu stecken." Es geht dem jungen Paar aber nicht nur um streng rationale Motive: „Ein eigenes Haus, möglichst mit Garten – das gibt uns mehr Freiheit, ob bei der Familienplanung oder wenn's darum geht, unsere eigenen Vorstellungen zu verwirklichen."

Haussuche mit Hürden

Allerdings war die Suche auf dem Dorstener Immobilienmarkt schwieriger als gedacht: „Vieles war überteuert oder in schlechtem Zustand." Deshalb fragte das Paar bei Julia Tamm, ihrer Beraterin bei der Sparkasse in Dorsten, nach Möglichkeiten, das historisch niedrige Zinsniveau vorsorglich für die Zukunft zu sichern. „Wir haben uns gefragt: Selbst, wenn wir bald die passende Immobilie finden – was ist nach zehn Jahren, sind dann die Zinsen so hoch, dass wir uns ein Haus gar nicht mehr leisten können?"

Einleuchtendes Modell

Beraten wurden die beiden dann von einem Spezialisten: Matthias Breuer wurde von Julia Tamm zum Gespräch eingeladen – und der Bausparexperte der Sparkasse Vest zeigte ein Szenario auf, das dem jungen Paar sofort einleuchtete. „Wir hatten in den vergangenen Jahren ein extrem niedriges Zinsniveau von unter 2 Prozent – das war für Häuslekäufer natürlich traumhaft", erinnert sich Breuer. „Aber was, wenn die Zinsen sich drehen und für ein Darlehen in zehn Jahren fünf Prozent oder mehr bezahlt werden müssen?"

Die Lösung: Zusätzlich zum bestehenden Vertrag mit kleiner Sparsumme schloss Marcel Tillmanns zwei größere Bausparverträge ab. Für alle drei gilt: Sie eröffnen dem Paar die Möglichkeit, auch in einigen Jahren noch ein Bauspardarlehen zu traumhaften Zinsen um die 1,5 % Prozent effektiv abrufen zu können. „Wir sehen den Bausparvertrag als Garantie, später die Immobilie halten zu können oder eine größere Renovierung anzugehen", sagt Tillmanns.

Die Gunst der Stunde nutzen

Inzwischen hat das Paar auch das passende Haus in Aussicht. Alles richtig gemacht also? „Von der vorausschauenden Planung kann man viel lernen", sagt Matthias Breuer. Sein Tipp: Obwohl die Bauzinsen längst bei 4 Prozent und mehr liegen, gibt es aktuell noch die Möglichkeit, sich mit einem Bausparvertrag der LBS ein Darlehen mit Zinsen unter 2 Prozent effektiv zu sichern, das nach entsprechender Ansparzeit abgerufen werden kann. „Das schafft Freiräume und die Sicherheit, bei einer größeren Reparatur oder Anschlussfinanzierung nicht von unerwarteten Zinslasten erdrückt zu werden." Wer das Modell nutzen will, sollte sich beeilen. Denn es ist wohl nur eine Frage der Zeit, bis auch beim Bausparen der Darlehenszins angehoben wird. **Stefan Prott**

Sparkasse
Vest Recklinghausen

INFO

www.sparkasse-re.de/bausparen

So hoch die Zinsen gestiegen sind: Mit einem Bausparvertrag kann man sich heute Zinsen unter 2 Prozent für morgen sichern.

Matthias Breuer, Bausparexperte der Sparkasse Vest Recklinghausen

Fotos: Marco Stepniak, Stefan Prott

Qualifiziert neu starten

Mit der Messereihe „Neustart“ hat das Jobcenter Kreis Recklinghausen Arbeitssuchende dabei unterstützt, ihre berufliche Zukunft in die Hand zu nehmen.

Egal, ob der Einstieg ins Handwerk, eine Karriere in der Logistik oder doch eine Umschulung zur Pflegefachkraft – auf der Qualifizierungsmesse „Neustart“ konnten Arbeitssuchende passende Angebote für ihren beruflichen Neustart entdecken. Insgesamt siebenmal hat das Jobcenter Kreis Recklinghausen dafür im Vest Halt gemacht. Start der Tour war in Dorsten, wo sich mehr als 150 interessierte Besucherinnen und Besucher über Weiterbildungsmöglichkeiten und Umschulungen informierten. Ein gelungener Auftakt der Reihe, wie Nicole Heier findet. Die Leiterin des Jobcenters Kreis Recklinghausen erklärt: „Die Arbeitsuchenden waren zur Messe eingeladen. Es bestand keine Pflicht, zu erscheinen. Daher freut es uns umso mehr, dass sie trotzdem so zahlreich gekommen sind und sich zu ihren beruflichen Möglichkeiten informiert haben.“

Bessere Chancen im Beruf

Dem stimmen auch die Aussteller zu. Ob die Schweißschule, das Weiterbildungszentrum oder die Fahrschule – sie alle berichten von intensiven Gesprächen, großem Interesse seitens der Arbeitssuchenden und einigen besonders engagierten Besucherinnen und Besuchern, mit denen sie bereits

Fotos: Arne Pöhnert

Neben intensiven Beratungsgesprächen konnten Besucherinnen und Besucher ihre Praxis-Fähigkeiten am virtuellen Schweiß-Simulator oder auf dem Mini-Bagger austesten.

weitergehende Beratungstermine vereinbarten. „Mit den Angeboten der Bildungsträger und erfolgreich absolvierten Qualifizierungen und Weiterbildungen haben Arbeitssuchende sehr gute Chancen auf dem Arbeitsmarkt“, erklärt Nicole Heier, „denn in vielen Branchen werden händeringend qualifizierte Mitarbeitende gesucht.“ In einigen Berufszweigen folge auf die Qualifizierung nahtlos die Übernahme in einen Betrieb. „Mit etwas Eigeninitiative, Mut und der Unterstützung durch das Jobcenter können Arbeitssuchende ihre Zukunft selbst in die Hand nehmen. Dazu wollen wir die Menschen auf unseren Neustart-Messen motivieren.“

Starthilfe in Deutschland

Eine Arbeitssuchende, der der Messebesuch geholfen hat, ist Anastasiia Biebnieva-Shymanova. Die 23-jährige Ukrainerin hatte zuletzt in Kiew studiert und ihr Diplom in Journalismus erhalten. Leider hat der berufliche Start in Deutschland bisher noch nicht geklappt.

Jetzt kenne ich die notwendigen Schritte, die ich tun muss, damit ich bald in Deutschland arbeiten kann.

