



Schwimmverein Gladbeck 1913 e.V.

# Vereinsnachrichten

2024

[www.svl3.de](http://www.svl3.de)





# Richtig gut versichert fühlt sich an wie ein Volltreffer.

## **Mit unserem Passt-genau-Schutz.**

Voll auf die 12 – genau so sollte abgesichert sein, was Ihnen wichtig ist. Vom Auto bis zum eigenen Zuhause. Ihr Berater weiß wie.

**Vereinbaren Sie gleich einen Termin.**

[www.sparkasse-gladbeck.de/termin](http://www.sparkasse-gladbeck.de/termin)

**PROVINZIAL**

**Weil's um mehr als Geld geht.**



**Sparkasse  
Gladbeck**

# Inhaltserzeichnis

Jahrgang 92 / 2024

Grußworte . . . . .	S. 2
Impressum . . . . .	S. 3
Einladung zur Jahreshauptversammlung 2024 . . . . .	S. 4
Geschäftsbericht . . . . .	S. 5
Bericht – Sportliche Leitung. . . . .	S. 6
SV13 – digital und persönlich. . . . .	S. 9
Aufbaukader . . . . .	S. 10
Anschlusskader . . . . .	S. 12
Leistungskader. . . . .	S. 14
Master . . . . .	S. 16
Wasserball . . . . .	S. 20
Triathlon . . . . .	S. 22
Aquafit . . . . .	S. 26
Schutz- und Präventionskonzept . . . . .	S. 28
Freibad – Traglufthalle. . . . .	S. 30
Ironman Herbert Piepel – Erinnerungen . . . . .	S. 32
ELE Triathlon 2024 . . . . .	S. 39



# Schwimmverein Gladbeck 1913 e.V.

## Grußworte

- Michael, Mario & Nicole -

Das Jahr 2023 ist vorüber, hiermit verbunden sind viele sportliche Herausforderungen, die die einzelnen Sparten unseres Schwimmvereins im vergangenen Jahr wieder gut gemeistert haben und wir auch weiterhin mit Stolz behaupten können, das Gladbeck und damit der SV13 die Schwimmerstadt der Region ist.

Bestätigt wurde uns das nochmals durch die Auszeichnung als Nachwuchsleistungszentrum mit welcher wir im September 2022 anerkannt wurden und auch im vergangenen Jahr haben wir alles daran gesetzt dieser Auszeichnung auch gerecht zu werden. Sowohl im vergangenen Jahr als auch im Jahr 2024 liegt der Fokus ganz klar auf dem unserem Schwimrnachwuchs, dies zeigt auch besonders deutlich der Einsatz der Wasserballer, die ihr Trainer-Team erweitert haben und aktiv für den Schwimmsport Wasserball beim SV13 werben. Auch die Schwimmschule erfreut sich extrem hoher Nachfrage, was jedoch auch zunehmend problematisch wird aufgrund der mangelnden Trainer.

Uns als Vorstand, Geschäftsführung und sportlicher Leitung liegt es am Herzen möglichst vielen Kindern den Schwimmsport und das Vereinsleben näher zu brin

gen und alle Vereinsmitglieder zur aktiven Teilnahme am Vereinsleben anzuregen, die Leistungssportler – ob jung oder alt - zu Bestleistungen anzuspornen und die entsprechenden Voraussetzungen dafür zu schaffen.

Dies ist nicht immer einfach!

Aber wir nehmen die Herausforderung im Sinne des SV13 gerne an und erfreuen uns umso mehr an den positiven Leistungen, die unsere Mitglieder in Wettkämpfen und Turnieren für sich und den Verein immer wieder verzeichnen können. Viele weitere Informationen findet Ihr auf den folgenden Seiten und natürlich auf unserer frisch überarbeiteten Website und den Social Media-Kanälen.

Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit – in diesem Sinne von uns: Gut Nass







## Impressum

### Schwimmverein Gladbeck 13 e.V.

1. Vorsitzender: Dr. Michael Kraus · Stellvertretende Vorsitzende: Geschäftsführung: Mario Lobert  
Kassenführung: Andreas Döweling · Sportliche Leitung: Nicole Buttler · Wasserball: Maximilian Baumeister ·  
Triathlon: Giuseppe Zuddas · Öffentlichkeitsarbeit: Jonas Wallstein

Vereinsanschrift: Postfach 663, 45956 Gladbeck · [www.sv13.de](http://www.sv13.de) · e-mail: [info@sv13.de](mailto:info@sv13.de)

Vereinsheim: Schützenstr. 120, 45964 Gladbeck, Tel. 02043/21113 · e-mail: [geschaeftsstelle@sv13.de](mailto:geschaeftsstelle@sv13.de)

Freibad: Schützenstr. 120, 45964 Gladbeck, Tel. 02043/26044 + 681460 · [www.freibad-gladbeck.de](http://www.freibad-gladbeck.de)



# Einladung zur Jahreshauptversammlung 2024

*Liebe Mitglieder:innen,  
die Jahreshauptversammlung unseres Schwimmverein Gladbeck 1913 e.V. findet am  
Montag, dem 6. Mai 2024, 19.30 Uhr, im Vereinsheim, Schützenstr. 12, in Gladbeck statt.*

## Tagesordnung

1. Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden Dr. Michael Kraus und Genehmigung der Tagesordnung
2. Gedenken an die Verstorbenen
3. Genehmigung der Niederschrift der Jahreshauptversammlung vom 22. Mai 2023
4. Bericht des 1. Vorsitzenden und Aussprache
5. Kassenbericht
6. Bericht über die Vereinsheimkasse
7. Ergebnisbericht „Betriebsführung Freibad“
8. Bericht der Kassenprüfer
9. Wahl eines Versammlungsleiters; Entlastung des Vorstandes einschl. der Kassenführung
10. Wahl des 2. Vorsitzenden Geschäftsführer (bisher Mario Lobert)
11. Wahl des 3. Vorsitzenden Finanzen (bisher Andreas Döweling)
12. Ergänzungswahlen zum Vorstand:
  - 12.1 Stellv. Vorsitzender für Triathlon (bisher Guiseppe Zuddas)
13. Wahl der Kassenprüfer (2023 gewählt: Silke Schwarz, Dr. Peter Boden)
14. Mitteilungen und Anfragen

Um ein pünktliches und Zahlreiches Erscheinen freuen wir uns.

Gladbeck, 18.03.2024

Für den Vorstand,  
Michael Kraus  
1. Vorsitzender



# Geschäftsbericht 2023

- Mario Lobert, Geschäftsführer -

Das erste „normale“ Jahr nach der Corona-Pandemie haben wir hinter uns gelassen. Ich freue mich, sagen zu können, dass wir trotz aller Turbulenzen weiterhin auf „Bahn“ sind und diese täglich weiterziehen. Ich habe vor kurzem eine Schwimmerin gesprochen, die mir sagte: „Alle reden davon, alt zu werden. Ich bin schon bald 85 Jahre alt. Aber ist es nicht wichtiger, anstatt immer älter werden zu wollen, ein ausgefülltes Leben zu haben?“ Ob kurz oder lang, es sollte Freude und Spaß machen, sagte sie und ging ins Wasser. Ja, dachte ich mir, so leben wir in unserem Verein. Also haben wir in unserer bescheidenen Gemeinschaft und dem Element Wasser eine lebenswerte Zeit. Vielen Dank an alle Sportler, die dieses Leben lebenswert machen. Vielen Dank an alle Trainer, Übungsleiter und Helfer, die es heute wirklich nicht leicht haben. Vielen Dank an alle Mitarbeiter und ehrenamtlichen Helfer, wie auch Mütter und Väter sowie Freunde. Vielen Dank an euch alle, die diesen Verein ausmachen. Vielen Dank an unsere tolle Frau Bürgermeisterin und dem Sportamt Gladbeck sowie den städtischen Mitarbeitern. Und auch ein Lob und Dank an den gesamten Vorstand, der aus meiner Sicht eine lobenswerte Arbeit abgeliefert hat. Freuen wir uns auf das nächste Jahr und verfolgen wir weiterhin unsere Ziele.

Finanziell sind wir soweit auf der sicheren Seite. Die Zusammenarbeit mit dem Trainerstab ist wirklich vorbildlich.

Alle Anträge beim LSB wurden eingereicht und verbucht.

Die Schwimmwettkämpfe, der ELE-Triathlon und die Wasserballturniere waren ein voller Erfolg und machen Lust auf mehr.

Unsere Finanzen sind stabil, wobei wir für zwei größere Ausgaben „tief in die Tasche greifen“ mussten. Zum einen wurde im Dezember 2023 kurzfristig ein neuer Vereinsbus angeschafft. Desweiteren hat unser Vereinsheim aufgrund der alten Bausubstanz einen Wasserschaden entlang der Balkonseite, der im Frühjahr 2024 saniert wurde – das positive ist, dass unser Vereinsheim jetzt in einem frischgestrichenen weiß erstrahlt.

Neben den Finanzen ist die viel größere Herausforderung dem Nachwuchs gerecht zu werden. Es fehlen einfach Trainer und Übungsleiter – männlich wie weiblich und insbesondere in der Schwimmschule. Daher möchte ich an diese Stelle dazu aufrufen, dass alle diejenigen, denen es möglich ist sich zu engagieren, dies tun: Denkt immer daran - Ihr habt auch mal so angefangen und im Verein waren Menschen, die Euch das Schwimmen und den Spaß am Wassersport beigebracht haben. Also Freunde, helft dem Verein und macht das Leben für Jung und Alt im SV13 lebenswerter!



# Sportliche Leitung

- Nicole Buttler -

Eine der Hauptaufgaben der sportlichen Leitung ist es nach wie vor dafür Sorge zu tragen, dass alle Sparten des SV13 ausreichende Wasserzeiten zur Verfügung haben, um ihre Trainingspläne umsetzen zu können. Auch der VfL als auch der DLRG, sowie die Öffentlichkeit müssen bei der Abstimmung mit der Stadt berücksichtigt werden.

Aufgrund der zahlreichen Schwimmerinnen und Schwimmer in unserem Jugend-Kadern konnten wir für einige Trainingszeiten eine weitere Bahn hinzugewinnen und so den Kindern und Jugendlichen eine bessere Möglichkeit bieten.

Darüber hinaus engagierte sich der SV13 bei zahlreichen Wettkämpfen als Ausrichter bzw. Veranstalter in Eigenregie:

Pflichtzeiten-Wettkampf (Januar 2023)

Nord- und Ostwestfälische Schwimmmeisterschaften (Februar 2023 / 2024)

Gabi vom Wege-Gedächtnispokal (September 2023)

Wasserball-Turnier-Wochenende (September 2023)

Kids-Cup (November 2023 / März 2024)

2. Bundesliga (Dezember 2023)

Bei den Wettkämpfen wurde mit viel Einsatz alles so eingerichtet, dass sich die auswärtigen Vereine bei uns in Gladbeck wohlfühlen konnten. Neben allen Voraussetzungen für die sportlichen Events wurde mit viel Engagement auch für das leibliche Wohl gesorgt. Der Crepes-Stand und die Currywurst der Wettkampf-Cafeteria sind bereits weit über die Grenzen Gladbecks hinaus bekannt und, das insbesondere unsere Wasserballer, gut feiern können ist auch kein Geheimnis.

Aber neben den Wettkämpfen bei denen der SV13 selbst als Organisator aufgetreten ist, gilt natürlich:

Nach dem Wettkampf ist vor dem Wettkampf! Fast jedes Wochenende standen sowohl beim Anschluss- und Leistungskader Wettkämpfe im vergangenen Jahr und auch jetzt im Frühjahr 2024 auf dem Plan. Auch die „Kleinen“ aus dem Aufbaukader konnten bereits an einigen Wettkämpfen teilnehmen und ihr Können zeigen.

