



ANPFIFF

März 2018

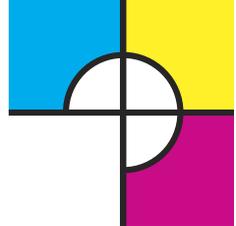


Wir bewegen Russee

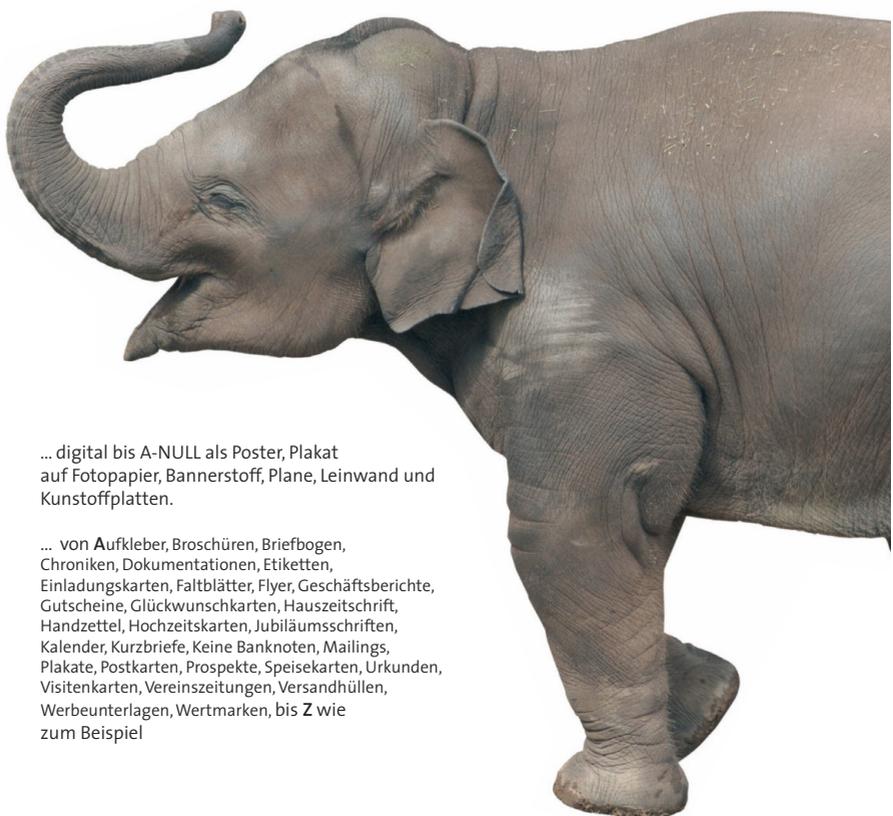


Das Magazin des TSV für ganz Russee

Simons drucken ...



Für Sie machen wir aus 'ner Mücke 'nen Elefanten.



... digital bis A-NULL als Poster, Plakat
auf Fotopapier, Bannerstoff, Plane, Leinwand und
Kunststoffplatten.

... von Aufkleber, Broschüren, Briefbogen,
Chroniken, Dokumentationen, Etiketten,
Einladungskarten, Faltblätter, Flyer, Geschäftsberichte,
Gutscheine, Glückwunschkarten, Hauszeitschrift,
Handzettel, Hochzeitskarten, Jubiläumsschriften,
Kalender, Kurzbriefe, Keine Banknoten, Mailings,
Plakate, Postkarten, Prospekte, Speisekarten, Urkunden,
Visitenkarten, Vereinszeitungen, Versandhüllen,
Werbeunterlagen, Wertmarken, bis Z wie
zum Beispiel





- 5 Vorstand
- 8 Einladung zur Jahresmitgliederversammlung
- 9 Vorschlag Satzungsänderung
- 13 Aktuelles aus der Tennisparte
- 22 Russeer Frühjahrsshow 2018
- 23 Votturner/Innen gesucht
- 25 Fußball E-Jugend
- 29 Richtig fit ab 60
- 31 Yoga im TSV Russee
- 34 Tischtennis
- 38 Fußball Trainer
- 39 Angebote Erwachsene
- 40 Angebote Kinder und Jugendliche
- 41 Who is Who im TSV
- 42 Neue Mitglieder

Titelbilder

oben links: Fußball E-Jugend

unten: Yoga Gruppe

Herausgeber

TSV Russee von 1924 e.V.
Rendsburger Landstraße 251
24113 Kiel
Tel. 0431/68 82 92

**Redaktionsschluss für
die JuniAusgabe:
26.05.2018**

TSV-Sportgaststätte-

Rendsburger Landstraße 251,
24113 Kiel, Tel. 68 87 82,
Fax: 68 87 95

Geöffnet:

Di-Fr ab 17 Uhr, Sa und So
abhängig vom Spielbetrieb
oder nach Vereinbarung

TSV Russee ANPFIFF

erscheint vierteljährlich in einer
Auflage von 3600 Exemplaren und wird
an alle Haushalte
in Russee verteilt.