Anastasiia Biebnieva-Shymanova

„Es ist immer noch mein Plan, hier als Journalistin zu arbeiten, aber dafür muss ich einige Vorgaben erfüllen“, berichtet Anastasiia. Dazu gehören weitere Deutschkurse und die professionelle Übersetzung ihres Diploms von der Universität in Kiew. „Auch wenn ich auf der Messe keine Fortbildung für mich gefunden habe, war der Besuch für mich ein Erfolg. Jetzt kenne ich die notwendigen Schritte, die ich gehen muss, damit ich bald in Deutschland arbeiten kann.“

Jana Lotter

VESTISCHE ARBEIT
jobcenter
Kreis Recklinghausen

INFO

www.jobcenter-kreis-recklinghausen.de

Sonne für die Sauna

Freuen sich über noch mehr sauberen Strom für Sauna, Beleuchtung, Lüftung und Umwälzpumpe – v. l. Techniker Dominik Schwirtz, Badleiter Heinrich Niehoff und Abteilungsleiter Netzanschlüsse/Straßenbeleuchtung und Energiedienstleistungen Evangelos Kamarakis.

Strom von allen Dächern, wo immer es geht – das haben die Hertener Stadtwerke wie geplant für ihre eigenen Gebäude realisiert. Nun folgen kommunale Immobilien.

Ihr Beispiel macht Schule: Die Nachfrage von Unternehmen und Privatleuten nach Photovoltaik ist groß. „Dank unserer Materialvorräte können wir die Projekte mit unseren Partnern im lokalen Handwerk auch zeitnah umsetzen", sagt Evangelos Kamarakis, Abteilungsleiter Netzanschlüsse/Straßenbeleuchtung und Energiedienstleistungen der Hertener Stadtwerke.

Wie ist der Stand beim Ausbau von Photovoltaik bei den Hertener Stadtwerken und der Kommune?
Evangelos Kamarakis: Auf dem Wellnessdach und dem Hallenbaddach am Copa Ca Backum produzieren insgesamt 239 Module 97.000 Kilowattstunden Energie im Jahr. Damit werden Saunaöfen, Beleuchtung, Lüftungstechnik und Umwälzpumpe mit Strom aus Sonnenenergie betrieben. Auch die Dachflächen der Stadtwerke-Hauptverwaltung an der Herner Straße sind mit Photovoltaik bestückt und produzieren 200.000 Kilowattstunden. In den kommenden Jahren folgen Kitas, Schulen und städtische Gebäude, sodass wir jetzt schon dank der Sonnenenergie pro Jahr 120.000 bis 150.000 Kilogramm CO_2 einsparen werden.

Sie sprechen von geeigneten Dachflächen. Wann ist Photovoltaik nicht umsetzbar?
Jede Anfrage wird von uns individuell geprüft und bewertet. Die PV-Anlage sollte natürlich wirtschaftlich und ökologisch Sinn machen. Wenn aber das Dach zu alt, die Fläche zu klein, die Dachneigung zu schräg ist, eine Beschattung durch Gebäude oder Aufbauelemente vorliegt oder eine nördliche Ausrichtung gegeben ist, kann das gegen eine Photovoltaik-Anlage sprechen. In diesen Fällen kann es vorkommen, dass wir von einer PV-Anlage abraten müssen. Dann suchen wir gemeinsam mit unseren Kunden nach anderen Lösungen.

Auf dem Weg zur Klimaneutralität – unter anderem über klimafreundliche Energiegewinnung auf Dachflächen – hat sich das Aufgabengebiet der Energieversorger gewandelt. Wie werden die Hertener Stadtwerke dem gerecht?
Die Wertschöpfungskette hat sich bei den Energieversorgern verändert. Wir verkaufen nicht nur Strom, sondern unterstützen und fördern die Erzeugung auf den Dächern in der Region mit intelligenter Steuerung. Wir sehen uns als kommunaler Versorger in einer Vorbildfunktion, der als seriöser und neutraler Berater seine langjährige Erfahrung an die Kunden weitergibt. Im besten Fall erzeugt man so viel Strom, wie man auch selbst verbrauchen kann. Dabei ist der Blick auch nachhaltig in die Zukunft gerichtet: Ein schrittweiser weiterer Ausbau eventuell für Wärmepumpen, Klimaanlagen und E-Autos ist immer möglich – auch der nachträgliche Einbau eines Stromspeichers. Die Wahl, ob gekauft oder gepachtet wird, richtet sich nach den Wünschen und Bedürfnissen unser Kunden.

> Wir verkaufen nicht nur Strom, sondern unterstützen und fördern die Erzeugung auf den Dächern in der Region.
>
> **Evangelos Kamarakis**

Viele Unternehmen wünschen sich Photovoltaik. Welchen Bedarf wollen sie decken?
Das Hauptaugenmerk liegt auf der klimaneutralen Energiegewinnung und einer Autarkie für die E-Ladesäulen. Da steigt der Bedarf, denn die Unternehmen und Handwerksbetriebe statten ihre Fuhrparks zunehmend mit E-Autos aus. Wir sind froh, sie und unsere Privatkunden zusammen mit lokalen Dachdeckern und Elektrikern zeitnah mit den gewünschten Anlagen versorgen zu können. So können wir gemeinsam zügig den Anteil an erneuerbaren Energien in der Stromversorgung erhöhen und einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz in unserer Region leisten.

Sabine Raupach-Strohmann

Hertener Stadtwerke

INFO

Energiedienstleistungen
02366 307-650 · edl@herten.de
www.hertener-stadtwerke.de/sonnenenergie

Foto: André Chrost

Trotz Umstellung: Auf die Karte bleibt Verlass

Die Sparkassen-Card wird modernisiert und dadurch noch schneller und sicherer. Für Kunden ändert sich sonst nichts.