Das schwimmerische Können der SV13 Schwimmerinnen und Schwimmer beschränkt sich aber nicht nur auf die Bezirksebene, auch für die NRW- und Bundesebene konnten sich einige Mitglieder qualifizieren. Juliana Buttler schwimmt seit letztem Jahr im DSV-Kader, sie hat sich für den Nachwuchskader 2 quali-



fiziert und konnte in diesem Rahmen auf Einladung des DSV am Training und Wettkampf in Slowenien teilnehmen. Auch das Trainingscamp des Schwimmverbands NRW stand auf Julianas Trainingsplan – im Herbst 2023 ging es nach Ägypten. Im Februar dieses Jahres ging es dann im Rahmen des Schwimmverbandes NRW beim Piranha-Meeting in Hannover an den Start mit anschließendem Lehrgang auf Einladung des DSV weiter.

Besonders hervorzuheben ist auch die Leistung von Mia Brauckmann und Myrtha Vogt. Beide konnten aufgrund der schwimmerischen Leistung an einem Lehrgang und Wettkampf in Übach-Palenberg in den Herbstferien 2023 teilnehmen. Auch im März 2024 wurden beide nochmals vom Schwimmverband NRW zu dem „Prix International in Seraing“ in Belgien geladen.

In Summe stellt unser Verein derzeit eine Bundeskaderathletin, 2 Landeskaderathletinnen und sechs Bezirkskader-Athletinnen und – Athleten. Darauf können wir sehr stolz sein!

Aber leider mussten wir in der letzten Saison auch den Austritt von einer Bundes- und zwei Landeskaderathletinnen verzeichnen.

Noch mehr Informationen zu den 3 Schwimmkaders sind in den Berichten der Trainer zu finden.

Besonders erfreulich entwickelt sich aber auch die Wassersparte. Dies ist besonders dem Engagement von Max Baumeister und dem Trainer-Team zu verdanken, die mit viel Herzblut und Einsatz ihren Sport vorstellen, z.B. beim Gladbecker Schwimmfest der Grundschulen, und auf diesen Wegen für den Wasserball-Sport und unseren Verein werben. Aber auch die Herren-Mannschaften zeigen eine stetige und erfreuliche Entwicklung – hier möchte ich Max nicht zu viel vorwegnehmen, er berichtet ebenfalls im weiteren Verlauf des Heftes über die Wasserball-Sparte.

Ebenso wie die Wasserballer sind auch unsere Triathleten sehr bemüht auch Jugendlichen ab 12 Jahren die Kombination aus Schwimmen, Radfahren und Laufen näher zu bringen. Das Trainer-Team hat sich hierzu viele Gedanken gemacht und Ende März einen Aufruf gestartet - alle interessierten Jugendlichen können im Rahmen eines strukturierten und jugendgerechten Trainings den Triathlon-Sport für sich entdecken und dann am 26.05.24 direkt am ELE-Triathlon teilnehmen.

So erfreulich die Entwicklung auch bei unseren Jugend-Schwimmkaders, dem Wasserball-Team und den Triathleten ist, müssen wir leider im Bereich der Masterschwimmer rückgängige Teilnahmen an Wettkämpfen feststellen. Es hat sich „harter“ aber kleiner Kern herausgebildet, der noch an Wettkämpfen teilnimmt. Die Wettkampf-Teilnahmen sind aber fast immer erfolgreich und von Medaillen gekrönt.



Seit einigen Jahren läuft das Synchronschwimmen „nebenher“. Sicherlich ist das ein spannender Wassersport, der auch innerhalb der Schwimmvereine in NRW auch nur in 5 Vereinen angeboten wird, allerdings kann der SV13 kein adäquates Trainingsangebot und qualifizierte Übungsleiter zum weiteren Aufbau und Ausbau der Sparte bis hin zum Wettkampfniveau anbieten. Dieses Angebot des SV13 wird daher auslaufen.

Die Trainersituation ist jedoch nicht nur beim Synchronschwimmen schwierig, auch im Rahmen der Schwimmschule und der Jugendkader besteht stetig Bedarf an Trainern und Übungsleitern, die vor allem langfristig Interesse haben sich im SV13 zu engagieren und die Kinder und Jugendlichen in ihrem schwimmerischen Leistungen voranzubringen. Vorstand und sportliche Leitung sind hier im stetigen Austausch – aber die Herausforderung wird uns in diesem und sicherlich auch in den nächsten Jahren weiter beschäftigen. Neben dem „Mensch“ setzen wir aber natürlich auch auf Technik, so dass der Vorstand beschlossen hat, ein BioMeter für die Leistungsschwimmer, elektronische Zeiterfassung für die Wasserballer und generell neues Schwimmmaterial für die Schwimmschule anzuschaffen.

Diese Anschaffungen sind nicht immer freiwillig, sondern beruhen auch auf Vorgaben der Schwimmverbände auf NRW und/oder Deutschlandebene, als leistungsorientierter Verein versuchen wir natürlich Schritt

zu halten und investieren in „Mensch“ und Technik.

Zur Investition „Mensch“ gehört auch das Schutzkonzept, dass alle Vereine bis Ende 2024 erstellt haben müssen. Im Rahmen der Vereinsarbeit ist das Thema Gewalt zunehmend, so dass hierzu die Verpflichtung formuliert wurde ein Konzept zu erstellen, wie der Verein mit dieser Problematik umgeht. Jeder Verein muss diesbezüglich alle Trainer und Übungsleiter schulen und den Umgang mit Problemsituationen in einem Schutz- und Präventionskonzept formulieren muss, dass für alle Vereinsmitglieder zugänglich ist. Auch sollen abseits des Trainer-Teams Ansprechpartner als Präventionsbeauftragte geschult werden.

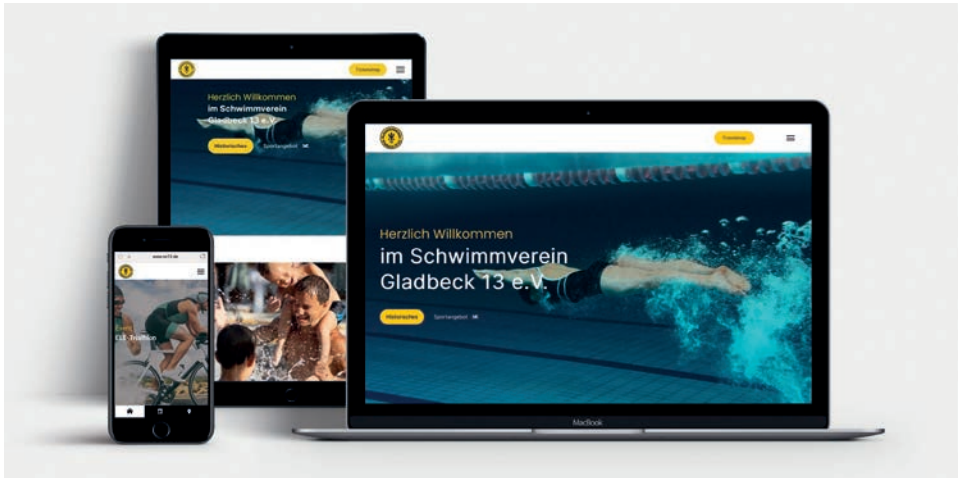
Die Arbeit als sportliche Leitung ist im Jahr 2023 und auch in diesem Jahr eine Herausforderung – aber eine spannende und interessante. Schwierig ist es manchmal allen Schwimmabteilungen, auch im Austausch mit den anderen ortsansässigen Vereinen gerecht zu werden und für alle immer gleichermaßen ein „offenes Ohr“ zu haben.

Ihr könnt sicher sein - Ich gebe mein Bestes, um im Sinne des SV13 zu handeln und unseren Verein voranzubringen.





# SV13 – digital und persönlich



Unser Leben wird immer digitaler, auch der Sport und das Vereinsleben. Viele Dinge erleichtern es uns die Abstimmung untereinander - so hat fast jede Trainingsgruppe einen WhatsApp-Chat um Verschiebungen der Trainingszeiten, Ausfälle oder anstehende Wettkämpfe zu kommunizieren.

Seit vielen Jahren hat der SV13 auch bereits eine Website und informiert alle Mitglieder und solche die es noch werden wollen, über die Sportangebote, Ergebnisse bei Wettkampfteilnahmen und die laufende Wasserballturniere, ebenfalls angebunden ist das Ticketing für unser Freibad.

Neben der Website besteht auch die Möglichkeit die neue App aktiv zu nutzen und hierüber immer auf dem Laufenden zu sein – die App wird voraussichtlich ab Juni online sein.

Auch über die Social Media-Kanäle Facebook und Instagram informieren wir über Aktuelles aus unserem Vereinsleben und freuen uns über zahlreiche „Follower“ und Eurer Interesse an allem, was gerade rund um unseren gemeinsamen Sport passiert.



Aber natürlich steht Dir der Verein auch persönlich für Rückfragen zur Verfügung. Die Anmeldung zu den Schwimmkursen ist immer donnerstags 15:30-18:00 Uhr im Foyer des Hallenbades möglich.

Ansonsten erreichst Du einen Ansprechpartner unter folgenden Telefonnummern:

01520 / 86 49 701 (Bettina Wölk/bitte WhatsApp)  
0172 / 36 88 759



# Aufbaukader

- Nicole Buttler -

Aufgrund der Coronazeit ist der Wechsel der Kinder von Sichtungskader zu Aufbau- und Anschlusskader und weiter in den Leistungskader etwas ins Stocken geraten. Daher stand im zweiten Halbjahr 2023 ein größerer Wechsel an – viele Kinder waren dem Aufbaukader entwachsen und sollten, sowohl aufgrund ihrer schwimmerischen Leistung als auch aufgrund des Alters zu Judith und Christian in den Anschlusskader wechseln. Um den Wechseln zu vereinfachen und sich in dem neuen Kader einzufinden, wurde nach den Sommerferien parallel zum Training im Aufbaukader zusätzlich 1x in der Woche bereits im Anschlusskader trainiert. Verabschiedet wurden die „Wechselkinder“ dann beim Saisonauftakt - dieses Mal wurde die Feuerwache in Gelsenkirchen Hessler mit anschließender Pizza essen besucht.

Aufgrund der freiwerdenden Plätze konnten dann weitere 6 Kinder aus dem Sichtungskader aus den Jahrgängen 2016/2017 nachrücken. Durchschnittlich liegt die Gruppenstärke des Kaders bei 16-18 Kindern, die 3-4x in der Woche 2,5-3 Stunden trainieren.

Fokus des derzeitigen Trainings liegt darauf die Kinder auf den Kids-Cup als ersten Wettkampf vorzubereiten und ihnen die Nervosität vor den ersten „richtigen“ Starts zu nehmen. Wie erwartet haben die kleinen Schwimmerinnen und Schwimmer die Herausforderung beim Kids-Cup im Herbst 2023 in Recklinghausen und auch im März bei uns im Gladbecker Hallenbad gut gemeistert. Beide Mannschaften der Startgemeinschaft Gladbeck / Recklinghausen haben sich hierdurch auch für den Kids-Cup auf NRW-Ebene qualifiziert.



Auch beim Nando-Burchardt-Schwimmfest im Sportbad Turmfeld in Essen konnte der Aufbaukader 17 Medaillen verbuchen – ein Ansporn und eine positive Bestätigung für die Kinder und für viele Eltern das erste Mal auf der Tribüne, um die Kinder anzufeuern und sich mit ihnen gemeinsam über die zahlreichen Siegerehrungen zu freuen.

Große Aufregung herrscht immer schon ab Jahresbeginn: Das Trainingslager in den Osterferien rückt in greifbare Nähe und die Eltern machen sich schon darüber Gedan-



ken, wie viele Handtücher die Kinder wohl brauchen, während die Kinder bereits intensiv in die Zimmerplanung einsteigen.

Als Begleitung und Trainerin der Kinder in dieser sehr intensiven Trainingszeit liegt es mir am Herzen, dass die Gruppe sich gut versteht und wir im und abseits des Schwimmbeckens eine gute Zeit haben. Neben guten Trainingsbedingungen, die wir in diesem Jahr im Sportcampus Schlotheim in Thüringen gefunden haben, gab es auch ein kleines Nebenprogramm mit Bemalen von Sportbeuteln und Spieleabenden.