Anzeigenpreise auf Anfrage
TSV Russee, Tel. 0431/68 82 92,
eMail: tsv.russee@t-online.de

Redaktion

Gerd Bauer
Tel. 69 01 26
eMail: gerd.bauer@ki.tng.de

Fotos: Jan Romanowski
email: jan.romanowski@t-online.de

AnpfiFF Online unter
www.tsv-russee.de

Druck

Druckerei Simons GbR

Rendsburger Landstr. 224
24113 Kiel
Tel. 0431/66150-0
www.simons-drucken.de

Geschäftsstelle

Bärbel Deipenau
Rendsburger Landstraße 251
24113 Kiel
Tel. 0431/68 82 92

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag von 8.00 bis
12.00 Uhr, Mittwoch auch
von 14.30 bis 18.00 Uhr.

Bankverbindung:

Kieler Volksbank e.G.
IBAN DE66210900070061464104
BIC GENODEF1KIL

Liebe Mitglieder und Freunde des TSV, liebe Russeer,

es ist mir eine besondere Herzensangelegenheit unsere aktuelle erste Ausgabe des Jahres 2018 dafür zu nutzen, die geschätzte Aufmerksamkeit des Lesers auf einen Personenkreis in unserem Verein zu lenken, der nicht so oft im Fokus steht, nämlich auf unsere langjährigen Mitglieder, die uns seit 50 und mehr Jahren die Treue halten.

Zum heutigen „Zeitgeist“ gehört leider auch das neumodische Hobby des „Vereins-Hopping“, also mal ein paar Jährchen in diesem Verein, mal in jenem, und dann vielleicht in gar keinem Verein aktiv zu sein.

Nicht so bei den jahrelangen Stützen unseres Vereins, bei denen ich mich auf diesem Wege für ihre beständige und verlässliche Verbundenheit bedanken möchte. Ihr habt schon vieles erlebt und bringt deshalb Kontinuität und einen reichen Erfahrungsschatz in unseren Verein mit ein. Darauf können wir aufbauen und dafür sind wir dankbar. Es ist nicht selbstverständlich über einen so langen Zeitraum die Vereinsmitgliedschaft so engagiert und zuverlässig aufrechtzuerhalten. Wir sind sehr froh, dass ihr uns als erfahrene Ratgeber und Unterstützer jederzeit zur Seite steht und euch mit viel Engagement und uneigennützig für unseren Verein einsetzt.

Aus diesem Grund hat der Vorstand entschieden neben der Begrüßung unserer neuen Mitglieder auch in bestimmten Zeitabständen eine aktuelle Liste unserer langjährigen Mitglieder im „Anpfiff“ zu veröffentlichen.

über 70 Jahre Mitgliedschaft

Horst Nebendahl	Eintritt 1947
Else Rehder	Eintritt 1947
Eggert Rehder	Eintritt 1947
Ingeburg Schwindt	Eintritt 1932

über 60 Jahre Mitgliedschaft

Hans Otto Albrecht	Eintritt 1956
Stefanie Nebendahl	Eintritt 1952
Hugo Zahn	Eintritt 1958
Horst Hilbert	Eintritt 1958
Werner Kaiser	Eintritt 1955

über 50 Jahre Mitgliedschaft

Gerd Bauer	Eintritt 1967
Ingeborg Borchardt	Eintritt 1967
Bernd Borghardt	Eintritt 1963
Udo Boschmann	Eintritt 1960
Carsten Kähler	Eintritt 1962
Dirk Kähler	Eintritt 1962
Elfriede Kaiser	Eintritt 1967
Adelheid Koch	Eintritt 1960
Erhardt Lange	Eintritt 1960
Frank Marczinski	Eintritt 1966
Hans-Jürgen Skubsch	Eintritt 1963
Lutz Thedens	Eintritt 1964
Jens Thedens	Eintritt 1964
Susane Walkenhorst	Eintritt 1965