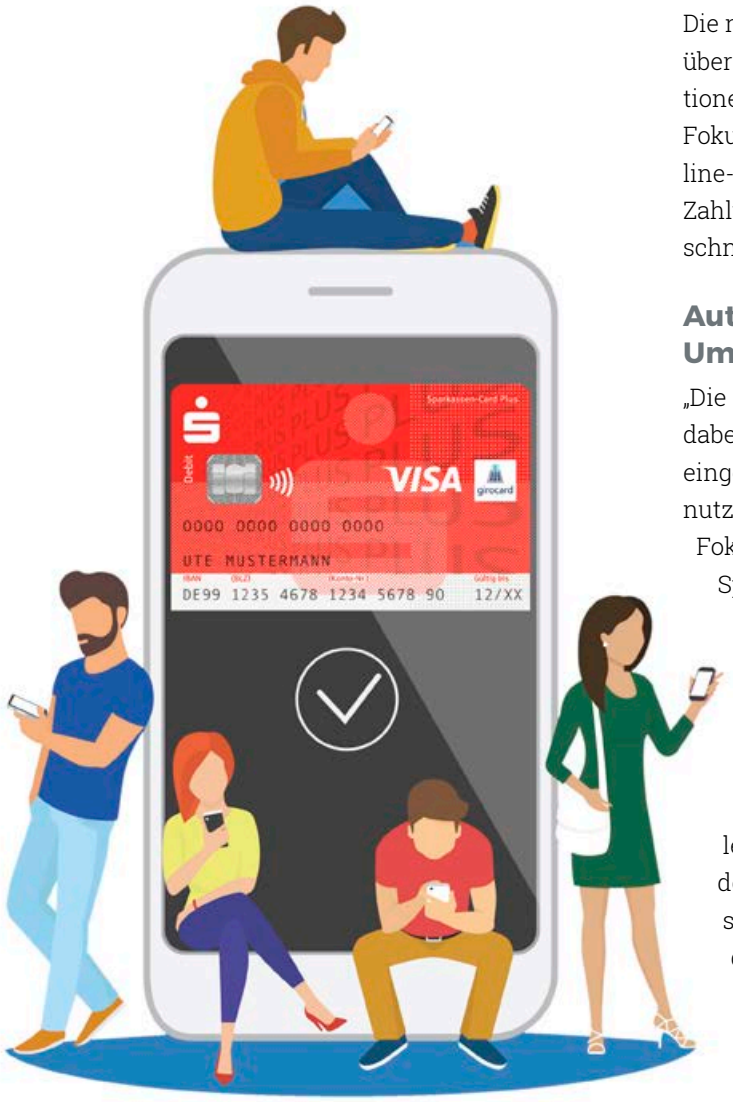


Foto: Lightcome/istockphoto.com

Wer in den Herbstferien ins Ausland in den Urlaub fährt, kann dort auch weiterhin problemlos mit seiner Sparkassen-Girokarte bezahlen. Das für die Zahlung im Ausland auf der Sparkassen-Card hinterlegte Verfahren Maestro wird nach und nach durch Visa Debit ersetzt: Die neue Karte verfügt zudem über angepasste Sicherheitsfunktionen und hat einen stärkeren Fokus auf kontaktlose und Online-Zahlungen. So wird die Zahlungsabwicklung noch schneller, sicherer und bequemer.

Automatische Umstellung

„Die Sparkassen-Card bleibt dabei natürlich weiterhin uneingeschränkt und wie gewohnt nutzbar", verspricht Stefan Fokken, Leiter Marketing der Sparkasse Vest Recklinghausen: „Es kann kostenlos Geld an allen Sparkassen-Geldautomaten gezogen, im Ausland Geld abgehoben, bei den Lieblingshändlern eingekauft und – mit der neuen Karte – auch noch sicherer online bezahlt werden. Die geplante Änderung ist für die Besitzer der Sparkassen-Card letztlich kaum spürbar", so Fokken.

> Mit der Sparkassen-Card kann auch sicher online bezahlt werden.
>
> Stefan Fokken,
> Leiter Marketing der
> Sparkasse Vest Recklinghausen

Bis 2027 soll die kaum mehr genutzte Maestro-Funktion schleichend auslaufen. Alle alten Karten sind bis zu ihrem Ablaufdatum nutzbar. Die neue Sparkassen-Card wird allen Kunden einige Wochen vor Ablauf ihrer aktuellen Karte automatisch per Post zugesandt.

Anne-Marie Sanders

Sparkasse Vest Recklinghausen

INFO

www.sparkasse-re.de

Pioniere für bessere Zukunft

Engagierte Unternehmen im Vest können sich noch bis zum 31. Oktober für den Nachhaltigkeitspreis Vestische Pioniere bewerben.

Ökologisch und sozial nachhaltig: Die Recklinghäuser Werkstätten bauen auf einem zwei Hektar großen Acker zwischen Castrop-Rauxel, Waltrop und Datteln Gemüse an, im Bild Praktikantin Diana Groß.

Auch 2023 werden erneut Firmen mit herausragenden Projekten zur ökologischen, wirtschaftlichen und sozialen Nachhaltigkeit ausgezeichnet. Eine Jury aus Experten von Sparkasse Vest Recklinghausen, Radio Vest, Handwerkskammer Münster, IHK Nord Westfalen, Westfälischer Hochschule und vom Kreis Recklinghausen wertet alle eingereichten Projekte aus und kürt die besten drei. Zu gewinnen gibt es unter anderem Medienpakete im Wert von bis zu 15.000 Euro.

Wie facettenreich Nachhaltigkeit sein kann, haben Unternehmen schon im letzten Jahr bewiesen. So setzt sich Bienenvest mit Patenschaften für Bienenvölker gegen das Bienensterben ein, die Stiftsquelle stellt klimaneutral Mineralwasser und Erfrischungsgetränke her und der Hof Hagedorn versorgt seine Kunden mit frischen Lebensmitteln und Pflanzen aus eigener Produktion.

Wegbereiter 2023

Auch die schon eingereichten Projekte der diesjährigen Runde versprechen viel Mut zum Wandel, der zum Mitmachen animiert. Einer von etlichen Bewerbern verschiedener Branchen sind die Recklinghäuser Werkstätten der Diakonie. Dort bauen Menschen mit und ohne Behinderung nachhaltig Gemüse an und geben ihr dabei erlangtes Wissen auf dem zwei Hektar großen Acker an Grundschulkinder weiter. „Wir wollen mit diesem Projekt soziale und ökologische Belange fördern“, so Carina Döring, Mitarbeiterin der Öffentlichkeitsarbeit. Die Kinder können auf dem Feld Hühner füttern, Honigbienen beobachten, Blumen säen und Gemüse ernten und lernen dabei gleichzeitig den unbefangenen Umgang mit Diversität.

Auch das LWL-Jugendhilfezentrum Marl sensibilisiert Menschen schon früh für Nachhaltigkeitsthemen. In Workshops zu Energiesparen, Müllvermeidung, regionaler und saisonaler Ernährung, Upcycling und umweltschonender Mobilität schulte es Teilnehmer in umweltbewusstem Leben.

Die feierliche Preisverleihung erfolgt im November. Unternehmen, die mit ihren Projekten für mehr Nachhaltigkeit sorgen, sind herzlich eingeladen, ihr Projekt online einzustellen.

Anne-Marie Sanders

Sparkasse Vest Recklinghausen

INFO

www.vestische-pioniere.de

Foto: Andre Chrost

Seit 2022 ist Carla Paul (l.) RVR-Revierförsterin. Sie kümmert sich um die Förderung und Instandhaltung ihrer Waldgebiete und der dazugehörigen Projekte sowie die Beratung der AGR in allen forstwirtschaftlichen Fragen. Martina Schürmann arbeitet als Justiziarin für Versicherungen und Liegenschaften bei der AGR und betreut in ihrer Funktion die Waldflächen der AGR in Dorsten und Haltern.

Aufforstung für die Zukunft

Die Douglasien der AGR in der Hohen Mark tragen zur Entwicklung des Ökosystems Wald bei.