Damit die Kids auch ihre Trainingserfolge zeigen und feiern konnten, wurde als direkt folgender Wettkampf nach den Osterferien für das Mini-Meeting im Hallenbad in Recklinghausen gemeldet.

Ausnahmslos alle Kinder konnten aufgrund der verbesserten Technik ihre Zeiten verbessern. Was insbesondere auch für die nächsten Kinder, die ab den Sommerferien in den Anschlusskaders wechseln wichtig ist, um mit den anderen mithalten zu können und auch weiterhin so viel Einsatz und Spaß am Training zu zeigen wie bislang.

Dann geht es in die wohlverdienten Sommerferien für viele meiner Schützlinge und mit dem Wechsel kommen hoffentlich neue Nachwuchstalente aus dem Sichtungskader, die ich mittlerweile mit Unterstützung von Yannik Stanglow und meiner Tochter Hannah trainieren und versuche für den Wettkampf-Sport fit zu machen.



*Sport und Spaß – beides geht Hand in Hand im Trainingslager der Kleinen*



# Wettkampfschwimmen – Anschlusskader

- Judith und Christian Wittenbrink -

Der Anschlusskader besteht aktuell aus 20 Aktiven der Jahrgänge 2010-2013.

Zielwettkämpfe für diese Mannschaft sind die Jahrgangsmeisterschaften bzw. der Schwimm-Mehrkampf auf Bezirks- und NRW Ebene bis hin zu der Teilnahme an den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften bzw. SMK auf Bundesebene.

Im vergangenen Jahr 2023 haben die Schwimmerinnen Myrtha Vogt und Mia Brauckmann erfolgreich in Stuttgart daran teilgenommen. Auch für den diesjährigen schwimmerischen Mehrkampf des DSV im Juni in Braunschweig gibt es wieder 2-4 aussichtsreich platzierte Aktive.

Um sich hierfür zu qualifizieren, muss man bis zum 26.05.24 unter den Top 80 des jeweiligen Jahrgangs über 200m Lagen platziert sein.

Für die Ende Mai stattfindenden Deutschen Jahrgangsmeisterschaften sind ebenfalls aktuell 4 Schwimmerinnen aussichtsreich platziert. Der Qualifikationszeitraum hierfür endet bereits am 05. Mai.

Für die entsprechenden Meisterschaften wird 5-6x pro Woche intensiv im Wasser und an Land trainiert.

Einen besonderen Trainingsreiz setzen die zwei Trainingslager im Jahr. In den vergangenen Herbstferien 2023 haben die Aktiven ein 6-tägiges Trainingslager in Hagen absolviert.

Ein besonderes Highlight ist das jährliche Ostertrainingslager.







Zum dritten Mal in Folge hat der Anschlusskader in den Osterferien 2024 ein 12-tägiges Trainingslager unter hervorragenden Bedingungen auf Kreta durchgeführt. Neben den 21 Wassereinheiten, 12 Landeinheiten sowie täglicher Vor- sowie

Nachbereitung der Trainingseinheiten, blieb jedoch auch noch genügend Freizeit zur Regeneration am Strand oder für gemeinsamen Aktivitäten auf dem Fußballplatz, beim Tennis oder Tischtennis spielen sowie im Rutschenpark.

**Print. Beeindruckt. Werbetechnik auch.**

**OFFSETDRUCK**

- Druckvorstufe
- Flyer / Broschüren
- Visitenkarten
- Veredelung
- Mailings

**WERBEARTIKEL**

- Kugelschreiber
- Tassen
- Lanyards
- Süße Werbung
- Feuerzeuge

**LEITSYSTEME / SCHILDER**

- Gebäudebeschilderung
- Individualisierte Schilder

**FOLIEN-TECHNIK**

- Aufkleber
- Folienplott
- Schaufenster
- Glasdekor
- Autofolierung

**DIGITALDRUCK**

- Plattendirektdruck
- Digitaldruck
- Großformatdruck
- PVC-Banner
- Spannrahmen

**Fahnen & Kundenstopper**

**hewea**druck  
die echten drucker.

**ENTDECKEN SIE UNSER NEUES PORTFOLIO**

Haldenstraße 15    info@heweadruck.de  
45966 Gladbeck    Tel. 02043 46006  
www.heweadruck.de



# Wettkampfschwimmen – Leistungskader

- Vassili Strischenkoff -

Im Mai 2023 hieß es wieder „Berlin, Berlin – wir fahren nach Berlin“ und zwar zu den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften (DJM), wo sich der Gladbecker Leistungskader im deutschlandweiten Vergleich stellte. Juliana Buttler konnte über 50m, 200m und 400m Freistil die Drittplatzierung erschwimmen, über 100m Freistil erreichte sie die Silbermedaille. Blanca Brune belegte in ihrer Paradedisziplin Rücken über 100m und 200m den 2. Platz. Vianne D’Amico belegte Platz 3 über 200m Rücken, ebenfalls mit dabei waren Maja Brune, Jana Brauckmann, Linus Sotke, Maya Wolkowski und Yannick Stanglow.

Bei den Deutschen Meisterschaften im Juli 2023 gingen Juliana Buttler und Yannick Plasil, der derzeit eigentlich noch in den USA studiert, an den Start. Den Rückweg nach Gladbeck fand auch wieder Hannah Buttler, die eine Zeitlang in Potsdam trainierte und seit den Sommerferien wieder den Leistungskader ergänzt.

Das Leistung und hartes Training sich lohnt, zeigte sich auch bei der Sportlerehrung der Stadt Gladbeck im September 2023. Gleich 6 Mitglieder des Leistungskaders wurden für ihren sportlichen Einsatz und die erbrachten Leistungen geehrt, mit dabei Hannah und Juliana Buttler, Blanca und Maja Brune, Vianne D’Amico und Yannick Plasil.

Besondere Highlights der Jahresplanung sind auch immer die Trainingslager, sowohl im Herbst als auch in den Osterferien.

Das 14-tägige Herbsttrainingslager brachte bei allen Schwimmerinnen und Schwimmern einen merklichen Sprung in den Schwimmzeiten, dennoch reichte es nicht für einen Medaillenregen bei den Deutschen Kurzbahnmeisterschaften im November 2023 in der Wuppertaler Schwimmoper.

Der Klassenerhalt war bei der 2. Bundesliga das gesetzte Ziel der Schwimmgemeinschaft Gladbeck / Recklinghausen,







sowohl das männliche als auch das weibliche Schwimmteam erreichten ihr Ziel und verbleiben in der Liga. Das Team der Damen erschwamm 18.874 Punkte und erreichte Platz 6, die Herren legten noch ein „Schüppe“ drauf und sicherten sich Platz 5 mit 19.131 Punkten. Der SV13 richtete zum wiederholten Male den Wettkampf aus und konnte sowohl aus organisatorischer als auch als sportlicher Sicht ein positives Fazit ziehen – ein guter Abschluss für 2023 und mit dem erreichten Klassenerhalt auch ein guter Ausblick in 2024.

Neben den Nordwestfälischen Meisterschaften „Lange Strecke“ und SMK in der heimischen Traglufthalle stand ebenfalls die Teilnahme an den Meisterschaften im Düsseldorfer Rheinbad im Februar 2024 für einige Leistungskader-Schwimmerinnen im Kalender. Zugelassen für diesen Wett-

kampf waren die Jahrgänge 2005 bis 2012.

Bestplatzierungen Juliana Buttler (2009) und Hannah Buttler (2006) für sich und den Verein verzeichnen.

Über 400m Lagen belegte Juliana Buttler Platz 1 im Jahrgang 2009, sowie in der offenen Wertung. Über die Strecke von 800m Freistil belegte sie ebenfalls die Erstplatzierung in ihrem Jahrgang und Platz 2 in der offenen Wertung

Hannah Buttler konnte ebenfalls den 1. Platz für sich über 800m Freistil in ihrer Jahrgangswertung 2005/2006 verbuchen.

Intensiv ging es dann auf Zypern weiter. In Limassol trainierte das Team vom 21.03. bis 04.04.2024 um sich für die kommenden Wettkämpfe zu rüsten.



# Wettkampfschwimmen – Master

- Günther Uhlich -

**Von wegen alt und rüstig - Absolut fit und bereit für die nächsten Medaillen!**



Das letzte Jahr startete für unsere langjährigen Vereinsschwimmer direkt sportlich. In der letzten Januar-Woche ging in Ennigerloh beim 17. Döüwel Cup des Masters der Gladbecker Neuzugang Thomas Frotscher an den Start. Er belegte in der Altersklasse 70 gleich 4 erste Plätze. Er schwamm die 50 m Freistil in 0:33,71 Min. die 100 m Freistil in 1:18,70 Min., die 50 m Schmetterling in 0:38,58 Min. und die 50 m Rücken in 0:42,85 Min.

Im Februar gingen 8 Teilnehmer im Rahmen des 31. Internationalen Masters-Schwimmfestes in Wilhelmshaven an den Start. Mit insgesamt 14 ersten Plätzen konnten sie sich gegen die meisten der 27 teilnehmenden Vereine durchsetzen und einen starken 3. Platz in der Gesamtwertung hinter Wilhelmshaven und Rastede erkämpfen. Großen Anteil daran hatte Bernd Bienek, der in der Alters-

klasse 55 viermal am Start war und viermal gewann. Er siegte über die 50 m Brust, die 50m und 100 m Rücken sowie die 100 m Lagen. Die höchste Punktleistung der Gladbecker erzielte Dirk Misia, der in der AK 60 an den Start ging und die 50 m Freistil in starken 0:28,45 Min. beendete. Ebenfalls eine sehr gute Zeit ins Wasser brachte Matthias Uhlich, der in der AK 40 die 50 m Rücken in 0:31,61 Min. gewann. Günther Uhlich konnte in der AK 70 die 100 m Freistil und die 100 m Brust gewinnen. Mit 2 ersten Plätzen war auch Karin Hanke-Pauluhn dabei. Sie gewann die 50m und die 100 m Freistil in der AK 65 und wurde Zweite über 200 m Freistil. Ehemann Wolfgang Pauluhn (AK 70) beherrschte die 50 m Brust in 0:43,26 Min. und die 50 m Freistil. Ebenfalls zwei erste Plätze schwamm Thomas Spickenbaum (AK 60) über 100m und 200m Freistil. Caren Spickenbaum belegte in der AK 55 über 50 m Platz 2.

Sportlich weiter ging es dann im März 2023 bei den NRW-Masters in Düsseldorf weiter. Mit 2 Titeln in der Altersklasse 60 zeigte sich Thomas Spickenbaum am erfolgreichsten. Er gewann die 200 m Rücken in der Zeit von 3:08,11 Min. und die kräftezehrenden 400 m Lagen in 6:41,68 Min. Ebenfalls zwei Starts absolvierte Günter Uhlich in der AK 70. In der Zeit von 6:09,21 Min. ließ er sich den Gewinn der Goldmedaille über 400 m Freistil nicht nehmen. Außerdem wurde er Vizemeister über 200 m Brust in 3:37,11 Min. Hier musste er sich lediglich seinem Vereinskameraden Herbert Bloch (ebenfalls AK 70) geschlagen geben, der für die gleiche Strecke nur 3:35,34 Min. benötigte. Als einzige Frau im Team zeigte bei ihrem ersten Start nach rd. 20 Jahren für die SG Irina Bensom über 800 m Freistil eine gute Leistung und beendete das Rennen nach 12:36,94 Min. Dafür gab es die Bronzemedaille der Altersklasse 35. Bernd Bienek (AK 55), ging über die 200 m Schmetterling, die nicht zu seinen Hauptlagen zählen, an den Start. In der Zeit von 3:23,32 Min. schwamm er hier auf Platz 4.