Foto: Arne Pöhnert

Bis vor Kurzem war die Fichte die häufigste Baumart in deutschen Wäldern. Doch die mit dem Klimawandel einhergehende Trockenheit und Hitze machte die Fichte extrem anfällig für verschiedene Borkenkäferarten wie den Buchdrucker. Dank des Engagements der AGR Abfallentsorgungs-Gesellschaft Ruhrgebiet mbH kann die Douglasie die Nachfolge antreten und das Ökosystem Wald nachhaltig und langfristig klimaresilienter machen. Die Douglasie leistet sogar einen besonderen Beitrag zum Klimaschutz, da sie die Waldbaumart Deutschlands ist, die am meisten zur CO_2-Reduktion der Umgebungsluft beitragen kann. Sie wächst in kürzerer Zeit schneller als andere Baumarten und durch den Gewinn an Holzmasse kann mehr Kohlenstoff im Holz gespeichert werden.

50 dieser ursprünglich aus Nordamerika stammenden Nadelbäume stehen in dem 200 Hektar großen Waldgebiet der AGR in Dorsten und Haltern im Naturpark Hohe Mark. Seit 2019 entwickelt die AGR mit RVR Ruhr Grün diese Fläche ökologisch weiter. Um einen Beitrag zur nachhaltigen Aufforstung zu leisten, ließ die AGR auf Anregung des RVR Ruhr Grün ihre als äußerst widerstandsfähig geltenden Douglasien testen und ihre Art bestimmen. Im Juli lag das Ergebnis vor: Im AGR-Wald stehen mustergültige Küsten-Douglasien – eine Unterart, die noch robuster gegen Hitze und Schädlinge ist.

„Mit der fachlichen Zertifizierung der Klassifizierung und Resilienz unserer Bäume und dem Attribut ‚forstliches Vermehrungsgut' dürfen wir das Saatgut ernten und zur Aufforstung verkaufen", freut sich Martina Schürmann, die als Justiziarin für Versicherungen und Liegenschaften bei der AGR die Waldflächen vertraglich betreut. Die aus Samen gezogenen Setzlinge dürfen auch in anderen Forstgebieten zur Rettung der Wälder gepflanzt werden. „Die Fichte wird nach Ansicht von Forstwissenschaftlern mittelfristig aus vielen Wäldern Deutschlands verschwinden", erklärt Martina Schürmann. Denn durch Trockenheit geschwächte Bäume sind eine optimale Nahrungsquelle für den gefürchteten Borkenkäfer. Mit der Ernte und dem Verkauf der Douglasien-Samen an Saatgutaufbereitungsbetriebe leistet die AGR damit einen wichtigen Beitrag zur nachhaltigen Forstwirtschaft. Diese Betriebe trennen die Samen von den Zapfen, reinigen das Saatgut und leiten die Keimfähigkeit ein, um sie anschließend zur Aufzucht an Baumschulen zu verkaufen, ehe sie auf den freien Markt gelangen.

Allerdings ist Douglasien-Saatgut aufgrund seiner begrenzten Verfügbarkeit und der hohen Arbeitskosten teuer. „Die Ernte der Zapfen erfordert spezialisierte Baumkletterer", betont Martina Schürmann. Sie ernten die Zapfen in 35 Metern Höhe und werfen sie in Säcken zu Boden.

Verzögerungen bei der Ernte durch ungünstige Wetterbedingungen in diesem und letztem Jahr geben dennoch keinen Grund zur Sorge, sondern sind Teil des biologischen Kreislaufes. Deshalb liegen alle Hoffnungen und Vorfreude auf dem nächsten Jahr. Die RVR-Revierförsterin Carla Paul ist uneingeschränkt begeistert von dem „tollen Potenzial", das in dem AGR-Douglasienbestand steckt: „Mein Vorgänger Julius Wojda hat das direkt erkannt. Ich freue mich, diese Idee fortzusetzen und gemeinsam mit der AGR die Zukunft des Waldes nachhaltig zu gestalten."

Sabine Raupach-Strohmann

Abfallwirtschaft und Waldbesitz – wie passt das zusammen?

Sehr gut! Denn die AGR leistet damit in der Region, aus der der Großteil des angelieferten Abfalls stammt, einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz. Der Wald senkt die Feinstaubbelastung, absorbiert CO_2 aus der Luft und filtert zudem noch das Trinkwasser. Mit diesen Ökosystemleistungen ist der Wald ein unverzichtbarer Beitrag zur Verbesserung der Lebensqualität der hier lebenden Menschen. Außerdem fungiert der Wald als grüne Lunge und Naherholungsgebiet. Gemeinsam mit dem RVR Ruhr Grün wird die AGR den Wald ökologisch weiterentwickeln – für mehr Klimaschutz in der Region.

METROPOLE RUHR
AGR GRUPPE

INFO

www.agr.de

Die fahrende Filiale

Kurze Wege zu Bargeld und Beratung – der neue Sparkassen-Bus ist als mobile Filiale ab sofort im Vest unterwegs.

Nah an den Kunden: Servicemitarbeiter Andre Leder mit dem Sparkassenbus in Obercastrop.

Fotos: Volker Beushausen

Wenn der Weg zur Filiale zu weit ist, kommt die Filiale eben zum Kunden, so die Idee des neuen Sparkassen-Busses. Seit dem Sommer bietet dieser komfortablen Finanz-Service auf vier Rädern – frei nach dem Motto „Weil's um mehr als Geld geht!". Als Ergänzung zum weiterhin dichten Filialnetz mit fachlich starken Geschäftsstellen gibt es alle Finanzdienstleistungen dadurch regelmäßig auch direkt vor der Haustür. Und der Bus erfreut sich bereits großer Beliebtheit.

Alle Services kompakt in der Nähe

Ausgestattet mit einem Geldautomaten und einem diskreten Büro, soll der Sparkassen-Bus den Bedürfnissen der Menschen

„Das Tolle am Bus ist die individuelle Beratung. Es freut mich, dass man hier auf Augenhöhe mit den Kunden umgeht.

Christine Grode, 71

Den Service-Gedanken der Sparkasse finde ich toll, ein kundenfreundliches Umfeld zu schaffen. Das finde ich persönlich super – und ich glaube, das sehen andere auch so.

Florian Stegemeier, 17

vor Ort gerecht werden. Er ist barrierearm und so auch für Personen mit Rollator oder Rollstuhl zugänglich. Dabei ist die rollende Filiale ähnlich ausgestattet wie eine voll funktionsfähige Geschäftsstelle. So können Kunden Bankgeschäfte erledigen, Kontoauszüge ziehen oder Überweisungen tätigen.

Geschultes Personal an Bord

„Unser Ziel ist es, Menschen das Bankgeschäft so einfach wie möglich zu machen und gleichzeitig eine persönliche Beziehung zu unseren Kundinnen und Kunden aufzubauen", sagt Frank Saßor. Er ist einer der vielen eigens geschulten Mitarbeiter der Sparkasse Vest, die den Bus vor Ort betreuen. „Es ist uns wichtig, dass sich die Menschen bei uns nach wie vor gut aufgehoben fühlen und wissen, dass sie uns jederzeit ansprechen können – sei es für Auszahlungen, Überweisungen oder Sparbücher."