Auch bei dem 47. Internationalen Masters-Schwimmfest in Hürth mischten die Gladbecker Schwimmerinnen und Schwimmer im Rahmen der Startgemeinschaft Gladbeck/Recklinghausen erfolgreich mit. Mit 4 ersten Plätzen konnte vor allem Thomas Frotscher überzeugen. Er belegte Platz 1 in der Altersklasse 70 über 50m und 100m Rücken. Sehr beachtlich waren auch seine Freistilzeiten, denn hier siegte er über 50 m in 0:33,59 Min. und über 100 m in 1:17,04

Min. Mannschaftskollege Herbert Bloch, ebenfalls in der AK 70 unterwegs, dominierte die Bruststrecken und siegte über die 50m in 0:41,44 Min. und über 100m in 1:30,12 Min. Einen weiteren Sieg gab es über die 100 m Lagen in 1:29,18 Min. Einmal aufs oberste Treppchen schwamm auch Günter Uhlich (AK 70) mit seiner Siegerzeit von 2:48,09 Min. über 200 m Freistil. Einen 3. Platz belegte er über 50 m Freistil.

In der AK 65 konnte Monika Steingens überzeugen und erschwamm über 50 m Brust ebenfalls Platz 1. Weitere Punkte für die Mannschaftswertung lieferte Willi Brenner (AK 70), der sowohl über 50 m Rücken als auch über 100 m Rücken knapp hinter Mannschaftskollege Frotscher jeweils Platz 2 belegte. Wolfgang Pauluhn (AK 70) musste sich sowohl über 50 m Freistil als auch über 100 m Brust nur hinter seinen Mannschaftskameraden einreihen und belegte jeweils Platz 2. Ehefrau Karin Hanke-Pauluhn gelang über 50 m Freistil der 3. Platz.

In der Mannschaftswertung kamen die Gladbecker von 24 vertretenen Vereinen auf einen guten 6. Platz. Ein besseres Ergebnis verhinderte der Umstand, dass die Gladbecker Herren alle fünf in der Altersklasse 70 antraten und sich gegenseitig wertvolle Punkte wegnahmen.

Am 22.08.2023 starteten die Gladbecker bei den NRW-Masters-Meisterschaften in Bochum und zeigten sehr ordentliche Leistungen. Mit insgesamt 10 Titeln und 23 Medaillenrängen fiel das Ergebnis auch sehr



zufriedenstellend aus. Im Medaillenspiegel reichte es für einen guten 8. Platz von insgesamt 73 Vereinen.

Die jüngste Teilnehmerin der Gladbecker Delegation war Antonia Stenbrock, die in der Altersklasse 20 viermal an den Start ging und auch viermal das Treppchen besteigen durfte. In ihrer Hauptlage ließ die Freistilspezialistin nichts anbrennen und holte sich über 50m und 100m) souverän die Titel. Eine Silbermedaille gab es für die Zeit von 0:33,26 Min. über 50 m Rücken und über 50 m Brust reichte es noch zur Bronzemedaille. Gut vertreten waren die Gladbecker in der Altersklasse 70. Hier gelang Gabriele König über 50 m Rücken und auch über 50 m Freistil die erfolgreiche Titelverteidigung. Die gleichen Disziplinen gewann auch Thomas Frotscher (AK 70) mit seinen Zeiten von 0:44,00 Min. über 50 m Rücken und 0:34,97 Min. über 50 m Freistil. Ebenfalls in der AK 70 unterwegs gelang Günter Uhlich über 200m Freistil in 2:57,18 Min. die Titelverteidigung und die 100 m Brust beendete er auf dem Silberrang.

Bernd Bienek gewann in der AK 55 in der guten Zeit von 0:36,40 Min. die 50 m Rücken und schlug nach 50 m Brust in 0:36,54 Min. als Zweiter an. Ebenfalls zu Silbermedaillen reichte es über 100 m Rücken und 100 m Brust. Rüdiger Stahlhut (AK 65) ging über alle Freistilstrecken an den Start und gewann die 100 m Freistil in 1:21,53 Min. . Zweiter wurde er über 200 m Freistil. Nicht ganz auf das oberste Treppchen schaffte es Thomas Spickenbaum (AK 60). Er be-

legte über 100 m Schmetterling Platz 2 und über 200 m Freistil Platz 3. Ebenfalls Platz 3 erreichte Caren Spickenbaum (AK 50) über 50 m Freistil. Mit der guten Zeit von 0:31,29 Min. konnte auch Jürgen Bohnhorst (AK 60) die 50 m Freistil mit dem Gewinn einer

Bronzemedaille abschließen. Mark Siebert (AK 55) erkämpfte sich über die 50 m Brust in 0:37,75 den dritten Platz.

Außerdem konnten die Gladbecker noch einen Staffelerfolg erringen. Die Herren Günter Uhlich, Mark Siebert, Edwin Schubert und Bernd Bienek holten sich den Titel über 4×50 m Brust in der Zeit von 2:48,60 Min. Die Schwimmer Alexandra und Jürgen Bohnhorst sowie Caren und Thomas Spickenbaum gingen über die 4×50 m Lagen mixed an den Start und belegten mit der von 3:04,80 Min. einen etwas unglücklichen 6. Rang.

Sehr selbstbewusst traten die Gladbecker auch beim 24. Internationalen Schwimmfest in Essen auf. Von 25 absolvierten Starts endeten 13 auf dem obersten Treppchen. Mit 3 ersten Plätzen überzeugte auch Günter Uhlich. In der AK 70 schlug er nach 100 m Freistil in 1:17,99 Min. an und gewann darüber hinaus auch die 50 und 100 m Brust. Nach jahrelanger schwimmerischer Abstinenz versuchte sich auch Jens

Anstipp wieder im Wettkampfbecken und schwamm in der AK 45 über 50 m Freistil (0:27,94 Min.) und 50 m Schmetterling (0:32,29 Min.) souverän zum Sieg. Matthias





Uhlich (AK 40) reichten 0:31,13 Min. über 50 m Rücken zum ersten Platz. In der AK 65 brachte Monika Steingens sehr souveräne Leistungen ins Wasser und schwamm über 50m Brust und 100 m Lagen zum Sieg.

Auch bei dem westfälischen Vorentscheid für die Deutschen Masters-Mannschaftsmeisterschaften im September 2023 in Münster gingen die Gladbecker Master an den Start. Leider konnte sich die Startgemeinschaft gegenüber dem Vorjahr nicht verbessern und landete wieder auf dem 6. Platz. Auch ganz vorne hat sich nicht viel geändert und Dortmund erreichte wie gehabt vor der SG Wuppertal und der SG Münster den 1. Platz. Für gute Leistungen sorgten: Christoph Siebert (AK 20) 200 m Lagen in 2:27,04 Min.; Mark Siebert (AK 55) 50m Schmetterling in 0:32,43 Min.; Bernd Bienek (AK 55) 100 m Lagen in 1:16,27 Min.; Leonie Siebert (AK 20) 50 m Rücken in 0:33,78 Min.; Monika Steingens (AK 65) 100 m Brust in 1:43,41 Min. und Caren Spickenbaum (AK 50) 50 m Freistil in 0:38,03 Min.

Mit einem ordentlichen Ergebnis kehrten die Masters von den NRW-Meisterschaften über die langen Strecken aus dem Düsseldorf Rhein-Bad zurück. An zwei Tagen absolvierten sie 8 Starts und schafften es, mit jedem Start eine Medaille zu holen. In der Altersklasse 60 sprang Thomas Spickenbaum ins Wasser und schaffte es über 200 m Rücken in der Zeit von 3:15,12 Min. zum Titel. Über 400 m Lagen schwamm er in 6:58,84 Min. zur Silbermedaille. Mark Siebert gelang über 200 m Brust in der AK 55 mit seiner starken Zeit von 3:01,37 Min. der Sprung aufs oberste Treppchen. Ebenfalls zwei Mal ins Wasser ging Günter Uhlich (AK 70) und erschwamm sich in 3:43,60 Min. den Titel über 200 m Brust. Äußerst knapp verpasste er mit der Zeit von 6.21,59 Min. den Titel über 400 m Freistil und wurde Vizemeister. Eine Silbermedaille erreichte auch Iris Kipar-Wirgs (AK 55) über 200 m Brust in der Zeit von 3:46,12 Min. Seine Chance auf einen Medaillenplatz ergriff auch Edwin Schubert (AK 60), der über 200 m Brust in 3:27,69 Min. mit der Bronzemedaille ausgezeichnet wurde.





# Wasserball – Sparte

- Maximilian Baumeister -

Nach nunmehr fast drei Jahren als Wasserballwart möchte ich mich bei Euch bedanken! Danke für den ständigen Support am Beckenrand und danke, dass wir mit unserer Abteilung, Teil der Vereinsfamilie des SV Gladbeck 13 sein dürfen.

Stellvertretend für unsere Abteilung kann ich Euch sagen, wir sind stolz, ein Teil von Euch zu sein. Danke!

Im letzten Bericht musste ich Euch mitteilen, dass es viele Veränderungen in Bezug auf unsere gemeldeten Mannschaften gab. Im Laufe der vergangenen Saison mussten wir unsere Jugend kurzfristig aus dem Spielbetrieb abmelden. Grund dafür war, dass wir kaum noch Kids im Wasser hatten und einen regelmäßigen Spielbetrieb nicht gewährleisten konnten. Weitere Reglementierungen durch unseren Dachverband erschwerten zusätzlich die erfolgreiche Jugend- und Vereinsarbeit.

Die Saison haben wir mehr oder weniger erfolglos zum Ende gebracht, aber mit einer fulminanten „Baywatch-Party“ im Freibad besiegelt – auch dank der zahlreichen Besucher und Partygäste.

Während der langen Sommerpause haben wir unsere Köpfe zusammengesteckt und uns in der Abteilung abgestimmt und nach Rücksprache mit allen Verantwortlichen,

neue Möglichkeiten für unsere Abteilung geschaffen. Nach mehreren neuen Auflagen des deutschen Schwimmverbandes zur Arbeit im Verein, haben wir drei unserer Trainer zur Lizenzierung für den Trainerschein geschickt. Zusätzlich haben wir die Trainingszeiten unserer Jugend gesplittet und trainieren nun mit unserer U12 und U14 im Hallenbad und parallel mit der U16 und U18 im Freibad.

Des Weiteren haben wir die Werbetrommel in unseren Gladbecker Schulen gerührt und an zahlreichen Events der Stadt und des Vereins teilgenommen. Alle Maßnahmen und Möglichkeiten haben letztlich dazu geführt, dass wir im September des letzten Jahres, erfolgreich in die neue Saison starten konnten und folgende Mannschaften melden konnten: U12, U14, U16, U18, 1. Herren und 2. Herren. Den Start-







schuss machten wir mit der Austragung unseres Herren- Turniers im Freibad. Auch die dritte Auflage ist bereits in Planung für den 21.09.-22-09.2024.

Während der laufenden Saison haben wir unsere Kooperation in der Jugendabteilung mit den Mannschaften vom SV Schermbeck weiterhin gestärkt. Wir nutzen wöchentlich die gemeinsamen Trainingszeiten und helfen mit Spielern in der jeweiligen Mannschaft aus. Zusätzlich haben wir unsere Herrenmannschaft auf Grund des großen Zuspruchs neben unserem Heimatbezirk „Nordwestfalen“, auch im „Bezirk Ruhrgebiet“ gemeldet.

Alles in allem können wir positiv auf den Start in die Saison zurückblicken. Jetzt gilt es, die positiven Eindrücke zu festigen und die Abteilung erfolgreich durch die Saison zu bringen. Hier sind wir in jeder Hinsicht zuversichtlich und arbeiten weiterhin am Erfolg unserer Wasserballer. Erfreulich ist, dass wir neben dem Wachstum in unserem

Jugendbereich auch viele Spielerinnen für den Sport begeistern konnten. Vielleicht bekommt der SV 13 in Zukunft die erste Damenmannschaft?!

Zum Schluss möchte ich noch ein paar persönliche Worte aussprechen.

Mich macht es stolz, dass wir gemeinsam mit einem hochmotivierten Trainerteam, vielen engagierten Spielerinnen und Spielern, zahlreich helfenden Eltern und zusätzlich abteilungsübergreifenden Unterstützern, zielstrebig, vertrauensvoll und Hand in Hand arbeiten.

Danke für jede helfende Hand und alle Wasserball-Supporter. Danke für die Zukunftssicherung unserer Abteilung und Euer Engagement für den Verein!

Der aktuelle Zuspruch stimmt uns positiv und beflügelt die ganze Abteilung. Lasst uns so weiter machen! Ihr könnt Euch auf uns verlassen.

# Triathlon

- *Giuseppe Zuddas* -

## **Ironman Lanzarote 70.3 –**

### **Wiedenhöfer wird AK 5. Und verzichtet auf WM-Teilnahme**

Der Saisoneinstieg für Frank Wiedenhöfer verlief passgenau. Bei einem der anspruchsvollen Triathlon Rennen über die Mitteldistanz mit 1,9 km Schwimmen, 90 km Rad fahren und 21 km Laufen, belegte er den fünften Platz in seiner Altersklasse (AK 55) und hätte somit Anspruch auf einen Slot für die WM gehabt. Diesen schlug er allerdings aus: „Wäre zu teuer und zu aufwendig.“ Giuseppe Zuddas belegte den 34. Platz von 126 Teilnehmern in seiner AK 50.

## **Deutsche Meisterschaften Mitteldistanz–**

### **Sabine Schön AK 2. – Maren Scherz AK 3. – Bernhard Deiß AK 5.**

In und um Aldenhoven fanden die Deutschen Meisterschaften der Mitteldistanzler (Ironman sagt dazu 70.3) statt. Nach dem Schwimmen im Blausteinsee ging es bei bestem Wetter auf die Räder, um anschließend auf größtenteils Feldwegen das Rennen mit einem Halbmarathon abzuschließen. Sabine Schön wurde in Ihrer AK nach einem schnellen Rennen (1,9 km Schwimmen 31:47 Min, 88 km Rad 2:45:12 Std., 20 km Laufen 1:38:34 Std.) zweite. Maren Scherz nahm erstmalig an Deutschen Meisterschaften teil und wurde Dritte. Eine besonders starke Einzelleistung zeigte Bernhard Deiß, der mit 1:15:15 Std. die zweitschnellste Laufzeit des gesamten Feldes lief. In der Gesamtwertung seiner Altersklasse schob er sich mit dieser Zeit auf Rang fünf vor.



## **Ironman 70.3 in Duisburg –**

### **SV Gladbeck 13 stellt stärkste Delegation**

Einer der jüngsten Ironman-Veranstaltungen findet in inzwischen auch im Ruhrgebiet statt. Die Duisburger Regattabahn, das westliche Umfeld von Duisburg sowie die Umgebung des Sportparkes mit seinem Ziel in der Schauinsland-Arena bieten für Ruhrgebietsverhältnisse eine annehmbare Wettkampfkulisse für unsere Lieblingssportart. Der SV13 gibt sich mit seinen Triathleten inzwischen jährlich dort ein Stelldichein. In dem Jahr 2023

schossen die Triathleten den Vogel ab. Mit 15 gut platzierten Altersklassenteilnehmer konnte eine Gesamtpunktzahl erreicht werden. Über den ersten Platz der Vereinswertung freuten sich Heinrich Jockenhöfer, Sabine Schön, Giuseppe Zuddas, Frank Wiedenhöfer, Niels Wieduwildt, Peter Bockholt, Anika Bockholt, Birgit Zuddas, Sebastian Kruse, Lars Goldhammer, Anika Muster, Andre Prediger, Jana Stier, David-Noel Stremlau, Yvonne Simon (nach Anzahl der erreichten Punkte). Giuseppe Zuddas, Abteilungsleiter Triathlon: „Bemerkenswert, dass wir uns gegen die Triathlonhochburgen aus Oberhausen, Duisburg, Bonn, Frankfurt und Essen durchgesetzt haben. Machte schon ein wenig stolz, die Blicke zu sehen, als wir aufgerufen wurden.“

### Heiligabend-Morgenlauf bringt 1.350 Euro für die Aktion Paulinchen

Ein kleines Jubiläum feierten die „Paulinchenläufer“. Zum 20. Mal fand der Heiligabend-Morgenlauf zugunsten der schwerbrandverletzten Kinder statt. Triathlet und Feuerwehrmann, Frank Wiedenhöfer, der sämtliche Paulinchen-Läufe organisierte: „Trotz Regen haben sich 50 Läuferinnen und Läufer eingefunden und sind trotz schweren Geläufs die fünf, zehn oder 21,1 km gelaufen.“ Wiedenhöfer, der mit den SV13-Getreuen mit dieser Aktion jährlich ein besonderes Zeichen setzt: „Wichtig ist, auf die Situation der brandverletzten Kinder aufmerksam zu machen. Einerseits um weiter Spenden reinzuholen, andererseits ins Bewusstsein zu rufen, dass gerade zum Jahreswechsel viel mit offenem Feuer umgegangen wird und hier eine Besondere aber auch gefährliche Faszination mit diesem Element verbunden ist.“



## Thomas Neumann nun Triathlon-Schiedsrichter mit World Level 1

Der SV13 hat nicht nur Triathleten, die in ihren Altersklassen auf hohem Niveau mitmischen, sondern stellen nun auch einen Schiedsrichter von internationalem Format. Thomas Neumann bestand die Ausbildung zum DTU Level 3 und World Triathlon Level 1 nach jeweils einem schriftlichen, mündlichen und praktischen Test.

## Jugendtrainingslager des NRW-Triathlonverbandes in Haltern mit drei SV13-Trainerinnen

Jährlich findet nach Ostern in Haltern das Jugendtrainingslager des NRW-Triathlonverbandes statt. Seit Jahren hilft dort Johanna Schumann als Trainerin mit. In diesem Jahr kam die frischgebackene C-Lizenzinhaberin Jana Stier und Maren Scherz (Trainerin in spe) dazu. Insgesamt betreuten sie Jugendgruppen zwischen 12 und 17 Jahren. „Zwar ist alles nass und man muss gerade beim Radfahren aufpassen, aber alle machen prima mit. Es ist toll“, so Jana Stier.



## Kraultechnikkurse

Im Jahr 2023 wurden die Kraultechnikkurse nach der Pandemie wiederbelebt. Die Teilnehmerplätze gehen weg „wie geschnitten Brot“. Nach dem Einführungskurs (Vermittlung der Grundtechnik) wurde inzwischen das Angebot „Kraultechnik 2.0“ für fortgeschrittene Kraulschwimmer durchgeführt (hier werden Ansätze gezeigt, die Technik weiter zu verbessern und schneller zu werden). Die Angebote „Kraultechnik 3.0 bzw. 4.0“ (Grundsätze einen eigenen Trainingsplan zu schreiben, bzw. Freigewässerschwimmen) sind in Arbeit.

## Etablierte Angebote der Triathlonabteilung

Dienstags 19:00 Uhr schwimmen  
Mittwochs 19:00 Uhr Intervallläufe (Treffpunkt Seiteneingang Sportanlage Höhe Vereinsheim)  
Freitags 19:00 Uhr Schwimmen





GRUBEN  
HELDEN



FOLGE UNS AUF  UND 

SHOPPEN AUF: [WWW.GRUBENHELDEN.DE](http://WWW.GRUBENHELDEN.DE)

# Aquafit

- Brigitte Schneider -

## Aquafit-Mädels on tour - Nicht nur im Wasser, sondern auch außerhalb ziemlich aktiv



Ene Besuch im Zoo.....

nee wat is dat schön! Der Karnevalsschlagger verspricht es, und die Aquafit-Mädels konnten es im August 2023 bei herrlichem Wetter live erleben. Dank unseres Ehrenvorsitzenden Bernd Grewer bekamen wir eine spezielle Führung seiner Tochter und Tierärztin Anna.

Der Start mittags ab Freibad war leider etwas holprig. 120 Realschüler der 5. Klassen hatten ihre Schwimmfähigkeit zeigen müssen und wurden anschließend von 120 Elternteilen mit Autos vom Bad abgeholt. Trotz dieses Hindernisses erreichten wir

pünktlich den Krefelder Zoo. Bei den Eseln trafen wir Anna, und der Rundgang konnte starten. Mit Herzblut und viel Sachverstand führte sie uns durch „ihren Zoo“, kannte jedes Tier mit Namen. Wir lernten etwas über Zuchtbücher, warum die Zwergnilpferd-Dame allein im Gehege lebt, wie man die Riesenschildkröten am Abend ins Haus lockt und vieles mehr. Eine ganz „Mutige“ durfte sogar die hungrigen Erdmännchen mit Mehlwürmern füttern.

Großbaustelle war am Affengehege. Dort entsteht gerade eine neue riesige Anlage, die das an Neujahr 2020 abgebrannte Affenhaus ersetzt.



Die Zeit verging wie im Fluge. Es reichte nur noch für eine schnelle Kaffeepause im Zoo-Café, und dann ging es staufrei zurück nach Gladbeck. An dieser Stelle danken wir noch einmal Anna für den schönen Nachmittag und ihre interessante Führung. Da der Zoobesuch bei allen so gut ankam, sollte es beim nächsten Ausflug auch wieder tierische werden.

Bei den Dülmener Wildpferden des Herzogs von Croy waren wir vom Freitags-Aquafitkurs am 4. Oktober. Frau Oberforstinspektorin Rövekamp empfing uns am großen Absperrgitter, und wir durften ihr mit unseren Autos folgen bis zur riesigen Wiese, auf der sich die 400 Pferde an diesem Tag aufhielten. Einige Teilnehmer verhielten sich anfangs etwas zurückhaltend, obwohl erzählt wurde, dass die Tiere nur einmal im Jahr galoppieren, und zwar Ende Mai, wenn die Jährlingshengste aus der Herde herausgefangen werden.

Viele interessante Infos wurden uns vermittelt:

z.B., dass es die bei Pferdebesitzern gefürchteten Koliken, bei den Wildpferden nicht gibt. dass immer ca. 10 bis 12 Pferde der Herde eine Leitstute haben, die die jüngeren Stuten „erzieht“.

Wie der Pferdebestand immer auf ca. 400 Tiere gehalten wird. Dazu tänzelte uns, zu unser aller Freude, die Försterin vor, wie der Hengst um die Stuten wirbt. Jedes Jahr darf ein anderer Hengst zu den „Damen“

und seine Aufenthaltszeit auf der Wiese richtet sich danach, wie viel Nachwuchs dazukommen darf.

Je länger wir auf der Wiese standen, desto näher kamen die Pferde zu uns, strahlten dabei aber eine unendliche Ruhe aus. Ihre Fohlen beäugten uns neugierig - Streicheln war leider streng verboten! Selbst die Angsthasen unsere Gruppe waren spätestens jetzt Pferdefans!

Bei so einem Ausflug darf natürlich Stärkung nicht fehlen: Schwer beeindruckt fuhren wir weiter zum Bauerncafé Höltingshof in Coesfeld-Lette, das zum Glasmuseum der Familie Ernsting gehört. Dort ließen wir bei Kaffee und leckerem Kuchen den Nachmittag ausklingen.



# Schutz- und Präventionskonzept

## Ein MUSS – auch für uns! Aber warum?

Das Land NRW hat als erstes Bundesland im Mai 2022 ein Landeskinderschutzgesetz verabschiedet. Ziel ist es Kinder und Jugendliche als Träger eigener Rechte zu stärken – ihnen Schutz, Unterstützung und Hilfe aktiv anzubieten.

Im Rahmen des Landeskinderschutzgesetzes sind auch die Sportvereine dazu aufgefordert Schutz- bzw. Präventionskonzepte zu entwickeln. Die Relevanz und Wichtigkeit des Themas für den Sport wurde durch den Landessportbund im Februar 2023 nochmals bestätigt und alle Mitgliedsorganisationen müssen bis 31.12.2024 ein entsprechendes Konzept vorweisen und in ihre Vereinsarbeit integriert haben.

Für uns als Schwimmverein heißt das, dass wir uns auch aktiv der Thematik von (sexueller) Gewalt im Vereinsleben stellen müssen und eine Leitlinie für den Umgang mit Gewaltdelikten für alle Vereinsmitglieder – egal ob jung oder alt – entwickelt werden muss.

Damit das Konzept auch gelebt werden kann, muss es natürlich gemeinsam erstellt werden und auch alle Ebenen des Vereins durchdringen – von den Trainern und Übungsleitern bis hin zu den Kindern / Jugendlichen und ihren Eltern.