Sparkassen-Service à la carte

Und auch abseits dieser Themen werde Kundenfreundlichkeit im Bus großgeschrieben. So gehört zum Service auch das kurze Aufpassen auf den Hund, während Frauchen sich im Bus eine neue Sparkassen-Card bestellt, oder das Glas Wasser für den älteren Herrn mit Kreislaufproblemen. Wie bei einem Linienbus gibt ein Fahrplan Auskunft darüber, wann und wo der Bus Station macht.

Anne-Marie Sanders

Beratung wie in der Filiale: Servicemitarbeiter Frank Saßor (l.) und Martin Hannapel freuen sich auf die Kunden.

Der Fahrplan: Hier hält der Bus

Montag	Castrop-Rauxel Obercastrop	Bochumer Str. 79	08:45 Uhr – 10:00 Uhr
	Castrop-Rauxel Merklinde	Wittener Str. 326	11:00 Uhr – 12:15 Uhr
	Castrop-Rauxel Frohlinde (ab 14.08.2023)	Hubertusstr. 12	14:00 Uhr – 15:15 Uhr
Dienstag	Castrop-Rauxel Deininghausen	Dresdener Str. 8	08:45 Uhr – 10:00 Uhr
	Datteln Ahsen	Halterner Str. 22	11:15 Uhr – 12:15 Uhr
	Waltrop Ost	Dortmunder Str. 124	14:00 Uhr – 15:15 Uhr
Mittwoch	Marl Hamm	Bachackerweg 84	09:30 Uhr – 12:30 Uhr
	Wulfen Barkenberg	Himmelsberg 6	14:00 Uhr – 15:15 Uhr
Donnerstag	Recklinghausen Grullbad	Salentinstr. 160	08:45 Uhr – 10:00 Uhr
	Recklinghausen Stuckenbusch	Friedrich-Ebert-Str. 106	11:00 Uhr – 12:30 Uhr
	Recklinghausen Hillerheide	Gertrudisplatz	14:15 Uhr – 15:45 Uhr
Freitag	Castrop-Rauxel Henrichenburg	Alter Kirchplatz 5	08:45 Uhr – 10:15 Uhr
	Recklinghausen Dortmunder Straße	Kardinal-von-Gahlen-Str., Ecke Graveloher Weg	11:30 Uhr – 12:30 Uhr
	Recklinghausen Quellberg	Amelandstr. 17 – 23	14:00 Uhr – 15:00 Uhr

Sparkasse Vest Recklinghausen

INFO

www.sparkasse-re.de

Wacker, Kevin!

Vom Blitzlichtgewitter der Bundesliga zurück zu den Wurzeln: Kevin Großkreutz ist seit dieser Saison neuer Spieler beim SV Wacker Obercastrop 29/65 e.V. – im Interview erzählen er und Geschäftsführer Tim Eibold von der Entscheidung, dem Umgang mit Druck und Niederlagen sowie den gemeinsamen Zielen.

Vom BVB mit zweifachem Meistertitel, über die gewonnene Weltmeisterschaft zum SV Wacker Obercastrop in die Westfalenliga 2 – Kritiker bezeichnen das als Abstieg. Du auch?
Kevin Großkreutz: Quatsch. Irgendwann beendet man die Profikarriere. Als kleiner Junge hab ich bei Kemminghausen auf Asche angefangen und dahin, zum Amateursport, wollte ich immer zurück. Deswegen bin ich hier. Kritiker – wir wissen ja alle, wer die sind – sind mir egal. Viele ehemalige Profis machen das so – Martin Harnik zum Beispiel. Das zeigt doch nur, dass wir wissen, wo wir herkommen.

Viele Ex-Profis werden auch Trainer – ist das keine Option für dich?
Ich war schonmal kurz Co- und Spielertrainer. Ich habe aber gemerkt: Ich will aufs Feld. Solange meine Knochen und meine Knie das mitmachen, will ich spielen. Wenn das nicht mehr geht, dann könnte ich mir vorstellen Amateurtrainer zu werden.

> Ich will aufs Feld. Solange meine Knochen und meine Knie das mitmachen, will ich spielen.

Wie unterscheidet sich das Training zwischen erster Bundes- und zweiter Westfalenliga?
Beim BVB hatte ich den verrücktesten Trainer, den man sich vorstellen kann: Kloppo. Sein Training war knallhart, das würde ich heute wahrscheinlich nicht mehr schaffen. Die Übungen unterscheiden sich nicht groß, aber oben ist viel mehr Tempo – auf dem Feld, im Zweikampf, im Kopf. Beim Training dementsprechend auch.

Wie sieht es mit Druck und Niederlagen aus?
Schwer zu sagen, ich hab hier noch kein Spiel verloren (lacht). Ich bin extrem ehrgeizig, ich will immer gewinnen – egal in welcher Liga oder auf welchem Platz. Ich kann nicht verlieren. Dadurch, dass hier allein die mediale Begleitung anders ist, knallt der Druck aber nicht so sehr rein. Mit Niederlagen umzugehen, hab ich beim Champions-League-Finale 2013 gelernt (lacht). Klar, man ist sauer und enttäuscht und fällt auch in ein kleines Loch. Aber da kommt man immer wieder raus. Es ist Sport, einer gewinnt, einer verliert. Gehört dazu. Hier will natürlich auch niemand verlieren. Wenn's doch mal passiert, will man es fürs nächste Mal doppelt so sehr gewinnen.

Wie kam es dazu, dass du als Dortmunder Urgestein nach Castrop gekommen bist?
Bei der Suche geht es, wie zuvor, um einen passenden Verein mit gemeinsamen Ambitionen und Werten. Im Umfeld Dortmund-Castrop-Herne war Wacker der Verein, der am besten passte.

Wie hoch ist der Erwartungsdruck für Verein und Mannschaft, wenn man einen Kevin Großkreutz ins Boot holt?
Tim Eibold: Der Name und seine Vita bringt eine Menge mit. Dadurch sind wir in aller Munde und werden genau beobachtet. Dieser Druck geht auch auf den Rest der Mannschaft über, weil jetzt alle erwarten, dass wir aufsteigen.

Kevin, wie wurdest du aufgenommen?
Ganz normal. Ich bin einer von den Jungs. Und ich fühle mich pudelwohl hier. Was kann der Ruhrpott besser als der Rest des Landes? Hier lebt auf jeden Fall noch der Fußball in all seiner Feierlichkeit. BVB, Schalke, RWE, Bochum – ich glaube, jeder Mensch hier spart für das Stadion und lebt seinen Verein. Das ist was Besonderes und das gibt es nirgendwo anders.

Was sind deine Ziele bei Wacker?
Ich will auf jeden Fall gerne länger hier Spielen. In den Jahren wünsche ich mir den Aufstieg in die Oberliga. Und, dass wir diesen ordentlich gemeinsam feiern.
Das Interview führte Karoline Jankowski

INFO

Tim Eibold
tim.eibold@wacker-obercastrop.de
www.wacker-obercastrop.de

Foto: Felix Kleymann

Von Schwerin auf die Bobbahn

Kira Lipperheide gehört zu den erfolgreichsten Bobfahrerinnen der Welt.