Alle Mitglieder des Vereins sollen die Möglichkeit haben eventuelle Konflikte zu be-



nennen, hierzu soll es im Rahmen der Erstellung des Schutz- und Präventionskonzeptes Ansprechpartner als Schutzbeauftragte geben, die sich als erste Anlaufstelle und Moderatoren zur Klärung von Problemstellungen zur Verfügung stellen.

Da dieser Punkt alle Mitglieder angeht, möchten wir an der Stelle dazu aufrufen, sich bei Interesse bei uns zu melden. Der oder die Ansprechpartnerin wird ebenso wie das Trainer-Team in Bezug auf die Thematik geschult und natürlich als Ansprechpartner benannt.

Ein entsprechender Schulungstermin wird im Sommer stattfinden. Basis des zu erarbeitenden Schutzkonzeptes ist der Ehrenkodex, der von allen Übungsleitern, Trainern und allen weiteren aktiven Personen im Rahmen der Kinder- und Jugendarbeit unterzeichnet werden muss.

Rückfragen und Anmeldung gerne per mail an [presse@sv13.de](mailto:presse@sv13.de)



# EHRENKODEX

Für alle ehrenamtlich, neben- und hauptberuflich Tätigen in Sportvereinen und -verbänden.  
Hiermit verspreche ich, \_\_\_\_\_:

- › Ich werde die Persönlichkeit jedes Kindes, Jugendlichen und jungen Erwachsenen achten und dessen Entwicklung unterstützen. Die individuellen Empfindungen zu Nähe und Distanz, die Intimsphäre und die persönlichen Schamgrenzen der mir anvertrauten Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen werde ich respektieren.
- › Ich werde Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Rahmen des Trainings zu angemessenem sozialem, fairem Verhalten anderen gegenüber anleiten.
- › Ich werde sportliche und außersportliche Angebote stets an dem Entwicklungsstand der mir anvertrauten Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ausrichten und kinder- und jugendgerechte Methoden einsetzen.
- › Ich werde stets versuchen, den mir anvertrauten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen gerechte Rahmenbedingungen für sportliche und außersportliche Angebote zu schaffen.
- › Ich werde das Recht des mir anvertrauten Kindes, Jugendlichen und jungen Erwachsenen auf körperliche Unversehrtheit achten und keine Form der Gewalt, sei sie physischer, psychischer oder sexualisierter Art, ausüben.
- › Ich werde dafür Sorge tragen, dass die Regeln der jeweiligen Sportart eingehalten werden. Insbesondere übernehme ich eine positive und aktive Vorbildfunktion im Kampf gegen Doping und Medikamentenmissbrauch sowie gegen jegliche Art von Leistungsmanipulation.
- › Ich biete den mir anvertrauten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen für alle sportlichen und außersportlichen Angebote ausreichende Selbst- und Mitbestimmungsmöglichkeiten.
- › Ich respektiere die Würde jedes Kindes, Jugendlichen und jungen Erwachsenen und verspreche, alle jungen Menschen, unabhängig ihrer sozialen, ethnischen und kulturellen Herkunft, Weltanschauung, Religion, politischen Überzeugung, sexueller Orientierung, ihres Alters oder Geschlechts, gleich und fair zu behandeln sowie Diskriminierung jeglicher Art sowie antidemokratischem Gedankengut entschieden entgegenzuwirken.
- › Ich verpflichte mich einzugreifen, wenn in meinem Umfeld gegen diesen Ehrenkodex verstoßen wird. Ich ziehe im „Konfliktfall“ professionelle fachliche Unterstützung und Hilfe hinzu und informiere die Verantwortlichen auf der Leitungsebene. Der Schutz der Kinder und Jugendlichen steht dabei an erster Stelle.
- › Ich verspreche, dass auch mein Umgang mit erwachsenen Sportlerinnen und Sportlern auf den Werten und Normen dieses Ehrenkodexes basiert.

Durch meine Unterschrift verpflichte ich mich zur Einhaltung dieses Ehrenkodexes

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum / Unterschrift

# Freibad – Traglufthalle – Freibad

## Same procedure as every year!

Jedes Jahr steht für den SV13 als Betreiber des Freibades und der Traglufthalle das umfangreiche „Umrüsten“ an. Auch in diesem Jahr wurde der Abbau der „Pelle“ mit Beginn der Osterferien wieder mit zahlreichen Helfern gestartet. Aber mit Abbau der Hülle kann die Freibad-Saison noch nicht eröffnet werden – das Wetter und die kleinen bis großen, nicht vorhersehbaren Schwierigkeiten, lassen das Training im bisher noch „zu kühlen Nass“ nicht sofort zu.

Rund 20 Helfer haben zunächst dazu beigetragen, die Luft, die die Traglufthalle hält, abzulassen und dann die Hülle in Einzelteile zu zerlegen. Die 6 Planenteile, sowie Zubehör und Beleuchtung, sind durch das Abbau-Team wieder sorgsam eingelagert worden und kommen erst wieder zum Aufbau in den Herbstferien (14.-26.10.2024) zum Einsatz.



Aber der Abbau der „Pelle“ alleine macht das Bad noch nicht wieder nutzbar. Nach dem Abbau kommt für Thomas Spickenbaum und das Helfer-Team die große Herausforderung trotz der noch wenig sommerlichen Außentemperaturen das Wasser auf min. 26,5 Grad zu bringen. Nur wenn die Wassertemperatur durch die Fernwärme-Anbindung stimmt, kann das bis zu zweistündige Training der Wettkampfkader, Wasserballer und Triathleten und natürlich auch unserer Aquafitness-Damen stattfinden.

Schwankende Temperaturen und insbesondere kühle Nächte machen die Planung, die Wassertemperatur auf Schwimmergebiet zu bringen, manchmal schnell zu Nichte, so dass es schwierig war, aufgrund der sehr frühen Osterferien in diesem Jahr,



das Bad schon wieder ab dem 09. April für das Training zu öffnen. Das Trainer-Team musste teilweise noch auf das Hallenbad ausweichen oder andere Trainingsmöglichkeiten in der Umgebung suchen. Ab dem 22.04.24 ist zumindest das 50m Becken wieder im vollen Trainingsbetrieb.

Nach den Sanierungsarbeiten soll auch der Sprungturm und das 100m Becken wieder in Betrieb genommen werden. Am 15. Mai kann es dann los gehen und die Freibad-Saison wird eröffnet!

Hoffentlich ist uns das Wetter holt!



***Herzlichen Dank an die vielen Helfer, die jedes Jahr wieder mit ihrer Arbeitskraft und Wissen zum Auf- und Abbau unserer „Pelle“ bereitstehen!***

vhs

Gladbeck

- **EDV/Internet**
- **Gesundheit/Fitness**
- **Vorträge**
- **Kochen**
- **Schulabschlüsse ...und vieles, vieles mehr !**

- **Sprachen**
- **Kreativität**
- **Rhetorik**
- **Fahrten/Führungen**

**Auch für Sie ist etwas dabei.**

**Volkshochschule der Stadt Gladbeck • Friedrichstraße 55 • 45964 Gladbeck**  
 Tel: 02043-992415 • Fax: 02043-991411 • Internet: [www.vhsgladbeck.de](http://www.vhsgladbeck.de) • E-mail: [vhs@stadt-gladbeck.de](mailto:vhs@stadt-gladbeck.de)

**Unsere Öffnungszeiten:**  
 Mo. - Mi. von 9 - 13 Uhr und 14 - 16 Uhr, Do. von 9 - 13 und 14 - 17.30 Uhr,  
 Fr. von 9 - 13 Uhr und nach Vereinbarung.





# Ironman Herbert Piepel – Erinnerungen

Absolute Stille. Selbst das Piepen der Zeitmessungsmatte ist schon lange verklungen. Einsam und verlassen liegt der Marktplatz da. Die Bühne ist längst verlassen, die Zuschauer sind gegangen. Aus der Dunkelheit sticht nur der beleuchtete Marktplatzbrunnen hervor. Am Rande steht ein Mitarbeiter der Sportzeitmessung. Ungeduldig frage ich ihn: „Ist Herbert Piepel noch auf der Laufstrecke?“ Er tippt den Namen im Laptop ein: „Ja, aber die letzte Messstation war etliche Kilometer entfernt. Keine Ahnung, ob er ausgestiegen ist.“ Gebannt blicke ich die dunkle Gasse hinauf, aus der die Sportler vor wenigen Stunden noch so zahlreich geströmt sind. Jetzt ist es 22 Uhr und ich habe kein Lebenszeichen vom neunmaligen Ironman-Finnischer Herbert Piepel. Mit 75 Jahren hatte sich der eiserne Mann aus Feldhausen nochmal vorgenommen, den DATEV Challenge Roth zum zehnten Mal zu meistern. Ist dieser Langdistanz-Triathlon von 3,8 Kilometern Schwimmen, 180 Kilometern Radfahren und einem abschließenden Marathon von 42,195 Kilometern vielleicht doch zu viel für Herbert?

Ich laufe die Traubengasse inmitten der Rother Altstadt hinauf und versuche in der Dunkelheit Läufer ausfindig zu machen. Und tatsächlich. Nach einigen hundert Metern treffe ich die ersten Sportler. Aber keiner sieht aus wie Herbert. Immer weiter renne ich dem Streckenverlauf entgegen. Plötzlich sehe ich sein bekanntes Gesicht.



„Herbert, was machst du denn hier? Ich suche dich schon die ganze Zeit“, rufe ich erleichtert Herbert wirkt erschöpft: „Ich habe irgendwas Falsches getrunken. Ich glaube, das war dieses Iso-Getränk. Auf dem Dixi-Klo saß ich fest“, „Komm, es ist nicht mehr so weit. Vier Kilometer noch bis zum Ziel“, versuche ich ihn zu motivieren, freudestrahlend und übergücklich zugleich, dass ich Herbert gefunden habe. Im Trabschritt nähern wir uns dem Ziel. Je näher wir dem

## Rückblick – Wie alles anfang

Ziel kommen, desto mehr Zuschauer tauchen aus der Dunkelheit auf. Wie verrückt brülle ich: „Achtung! Hier kommt Herbert Piepel, der älteste Teilnehmer!“

Endlich erreichen wir den Zielkanal. Roter Teppich liegt aus, bunte Partylampen erleuchten den dunklen Nachthimmel. Die letzten Meter führen durch ein eigens für das Triathlon-Event errichtetes Stadion. Die Tribünen sind bis auf den letzten Platz gefüllt. Das ganze Stadion applaudiert für Herbert. Wahnsinn! Wir genießen die letzten Meter, da ruft der Moderator: „Herbert, das ist hier nicht dein Wohnzimmer! Ab ins Ziel!“ Herbert hat es nach 16 Stunden, neun Minuten und 52 Sekunden tatsächlich geschafft. Ein erschöpfter, aber überglücklicher Herbert lässt mich sehr an seinem Glück teilnehmen.

Als am nächsten Abend die Siegerehrung im Festzelt im Rother Triathlon park stattfindet, können Herbert, seine Frau Thea und ich nur jubeln. Mit 75 Jahren wird der Feldhausener Deutscher Meister über die Triathlon-Langdistanz in seiner Altersklasse. Zusammen mit dem Gesamtsieger Nils Frommhold und den anderen Altersklassensiegern steht er auf der und Bühne spricht ins Mikrofon. „Der 12. Juli 2015 war mein großer Tag.“ Nils Frommhold fragte ihn nach der Siegerehrung interessiert: Wie alt bist Du? Herbert lächelt: „75“. Nils ging mit Anerkennung die Kinnlade runter: „Ob ich das noch in dem Alter schaffe!“

Herbert Piepel, 1940 in Bad Bentheim geboren, spielte in seiner Jugend Fußball und war bei den Pfadfindern aktiv. „Ansonsten gab’s in unserem Dorf Bentheim nichts.“ Nach Volksschule, Maschinenschlosserlehre und Technikerabendschule fand er 1960 eine Arbeitsstelle als Techniker für Signal- und Stellwerkspflege bei der Deutschen Bundesbahn. Anfang der 60er-Jahre leistete Herbert seinen Wehrdienst bei der Deutschen Bundesmarine ab. „Dort war ich sehr sportlich. Wir fuhren Schlauchbootrennen auf der Weser, auch das Sportabzeichen legte ich erfolgreich ab. In den 18 Monaten gab es immer wieder verschiedene Härteprüfungen. Eine erlebnisreiche und anstrengende Übung war folgende: Ein Marsch von 60 Kilometer Länge mit ganzer Kampfausrüstung auf drei Tage verteilt. Übernachtet wurde im Zwei-Mann-Zelt auf Stroh. Dazu kamen im gleichen Zeitraum Geländebeschreibung, das Graben von Deckungslöchern und ein Orientierungs-Nachtmarsch. Beim abschließenden Marsch vom Übungsgelände zur Kaserne mussten wir um die Kaserne herum weiterlaufen. Vielen war das nicht klar und drastisch sank ihnen der Mut. Auch für mich war es eine enorme Belastung.“ Ausdauer, Durchhaltevermögen und Willenskraft lernte unser eiserner Mann bei der Bundeswehr. Eigenschaften, die ihm in der schwersten Stunde seines Lebens beiseite standen.

Es ist der 06. September 1968: Signaltechniker Piepel ist im Dienst und muss

eine Weiche reparieren. Er steht unten an den Gleisen, während sich seine Kollegen oben im Stellwerk befinden. Ein heranrollender Zug wurde nicht richtig umgeleitet. Herbert sieht die herannahende Lok nicht und wird schwer am Kopf getroffen. Erst im Krankenhaus kommt Herbert wieder zu sich, mit einem gebrochenen Arm und einem gebrochenen Bein. Neben der Bewegungsunfähigkeit trägt Herbert auch neurologische Schäden davon. Sein Gehirn kann linke und rechte Körperhälfte nicht gleichmäßig steuern. Herbert scheint für immer an den Rollstuhl gefesselt zu sein. „Damals stand ich am Scheideweg meines Lebens. Der Doktor sagte zu mir: Sie werden nie wieder laufen können. Es sei denn, Sie werden Sport treiben! So wurde aus dem Rehasport der Ausdauersport. Regelmäßiges Laufen war ideal für mich, die Koordinationsfähigkeit zu trainieren. Den Rollstuhl konnte ich glücklicherweise hinter mir lassen. Was bleibt, ist eine Narbe über der rechten Schläfe und eine Schwerbehinderung von 50 Prozent auf Lebenszeit.“

Nach dem Arbeitsunfall arbeitete Herbert weiter bei der Deutschen Bundesbahn. Als technischer Betriebsinspektor im Innendienst war er dort bis zur Pensionierung tätig. Auch dem Rehasport blieb er verbunden. 1976 machte Herbert den Übungsleiterschein im Rehasport mit dem Schwerpunkt Stütz- und Bewegungsapparat. 1984 folgte ein weiterer Übungsleiterschein im Bereich Amputierte und Gliedmaßen-Geschädigte. Die Worte des Arztes



nahm Herbert sehr ernst. Mehrmals die Woche Sporttreiben war Pflicht. Die Freude am Sport wollte Herbert auch an andere Menschen weitergeben. Zwischenzeitlich von Bad Bentheim nach Feldhausen am Rande des Ruhrgebiets gezogen, wurde Herbert als Jugendtrainer im Nachbardorf Kirchhellen aktiv. Bei der TSG Kirchhellen trainierte unser Ironman in den 80er- und 90er-Jahren 10- bis 14-Jährige im Breiten-sport und im Turnen. Mittlerweile waren 50 Lebensjahre ins Land gegangen, da würde so manch Einer vom Ruhestand träumen, doch bei Herbert begann da erst die sportliche Karriere.

„Das war 1989. Durch Zufall las ich eines Morgens in der Zeitung: 1. Volkstrimmathlon in Bottrop-Kirchhellen. Neugierig meldete ich mich mit 49 Lenzen zur Teilnahme am Triathlon in meiner Wahlheimat an. Nicht verbissen, sondern ganz locker.

Im Heidhofsee fand das Schwimmen statt. Brust bin ich geschwommen, weil ich Kraulen damals noch nicht konnte. Mit meinem Damen-Hollandrad bin ich bei Sonnenschein eine Radstrecke bequem gefahren. Während der zweiten Disziplin blieb auch die Zeit, einen Erfrischungstrunk zu sich zu nehmen und sich die Waden zu massieren. Herrlich! Das abschließende Laufen fand durch den Bottroper Erholungswald statt. Der Einlauf in die Dieter-Renz-Halle war der Höhepunkt. Für 500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren und fünf Kilometer Laufen habe ich 1:12 Stunde gebraucht. Doch wichtiger war für mich: Es hat Spaß gemacht! Dadurch wurde ich angesteckt. Der Triathlon-Virus kam!“

Die 90er-Jahre trainiert Herbert fleißig. Ob Schwimmen, Radfahren, Laufen, Krafttraining, Gymnastik oder Wandern, Herbert absolviert jeden Tag eine Sporteinheit. „Mein Ziel war immer fit zu sein. Die Trainingspläne stellte ich mir je nach Zeitfenster selbst.“

Im Sommer trainiert Herbert auf dem Kirchhellener Sportplatz, inklusive Ein- und Auslaufen durch die Feld Hausener Flur. Im Winter dreht unser Ironman seine Runden auf der 800 Meter langen Pferderennbahn hinter Schloss Beck. Der sandige Boden ist gelenkschonend und herausfordernd zugleich. Seine langen Dauerläufe bestreitet Herbert durch das Münsterland, am Wesel-Datteln-Kanal oder an der Lippe entlang. Seine Radtouren führen ihn regelmäßig nach Bad Bentheim, rund 100 Kilometer von seiner Wahlheimat Feldhausen entfernt.

Das Damen-Hollandrad tauscht er schnell gegen ein gebrauchtes Rennrad ein. Auch im Schwimmen will Herbert besser werden. Während er seinen ersten Ironman noch im Bruststil absolvierte, erlernt Herbert 2000 das Kraulen. Allein. Und das mit 60 Jahren!

Gerne verbindet Herbert auch die Sportarten miteinander. So fährt er im Sommer diverse Badeseen im Münsterland mit dem Rad an und schwimmt mal eben eine Runde.

Unser unermüdlicher Feldhausener trainiert nicht nur viel in den 90er-Jahren, sondern meistert auch zahlreiche Wettkämpfe. „Viele Wettkämpfe habe ich als Training genutzt, vor allem aber habe ich aus Spaß am Sport mitgemacht. Meine Genuss-Wettkämpfe haben mich regelmäßig zum Xantener Nordsee, an den Rhein bei Bonn, zum Möhnensee oder auch ins Harrewinkeler Freibad geführt. Gerne bin ich schon am Vortag angereist und habe im Freibad gezeltet.“ Erfreut lernte ich andere Wettkämpfer in meinem Alter kennen und nutzte jedes Schwätzchen zum Austausch.

Auch in den Einzeldisziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen nimmt Herbert regelmäßig an Herausforderungen teil. Bis heute hat er über 30 Marathons gemeistert, was jeweils einer Streckenlänge von 42,195 Kilometern entspricht. Bei Stundenschwimmen spult unser Ironman Kilometer um Kilometer ab und die ADFC-Rundfahrten nimmt er gerne mit. Diese Radtouren mit Streckenlängen zwischen 70 und 200 Kilometern



finden mehrmals im Jahr sonntäglich statt. Im Winter steigerte Herbert seine Fitness mit Skilanglauf inklusive Wettkampf in den Voralpen. Schon bald sieht sich Herbert für sein nächstes Abenteuer gewappnet: Eine Alpenüberquerung mit dem Rad.

Auf der geführten Mehrtagestour geht es von München über die Alpen nach Cesenatico an der italienischen Adriaküste. Die ganze Strecke ist rund 750 Kilometer lang. In Cesenatico erfüllt sich Herbert einen Traum und nimmt an der Nove Colli teil. Diese Radrundfahrt mit über 12.000 Teilnehmern führt auf 205 Kilometern und 3.840 Höhenmetern durch die italienische Romagna. Zu bezwingen sind Nove Colli- neun Berge- an der Adriaküste. Vom Hafen in Cesenatico aus, der nach den Plänen Leonardo da Vincis erbaut wurde, geht es hoch ins Bergland an San Marino vorbei. Anschließend wird Cesena passiert und nach dem letzten der zahlreichen Anstiege ruft das Ziel in Cesenatico. Herbert hat 10 Mal an der Alpenüberquerung und der Nove Colli teilgenommen. Anfangs noch alleine, dann mit seiner Frau Thea, die er auch für den Sport gewinnen kann. Mit Thea findet Herbert eine treue Begleiterin und Unterstützerin. Ohne sie wäre so manche sportliche Herausforderung nicht möglich gewesen oder hätte nur halb so viel Spaß gemacht.

Roth – Wie Herbert zum Ironman wurde: Herberts Schwimmstätte ist sowie im Sommer als auch Winter das Gladbecker Freibad. Eifrig zieht unser Feldhausener seine Bahnen. Herbert wird auf den heimischen

Schwimmverein SV Gladbeck 13 aufmerksam. Der traditionsreiche Schwimmverein besitzt auch eine Triathlon Abteilung. Herbert überlegt nicht lange und schließt sich der Dreikampffraktion an. Bis heute tritt er bei Wettkämpfen für den Verein mit dem Dreizack im Logo an. Im Austausch mit seinen Teamkollegen fällt immer wieder das Wort Roth. Leuchtende Augen und ganze Superlative sind von seinen Vereinsfreunden zu hören: „Roth ist das Triathlon-Highlight in Deutschland! Was Hawaii für die Welt ist, das ist Roth für Europa!“

Hawaii und Triathlon? Wenn der Name der pazifischen Inselgruppe fällt, dann denkt man eher an Strandschönheiten, Blumenketten, Hawaiihemden oder auch Toast Hawaii. Aber Triathlon? Tatsächlich gilt die





Je older, desto doller: Lothar (55) und Herbert (60)

## Das Spurtduell der beiden Oldies

Horsewinkel [W] Je older, desto doller - frei nach diesem Motto lieferten sich die 55-jährige Lothar Becker aus Ceringhausen und sein 60-jähriger Kumpel Herbert Piepel aus Bötrop beim Horse-

wäcker Triathlon ein packendes Fotofinish. Und das just zu dem Zeitpunkt, als Mitteldistanz-Sieger Paul Kemper erwartet wurde. Sprinteinlage von Lothar und Herbert - das Publikum war begeistert.

Die beiden Triathlon-Oldies hatten sich an diesem Wochenende viel vorgenommen und redeten mühsam für die harte Mitteldistanz. Im Schwimmbecken und auf dem Dreirad waren die beiden auch noch - nicht unbedingt - doch nach dem Wechsel von der Rad- auf die Laufstrecke gab es Lothar und Herbert nur noch im Doppelpack. So liefen die beiden über 11,5 bis 22 Kilometer nebeneinander her und lieferten bei dem Zielband viel Zeit, schoben etwas zu können und sich anzufressen.

Als das Zielband dann jedoch in Sicht kam, ging der Ehrgeiz mit dem schnellen Lothar durch: «Wenn ich das Ziel sehe, muss ich immer auf Treidel können raus kommen», gefolgt der Ordnungsbauener Herbert stante zwar zuerst nicht schlecht, als sein neuer Kumpel die Zielband plötzlich wie von der Wandel getrieben davonrannte. Er hatte sich aber schnell wieder gefangen und drückte nun, inzwischen hinter dem Applaus des Publikums, ebenfalls mächtig auf die Tube. So stampften die struppigen Triathlon-Oldies mit regelbarem Tempo durch den Zielkanal, nur um am Ende doch gemeinsam den Zielschritt zu spüren.

«Das wider, Schwimmer» kann ich mir einfach nicht abgetrieben», lachte Lothar im Ziel, «das geht mir bei Herzmuskel, aber wenn ...» Dann Hermann



Die Triathlon-Oldies Lothar Becker und Herbert Piepel (zusammen 105 Jahre alt) schenken sich nichts und legen im Zielband einen kurzen Endspurt hin.