Die höchste Erhebung Castrop-Rauxels ist die Halde Schwerin mit 147 Metern. Eine Bobbahn sucht man dort vergeblich. Und doch fährt eine im Bobsport weltweit vorne mit, die ganz in der Nähe aufwuchs und auch noch gemeldet ist. Als Anschieberin wurde Kira Lipperheide zweifacher Juniorweltmeister, Weltcupsieger und zweifacher Vize-Weltweltmeister.

Ihre Kariere startete die gebürtige Castrop-Rauxelerin mit sechs Jahren als Leichtathletin beim Turnerbund (TB) Rauxel. „Ich bin immer gerne gelaufen", erinnert sie sich. Erste sportliche Erfolge feiert Kira bald darauf beim Waldlauf und Ickerner Volkslaufs. 2017 wechselt sie zum Turnverein (TV) Gladbeck 1912. „Ich wollte eine Veränderung. Der TV Gladbeck ist ein großer Verein, bei dem ich schon Leute kannte und der noch gut erreichbar war." 2018 gewinnt die damals 18-Jährige Silber in der Viermal-100-Meter-Staffel der deutschen Leichtathletik-Juniorenmeisterschaft. Im gleichen Jahr fängt Kira mit dem Bobsport an. „Mein Trainer hatte Kontakte und meinte, dass ich in dem Sport mit meiner Schnelligkeit, Kraft und Gewichtsklasse gute Chancen hätte. Dann habe ich das in Winterberg ausprobiert." Das Adrenalin, die entscheidenden Sekunden beim Start, das Zusammenspiel mit der Pilotin und die enormen Geschwindigkeiten faszinieren die junge Sportlerin. Trainer Heiner Preute sollte recht behalten: Bereits ein Jahr später gewann Kira als Anschieberin von Kim Kalicki beim Europacup. Weitere Erfolge: 2019 zweiter Platz beim Weltcup in Innsbruck und Junior-Weltmeister, 2020 Weltcupsieg, erneut Juniorenweltmeister und Vizeweltmeister sowie 2022 Teilnahme an den Olympischen Winterspielen in Peking. Dort musste sie allerdings Teamkollegin Alexandra Burkhardt den Vortritt lassen, die olympisches Silber holte. Immerhin wurde Kira 2022 erneut Vizeweltmeister.

Derzeit besucht die 23-Jährige eine Sportschule der Bundespolizei im bayrischen Bad Endorf, wo sie sich in den letzten Zügen ihrer Ausbildung zum Polizeimeister befindet. Zwei zweistündige Trainingseinheiten täglich, an sechs Tagen pro Woche sind dort in den Schulalltag integriert. Ihre nächsten Ziele: die Weltmeisterschaft 2024 in Winterberg – und natürlich Olympia 2026. Viel Erfolg! **JJS**

INFO

www.tbrauxel.de
www.tvgladbeck.de

Mit Taekwondo fürs Leben lernen

Heinz Leymann hat den achten Dan und ist Gründer und erster Vorsitzender des „Taekwondo Sportvereins Castrop-Rauxel e. V.“ In den letzten zehn Jahren brachte er sechs Personen zum Schwarzgurt. Eine von ihnen ist Denise Steinbrecher.

Höflichkeit, Bescheidenheit, Beharrlichkeit, Integrität und unbezwingbarer Wille – das sind die fünf Tugenden im Taekwondo. Heinz Leymann und Denise Steinbrecher sind sich einig darüber, dass sie diese Werte auch außerhalb des Sports weitergebracht haben. 2013 gründete Heinz Leymann den „Taekwon Do Sportverein Castrop-Rauxel e. V.“ Der 67-Jährige betreibt den Sport seit 1975. „Ich komme noch immer fast in den Spagat und bin ein Mann der Etikette und Höflichkeit“, berichtet er ruhig.

Der erste Schwarzgurt

Denise Steinbrecher war vier Jahre alt, als sie mit dem Taekwondo begann. Mittlerweile trainiert die 18-Jährige selbst Vereinskinder im Alter von sechs bis acht und begleitet sie auf ihrem Weg zum Weißgurt. „Die ersten Stunden waren eine Herausforderung, aber die Erfolge der Kinder motivierten mich“, erklärt sie. Ihr größter Erfolg ist bisher ihre Prüfung zum Schwarzgurt. „Das ist das, worauf ich immer hin gefiebert habe. Als ich die Prüfung bestanden hatte, habe ich gemerkt, dass es erst der Anfang ist.“ Beim Sport lernt sie fürs Leben: Selbstbewusstsein, der respektvolle Umgang mit anderen und mit Freude Ziele erreichen.

Auch im Wettkampfbereich konnte der Verein mit Florian Mogge, Jörg Nowak und mit Carina Böker bereits zwei Deutsche Meister und eine deutsche Juniormeisterin feiern.

Eine große Familie

Für Leymann und Steinbrecher ist der Verein zweite Familie geworden, die das Training und gemeinsame Feierlichkeiten miteinander teilt. „Bei uns ist es immer sehr harmonisch und respektvoll, das schätze ich sehr“, erzählt Denise Steinbrecher.
Wer mitmachen möchte, sollte sich mit den fünf Tugenden identifizieren können und darf dreimal kostenlos mittrainieren. **AMS**

INFO
www.taekwondo-castrop-rauxel.de

Denise Steinbrecher trainiert für ihren zweiten Schwarzgurt.

Fotos: Marc Niemeyer, Viesturs Lacis, Volker Beushausen

Viel Vergangenheit, aber auch eine vielversprechende Zukunft hat der Castroper TV dank Nachwuchsarbeit zu bieten: v. l. oben Kanutennachwuchs um 1985, Freilufttraining der Turner am Bootshaus um 1960 und der aktuelle Kanutennachwuchs mit Tjark Wölk (stehend) und rechts von ihm Moritz Tölle. Beide gewannen bereits Bronze bei einer deutschen Meisterschaft. Und Tjark Wölk wurde darüber hinaus gerade Westdeutscher Meister auf 2.000 Meter.

Turnen statt Tiktok

Der Castroper Turnverein 1874 e. V. ist der älteste Sportverein der Stadt. 2024 steht das 150-jährige Jubiläum an. Beim Traditionsverein schaut man aber lieber nach vorn als zurück.

Kanu, Judo, Karate, Handball, Herzsport, Turnen und Badminton – das sind nur einige der Sportarten, die der Mehrspartenverein seinen Mitgliedern anbietet. Alle Altersklassen und zahlreiche Interessen haben in der Vereinsfamilie Platz. Und so zählt der Verein mit 490 Mitgliedern zu den zehn größten der Stadt. Auch die sportlichen Erfolge können sich sehen lassen: Die Rennkanuten brachten bei der westdeutschen Meisterschaft in diesem Jahr sechs Gold-, fünf Silber- und drei Bronzemedaillen mit nach Hause.