Lothar: «Mein Herzmuskel Die Triathlon (ist Pflicht) war der 55-Jährige bereits 1981 dabei, seine Distanz liegt bei durchschnittlich 2,8 Stunden. Leichtathletik und Triathlon liegen bei Lothar Becker übrigens in der Familie. Seine Söhne Stefan und Michael gingen in Horsewinkel ebenfalls

über die Mitteldistanz ins Rennen. «Dieser Wettkampf war ein Super-Training für den Ironman», erinnerte Lothar schließlich. «Was da macht da auch null?», fragte Herbert verärgert. «Ihr seht wir uns ja dort! Ob Lothar und Herbert auch in Roth wieder ins Ziel sprinten!

Inselgruppe als Ursprung des Triathlons. Es ist das Jahr 1978. Am Rande einer Laufveranstaltung auf Hawaii diskutieren mehrere Sportler, ob Schwimmer, Radfahrer oder Läufer am fittesten sind. Der Navi-Offizier John Collins schlägt vor, diese Frage durch einen Wettkampf herauszufinden. Konkret meint er die Kombination der drei härtesten Ausdauerwettbewerbe auf Hawaii: Das Waikiki-Rough-Water-Schwimmen über 3,8 Kilometer, das Around-Oahu-Radrennen über 180 Kilometer und den Honolulu-Marathon über 42,195 Kilometer. Als sich 15 wagemutige Sportler der Herausforderung stellen, ruft Collins an der Startlinie: „Whoever finnischer First, we will call him the Ironman!“ (Wer auch immer zuerst ins Ziel kommt, wir werden ihn den Ironman nennen!) Zwölf Dreikämpfer schaffen es ins Ziel. Sieger des ersten Ironmans wird der Taxifahrer Gordon Haller, der die Langdistanz in 11:46:58 Stunden zurücklegt.

Die Nachricht über das außergewöhnliche Sportevent geht um die Welt. Innerhalb kürzester Zeit entstehen hunderte Triathlon Veranstaltungen über die verschiedensten Streckenlängen. 1984 feiert der Franken-Triathlon im beschaulichen Roth seine Premiere. Die ursprünglichen Streckenlängen von 700 Meter Schwimmen, 40 Kilometer Radfahren und zehn Kilometer Laufen werden schnell auf „Ironman-Niveau“ angepasst. Hawaii ist bis heute Austragungsort der jährlichen Weltmeisterschaft in der Triathlon-Langdistanz. Und Roth vermarktet sich mit mehr als 5.000 Teilnehmern, 6000 Helfern und über 250.000 Zuschauern als weltweit größtes Triathlon-Event.

Herbert ist sofort begeistert. Die Ironman-Distanz übertrifft alles Dagewesene. Bisher hatte er Sprint-, Kurz- und Mitteldistanzen im Triathlon absolviert. Nun jedoch visiert unser Feldhausener die Ironman-Distanz an, die doppelt so lang ist wie die Mitteldistanz. Wahrlich keine leichte Aufgabe, aber Ansporn zugleich. „2000 war ich bereit meinen ersten Ironman in Roth auszuprobieren. Ich ging in der Altersklasse M60 an den Start. Großartig vorbereitet hatte ich mich nicht, aber durch das jahrelange Training hatte ich eine sehr gute Grundkondition. Nach 13:38 Stunden erreichte ich stolz das Ziel.“

In den 2000er-Jahren durchläuft Herbert acht weitere Male das Ziel in Roth. Nimmermüde ist unser Feldhausener bei zahlreichen Triathlons am Start. 2015 feiert Herbert seinen 75. Geburtstag. Er wünscht sich, noch einmal in Roth an den Start zu

gehen. Fleißig trainiert unser Ironman im Frühjahr seine Ausdauer. Endlich ist es soweit und der Wettkampftag steht an. Es ist 6 Uhr morgens. Herbert überprüft ein letztes Mal seine Wechselsachen und sein Rennrad.

Anschließend steigt er im Neoprenanzug ins kalte Wasser des Main-Donau-Kanals, der an diesem Tag für den Schiffsverkehr gesperrt ist. Alle des 1. Starts schwimmen sich ein. Feierlich erklingt die Startmelodie, der Eventsprecher lässt die Spannung bei tausenden Zuschauern auf der Brücke und am Kanal explodieren. Um 6:30 Uhr ertönt der 1. Startkanonenschuss! Zusammen mit den schnellsten 50 Männern und den älteren Teilnehmern schwimmt er los. Im Minutentakt folgen weitere Startergruppen. Die Menschen stehen am Kanal und feuern die Triathleten an, Heißluftballons starten. Die Polizei zählt an diesem Tag rund 260.000 Zuschauer. Alle 6.000 freiwilligen Helfer sind bereit zum Einsatz und Herbert ist mittendrin.

In der ersten Wechselzone steigt Herbert auf sein Rennrad. 180 Kilometer stehen vor ihm. Am Rothsee vorbei, geht es durch die Wälder im südlichen Landkreis Roth. In Eckersmühlen durchfährt unser Ironman die Biermeile, wo sich mehrere hundert Meter ein Biertisch nach dem anderen reiht. Das ganze Dorf jubelt den Dreikämpfern zu. Beim Bäcker Distler in Kleinhöbing erhält er persönlich sein bestelltes Brötchen. In Hilpoltstein wartet der Solarer Berg auf Herbert. Dicht gedrängt

stehen die Zuschauer hier. Nur ein lenkerbreiter Spalt bleibt den Sportlern, um in der Gasse den Berg hochzufahren. Nach zwei Runden hat Herbert den Ortseingang von Roth erreicht. In der zweiten Wechselzone tauscht er sein Rennrad gegen die Lafschuhe ein. Sehnsüchtig erwartet von einer ganz speziellen Helferin in der Wechselzone 2, seiner Frau Thea.

Noch einmal geht es am Kanal entlang, bis zur Schleuse, nach Leerstetten und zurück. Herbert kämpft mit sich. Er hat etwas Falsches getrunken, sein Magen rebelliert. Allen Schwierigkeiten zum Trotz schafft es unser Feldhausener ins Ziel. Und das mit 75 Jahren!

„Rückblickend habe ich es am Wettkampfangang ruhig angehen lassen. Zum Schluss wollte ich lieber noch etwas drauflegen. Am Anfang schnell Heizen bringt nicht viel, denn vorm Ziel müssen Käppi und Startnummer richtig liegen. Heute mit 80 Jahren bin ich noch nicht abgeschrieben. Aus Spaß und Freude werde ich an dieser Sportart weiterhängen. Ich suche die Herausforderung und gebe niemals auf. Solange ich noch Schmerzen habe, weiß ich, dass ich noch am Leben bin. Mein Motto ist: Geht nicht muss man immer abwürgen!“

Die schwersten 2 Km meines Lebens...

Danke Yannick, dass du mich ins Ziel geholt hast.

Herbert



**ELE** 

Energie für Gladbeck.



**ELE TRIATHLON**

**GLADBECK**

**26.05.2024**

**BITTE VORMERKEN!**



heweadruck

TYPODESIGN



## Wir trauern um

### Horst Bornschein

geb. 17.06.1953

Vereinsmitglied seit 05.01.2019

### Dieter Potrebtsch

geb. 18.01.1955

Vereinsmitglied seit 01.01.2016

### Heinrich Bossler

geb. 14.09.1929

Vereinsmitglied seit 01.11.1947

### Helmut Wiegmann

geb. 22.06.1953

Vereinsmitglied seit 01.01.1963

### Otto Holzer

geb. 31.08.1947

Vereinsmitglied seit 09.06.1973



# Jubilare 2024

## 25 Jahre

Isabel Berkel • Nathalie Brenner • Renate Brenner • Doris Heitfeldt  
Dirk Misia • Peter Rode • Rolf Rohmert

## 50 Jahre

Kai Barwich • Karlheinz Carolus • Burkhard Dinklage • Heiner Dume  
Peter Herzogenrath • Peter Janko • Peter Kauch • Peter Rimmel  
Klaus Wegmann • Josef Wachtmeister Wilhelm Wachtmeister

## 75 Jahre

Hans-Georg Kueper

# Runde Geburtstage 2024

## 50 Jahre

Thomas Karwig	01.01.1974
Sabine Schön	01.01.1974
Marc Fröhlich	08.01.1974
Frank Gosebrink	14.01.1974
Daniela Blacha	26.01.1974
Sabine Lödschack	30.01.1974
Malte Blomeier	10.02.1974
Julia Mareike D'Amico	05.04.1974
Maike Gehring	08.05.1974
Jana Stier	20.05.1974
Johanna Schumann	22.07.1974
Nicole Wegner-Ferschen	01.10.1974
Britta Dellnitz	05.11.1974
Jörg Peter Karrie	12.11.1974
Andreas Adamski	10.12.1974
Kai Barwich	18.12.1974
Dirk Kandler	31.12.1974

## 60 Jahre

Ina Uhländer	08.02.1964
Klaus Ingenerf	17.02.1964
Regina Grieco	21.02.1964
Volker Lohkamp	21.03.1964
Bernd Schuwerack	22.03.1964
Silke Schwarz	24.04.1964
Susanne Düllberg-Haß	11.05.1964
Markus Epping	12.05.1964
Uwe Brockmann	10.06.1964
Marion Schneider	11.07.1964
Sabine Naskrent	05.08.1964
Klaus Rimkus	11.08.1964
Dorothee Brauckmann	14.09.1964
Andrea Sosnowski-Hellwig	02.10.1964
Björn Bergmann	04.11.1964
Knut Schwietering	07.12.1964

## 65 Jahre

Doris Schnippenkötter	01.01.1959
Manfred Siedenbiedel	07.02.1959
Marina Potrebitch	22.02.1959
Elke Dornberg	10.05.1959
Klaus Wegmann	13.05.1959
Norbert Lochmann	30.05.1959
Martina Stoppa	28.06.1959
Ursula Wiehler	29.06.1959
Thea Piepel Redenz	22.07.1959
Axel Husemann	13.08.1959
Rainer Bunk	30.08.1959
Jürgen Behr	14.09.1959
Andreas Wiertner	17.09.1959
Hubert Hermeler	19.10.1959
Andreas Schulte-Terhusen	09.11.1959
Michael Sinke	14.11.1959
Peter Lange	25.11.1959

## 70 Jahre

Peter Rimmel	03.02.1954
Helga Paczkowski	13.05.1954
Peter Steinert	20.06.1954
Dirk Stabenow	18.07.1954
Jürgen Schramm	10.08.1954
Hans-Joseph Scholten	08.09.1954
Hannelore Reichstein	27.09.1954
Jörn Reichstein	27.09.1954
Dieter Nock	05.10.1954
Christoph Spickermann	25.10.1954
Georg Rötzer	30.11.1954

## 75 Jahre

Manfred Niklas	13.01.1949
Joachim Roßmann	05.02.1949
Roswitha Zurhausen	04.03.1949
Johanna Klaas	30.03.1949
Renate Rohde	04.04.1949
Werner Hüppe	26.04.1949
Uwe Koeppenkastrop	27.04.1949
Jutta Stöhr	13.05.1949
Ursula Jatzkowski	16.05.1949
Ulrich Heitfeldt	15.06.1949
Bernd Grewer	18.07.1949
Brigitte Schneider	21.09.1949
Jürgen Maier	23.09.1949
Augustin Reinhard	07.10.1949
Volker Knake	20.12.1949

## 80 Jahre

Christa Markwitz	04.01.1944
Maria Moehlen	10.02.1944
Ulrich Donatz	22.08.1944

## 85 Jahre

Hans-Georg Kueper	15.02.1939
Rosemarie Pöstgens	29.03.1939
Marlies Weitkaemper	21.07.1939
Hans Peter Boden	02.08.1939
Heiner Dume	04.09.1939
Helmut Richter	10.11.1939
Anneliese Wiese	11.11.1939
Elmar Meiners	04.12.1939