Fürs Leben lernen

Für den Vorstandsvorsitzenden Holger Stabenau geht es aber um viel mehr als nur den sportlichen Erfolg. Er sieht sich und den Verein besonders bei der Jugendförderung in der Verantwortung: „Als Verein stehen wir in einer starken Konkurrenz zu Handy und Computer. Gerade junge Menschen können aber in der Gemeinschaft des CTV viele Kompetenzen für die Zukunft lernen.“ Dazu zählten Kompetenzen wie „Konflikte bewältigen, das Umgehen mit Erfolg und Misserfolg, sich Ziele setzen und sie zu erreichen“. Genau darin sieht er den Vorteil gegenüber Fitnessstudios, in denen man „ziemlich auf sich gestellt ist“. Für die nächsten 150 Jahre wünscht sich Holger Stabenau daher viel jungen, motivierten Zuwachs. Wer Mitglied werden möchte, kann zu den Trainingszeiten einfach vorbeikommen und ein Probetraining machen.

Anne-Marie Sanders

INFO

Castroper Turnverein 1874 e. V.
www.castroper-tv.de

Aus Liebe zum Fußball

2014 gründet Uwe Blase den FC Castrop, der somit der jüngste Sportverein der Stadt ist. Selbst leidenschaftlicher Fußballer und beschwingt von der verbindenden Kraft der WM, beginnt er damals bei null und stellt eine Mannschaft auf, die wenig später das erste Mal auf dem Feld steht.

Der Fußball hat mich nach meiner eigenen aktiven Zeit nicht losgelassen", sagt Blase. Die Gründung des Vereins sei aus purer Liebe zum Sport geschehen und sei seitdem mit harter Arbeit verbunden. „Ich wollte eigenständig Rahmenbedingungen für einen Verein vorgeben", begründet der 57-Jährige den Schritt zur Vereinsgründung weiter. Und offenbar lag er damit nicht ganz verkehrt: Der FC Castrop ist seit seiner Gründung von der Kreisliga C geradewegs in die Bezirksliga aufgestiegen. Nach anfänglichem Widerstand von anderen Vereinen sei der Club mittlerweile in der Vereinslandschaft etabliert und habe eine stets wachsende Fangemeinde.

Visionen für die Vereinszukunft

Uwe Blase: „Der Verein gibt mir viel zurück. Es ist die Leidenschaft, die mich antreibt und motiviert, am Ball zu bleiben. Ich bin am Ende mehr Sportler als Funktionär." In der nahen Zukunft möchte Blase die sportliche Leistung des Vereins steigern und natürlich möglichst viele Spiele gewinnen. Langfristig wünscht er es sich, motivierte Menschen zu finden, die den ca. 80 Mitglieder fassenden Verein in verschiedenen Bereichen, insbesondere in der Jugendarbeit, unterstützen wollen. Auch für den Gedanken von Vereinsfusionen ist Blase offen, um Kompetenzen zu bündeln und einen Verein breiter aufzustellen zu können. „Für die Vereinsarbeit sollte man genauso innerlich brennen wie für den Sport selbst."

Anne-Marie Sanders

INFO

FC Castrop-Rauxel e. V.
Tel.: +49 2305 35980
info@fc-castrop-rauxel.de

Hat die Castrop-Rauxeler Vereinslandschaft 2014 um einen Verein reicher gemacht: Uwe Blase, Gründer und Vorsitzender FC Castrop.

Fotos: Castroper TV, Volker Beushausen, Felix Kleymann

Dopamin durch Pfeil und Bogen

Mental, sagt Rasmus Obschinsky, sei sein Sport sehr interessant. „Man sollte möglichst an nichts denken, wenn man schießt“, sagt der gerade 14-Jährige.

Der Gymnasiast weiß, wovon er spricht. Schließlich ist er kürzlich Vizeweltmeister bei der World Bowhunters Championships geworden. Vier Tage wurde in Finnland mit dem Bogen auf Scheiben und Gummitiere geschossen, ein höchst anspruchsvolles Turnier, in dem auch ein Nachtschießen auf dem Programm stand. Rasmus Obschinsky erzählt davon wie von einem entspannten Kinobesuch. Im Alter von sieben Jahren fand er mit Vater Björn zu diesem Sport, „er sei vielleicht ein wenig talentierter“, meint er grinsend, der Vater will auch gar nicht widersprechen. Was ihn am meisten reizt, wenn er die Pfeile mitten auf der Scheibe versenkt? „Der Dopamin-Schub“, sagt der 14-Jährige, Dopamin ist bekannt als „Botenstoff des Glücks“.

Einmal in der Woche findet sich der junge Mann auf dem Übungsgelände des Bowhunter Castrop e.V. an der Wittener Straße in Obercastrop ein. Noch hat er keinen Trainer; er lebt von seinem Talent und den Kenntnissen seines Vaters. Sie sind ein gutes Team. Die Mutter schießt auch. Die Urlaube werden danach ausgerichtet, wo die Turniere stattfinden, wo gute Trainingsanlagen sind. „Ich könnte jeden Tag schießen“, sagt Rasmus. Dreimal die Woche hat er einen Bogen in der Hand. Im heimischen Garten hat die Familie ein kleines Trainingsgelände eingerichtet; die Scheibe ist 18 Meter entfernt. Anfang Oktober sind die deutschen Meisterschaften in der Nähe von Berlin. Ramus startet dann in einer anderen Altersklasse; „die Entfernungen sind weiter, die Konkurrenz ist größer“. Schrecken kann ihn das nicht. „Ich verliere nicht gern“, sagt er grinsend.

Gerd Strohmann

INFO

bowhunter-castrop.de

Sportlich auch ohne Verein

Einige brauchen es für ihre Bewerbung bei Polizei, Bundeswehr oder Feuerwehr, andere wollen einfach wissen, wie fit sie sind. Viele kommen auf jeden Fall wieder, wenn Sie einmal für das Sportabzeichen trainiert haben.

Weil es so einen Spaß macht und viele Kontakte entstehen", sagt Ute Spengler vom Stadtsportbund Castrop-Rauxel. Von Mitte Mai bis Ende September steht sie ehrenamtlich jeden Mittwoch von 18 Uhr bis 19:30 Uhr am Stadion an der Bahnhofstraße, jeden Freitagabend am Sportplatz Uferstr und anschließend noch einmal von 19:30 bis 21 Uhr im Parkbad Nord (während der Sommerferien), um das Sportabzeichen abzunehmen bzw. das Training dafür zu begleiten. In den vier Disziplinen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination, müssen die Absolventen jeweils bestimmte Werte erreichen. Infrage kommen acht Sportarten aus Leichtathletik, Schwimmen und Radfahren. Auch Marvin Meding aus Bochum-Gehrte trainiert hier seit Ende April fast jeden Mittwoch für die Bewerbung bei der Feuerwehr. Das Ziel: Natürlich das Sportabzeichen in Gold. Beim Weitsprung (Koordination), Medizinballweitwurf (Kraft) und 100-Meter-Lauf (Schnelligkeit) hat der 28-Jährige die Ziele schon erreicht. Nur beim 3000-Meter-Lauf (Ausdauer) fehlte ihm noch rund eine Minute auf 15:40 Minuten, um wenigstens Silber zu erreichen. „Ich mache sonst vorwiegend Kraftsport im Studio. Ausdauer ist da die größte Herausforderung. Aber es ist schön, mal andere Bewegungen zu trainieren und auch hier neue Leute kennenzulernen", sagt er. Ute Spengler wünscht sich, dass noch mehr Menschen das Abzeichen ablegen. Zwischen 350 und 400 waren es in den letzten Jahren, aber auch schon mal 700. Da will die frühere Bezirksmeisterin im Diskurswurf mindestes wieder hin. Mit über einem Prozent der Bürger läge Castrop-Rauxel dann wieder über dem Bundesdurchschnitt. Natürlich geht Spengler mit gutem Beispiel voran: 20-mal hat sie das jeweils ein Jahr gültige Abzeichen schon abgelegt. Die Kosten dafür betragen übrigens lediglich vier Euro für die Abnahme des Abzeichens. **JJS**

INFO

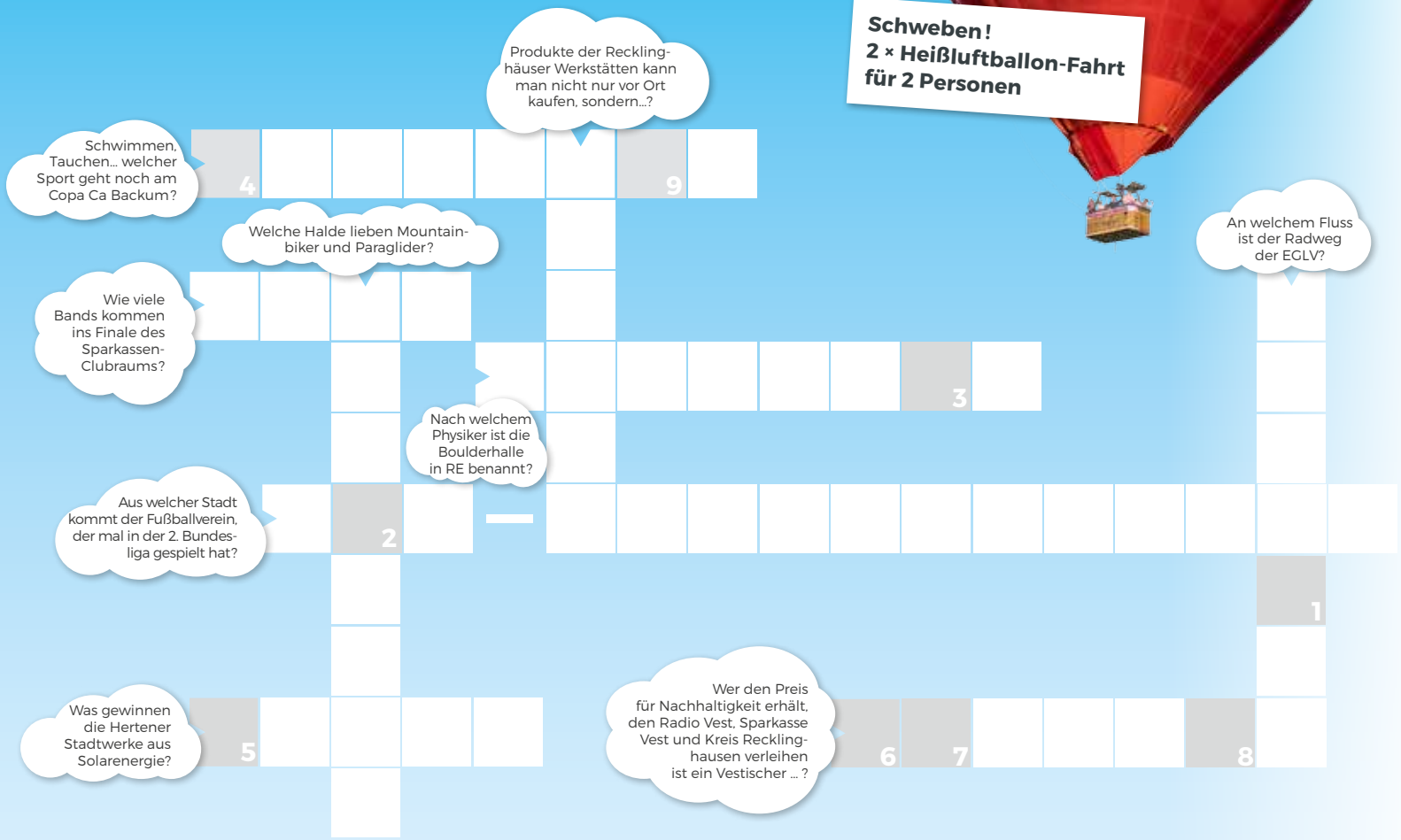
Stadtsportverband Castrop-Rauxel
ssv-castrop-rauxel.de/sportabzeichen
Ute Spengler
01520-2162374

Fotos: Arne Pöhnert, Volker Beushausen

Zum Abheben: Rätseln & gewinnen

Was ist zu tun: Konzentriert alle euer Wissen über das Vest und findet das Lösungswort.

Schweben!
2 × Heißluftballon-Fahrt für 2 Personen



Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9

Einsendeschluss ist der 30.10.2023

Lösung, Name, Adresse und Telefonnummer an: **gewinnspiel@rdn-online.de** oder **Postkarte an: RDN Verlag, Anton-Bauer-Weg 6, 45657 Recklinghausen**

Teilnahmebedingungen unter: www.vesterleben.de/artikel/gewinnspiel

Shoppen!
1 × Gutschein im Wert von 40 Euro für den Online-Shop der Diakonie – mehr dazu auf Seite 11

Relaxen!
1 × Gutschein über 30 Euro für die Wasser- und Saunawelt im Copa Ca Backum

Frage beantworten und einen unserer drei Preise gewinnen – mit Unterstützung unserer Herausgeber:

Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen
Sparkasse Vest Recklinghausen
Hertener Stadtwerke

Raus aus dem Baufinanzierungs-Dschungel!

Wir vergleichen für Sie die Zinsen von mehr als 400 Banken.

Sparkasse
Vest Recklinghausen

Kurzurlaub um die Ecke

Sauna und Wellness in Herten.
Wohlgefühl garantiert.

Über den Knöchel/Teichstraße · 45699 Herten
Tel. 0 23 66/ 307-310 · www.copacabackum.de

copa oase