Vorstand

Am Freitag, 23. Februar 2018 gab es im Rahmen unseres traditionellen Mitarbeitertreffens wieder einen gesellschaftlichen Anlass uns in vertrauter Runde beim Grünkohlessen gedanklich auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen und alte wieder aufleben zu lassen. In diesem Zusammenhang richtet sich mein ausdrücklicher herzlicher Dank an alle TrainerInnen, BetreuerInnen, ÜbungsleiterInnen, HelferInnen, MitarbeiterInnen, Spartenleitungen und Kassenprüfer für die geleistete Arbeit und euer engagiertes ehrenamtliches Wirken für unseren TSV Russee.



An dieser Stelle auch nochmal ein dickes Lob und Anerkennung für unsere Vereinswirtin Anja und ihr Team, die wieder einmal für ausgezeichnete Beköstigung und freundliche Bedienung verantwortlich zeichneten.

Am Sonnabend, 17. März 2018 wird die diesjährige Russeer Frühjahrsshow stattfinden. Organisiert und durchgeführt von Anja Koall werden ambitionierte Tanzgruppen aus ganz Kiel ihre künstlerischen Darbietungen in der großen Sporthalle an der Grundschule Russee zum Besten geben. Es erwartet euch ein gewohnt attraktives und tolles Programm mit vielen Höhepunkten.

Schaut einfach mal vorbei und habt gemeinsam Spaß.

Denjenigen von euch, die häufiger auf unserem Areal anzutreffen sind oder die Wege rund um den Russee für einen Spaziergang nutzen, ist es sicherlich nicht entgangen, dass auf unserer Sportanlage aktuell eine bauliche Maßnahme durch-

geführt wird.

Die Zaunanlage rund um unser Gelände und die Sportplätze wird erneuert. Der Vorstand bedankt sich im Namen aller Vereinsmitglieder für die Ausführung der erforderlichen Arbeiten bei der Stadt Kiel. Wenn dann jetzt noch der seit mehr als 2 Jahren auf seine Sanierung wartende Flutlichtmast auf dem B-Platz gerichtet wird und für die Maulwürfe, die sich trotz der in 2015 errichteten Maulwurfssperre offensichtlich sehr wohl auf unseren Sportplätzen fühlen, eine neue Heimat gefunden wird, könnten auch diese Themen ad acta gelegt werden. Die bisherigen Bemühungen der Stadtverwaltung waren diesbezüglich leider noch nicht zielführend. Vielleicht hat ja der/die ein oder andere „*Fachfrau/-mann*“ einen Tipp für uns, wie wir unsere Maulwürfe zu einem Umzug „*überreden*“ können. Vorschläge bitte direkt an den Vorstand oder die Geschäftsstelle.

Im Hinblick auf unsere Jahresmitgliederversammlung (JMV), die wir auf den 18. April 2018 terminiert haben, möchte ich auf die vom Vorstand vorgeschlagene Satzungsänderung in § 15 Zusammensetzung und Wahl und § 16 Aufgaben des geschäftsführenden Vorstandes besonders hinweisen. Die Einladung und die angestrebte Änderung findet ihr in Form einer Gegenüberstellung in dieser Ausgabe.

Der Vorstand freut sich über eine rege Beteiligung und möchte gerne alle Mitglieder, welche die Zukunft unseres Vereins aktiv mitgestalten möchten, persönlich auf der JMV begrüßen.

In diesem Sinne... wir sehen uns.

Bernd Purrucker



Praxis für Physiotherapie Dirk Köppe

Seekoppelweg 10

24113 Kiel

Tel:0431-260 97 978

Fax:0431-260 97 898

www.physiotherapie-koeppe.de

Krankengymnastik • Massage • Lymphdrainage • Manuelle Therapie • Hausbesuche



**Einladung zur Jahresmitgliederversammlung am
Mittwoch, 18.04.2018 um 19:30 Uhr
in der Vereinsgaststätte des TSV Russee**

Tagesordnung:

1. Begrüßung, Eröffnung und Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung zur Jahresmitgliederversammlung (JMV) durch den 1. Vorsitzenden.
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Genehmigung des Protokolls der letzten JMV vom 22.09.2017. Das Protokoll ist am schwarzen Brett im Vereinsheim ausgehängt. Die Berichterstattung erfolgte im Vereinsmagazin *Anpiff*.
4. Ehrungen
5. Jahresbericht des Vorstandes
6. Berichte der Spartenleiter
7. Kassenbericht und Bericht der Kassenprüfer
8. Genehmigung des Haushaltsabschlusses 2017
9. Entlastung des Vorstandes
10. Vorlage und Genehmigung des Haushaltsvoranschlags 2018
11. Satzungsänderung in § 15 Zusammensetzung und Wahl und § 16 Aufgaben des geschäftsführenden Vorstandes.
12. Wahlen:
 - 1. Vorsitzende/r
 - Schriftwart/in
 - 1., 2. und 3. Beisitzer/in
 - Kassenprüfer/in
13. Anträge – sind mindestens 3 Tage vor der JMV beim Vorstand einzureichen
14. Verschiedenes

Bernd Purrucker

TSV Russee, Rendsburger Landstr. 251, 24113 Kiel, Tel. 0431 – 688292,
Mail: tsv.russee@t-online.de - Internet: www.tsv-russee.de

Bankverbindung: Kieler Volksbank – Kto.-Nr. 61464104 – BLZ 21090007 – IBAN: DE66210900070061464104

Geschäftszeiten Mo., Die., Do. 8.00 bis 12.00 Uhr
Mittwoch 8.00 bis 12.00 Uhr 14.30 bis 18.00 Uhr

§§ 15, 16 vorgeschlagene neue Fassung	§§ 15, 16 bisherige Fassung
<p>§. 15_Zusammensetzung und Wahl</p> <p>Der Vorstand des TSV Russee besteht aus dem geschäftsführenden und dem erweiterten Vorstand.</p> <p>(1) Der geschäftsführende Vorstand besteht aus:</p> <p>a) der/dem 1. Vorsitzenden b) der/dem 2. Vorsitzenden c) der/dem Kassenwart/in d) der/dem Schriftführer/in und e) höchstens drei Beisitzerinnen (1., 2. und 3. Beisitzer/in) die aus dem Kreise des geschäftsführenden Vorstands nach Bedarf vorgeschlagen werden können.</p> <p>(2) Der erweiterte Vorstand besteht aus:</p> <p>a) dem geschäftsführenden Vorstand b) den Spartenleiter/n/innen c) der/dem Vereinsjugendwart/in d) weiteren Mitgliedern, die der geschäftsführende Vorstand nach Bedarf vorschlagen kann.</p> <p>Ist ein/e Spartenleiter/in verhindert, kann ihr/e/ bzw. sein/e Vertreter/in an Sitzungen des erweiterten Vorstandes stimmberechtigt teilnehmen.</p> <p>(3) Die Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes werden von der Mitgliederversammlung gewählt. Dabei sollen die Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes nicht zugleich einer von einer Sparte gewählten Spartenleitung angehören. Die Spartenleiter/innen gehören kraft Amtes dem erweiterten Vorstand an. Die/der Vereinsjugendwart/in ist auf Vorschlag der Jugendvertretung zu wählen. Ist kein/e Vereinsjugendwart/in gewählt, nehmen die Jugendwart/e/innen der Sparte deren/dessen Aufgaben im erweiterten Vorstand wahr.</p>	<p>§. 15_Zusammensetzung und Wahl</p> <p>Der Vorstand des TSV Russee besteht aus dem geschäftsführenden und dem erweiterten Vorstand.</p> <p>(1) Der geschäftsführende Vorstand besteht aus:</p> <p>a) der/dem 1. Vorsitzenden b) der/dem 2. Vorsitzenden c) der/dem 1. Kassenwart/in d) der/dem 1. Schriftführer/in und e) der/dem Pressewart/in.</p> <p>(2) Der erweiterte Vorstand besteht aus:</p> <p>a) dem geschäftsführenden Vorstand b) den Spartenleiter/n/innen c) der/dem Vereinsjugendwart/in d) weiteren Mitgliedern, die der geschäftsführende Vorstand nach Bedarf vorschlagen kann.</p> <p>Ist ein/e Spartenleiter/in verhindert, kann ihr/e/ bzw. sein/e Vertreter/in an Sitzungen des erweiterten Vorstandes stimmberechtigt teilnehmen.</p> <p>(3) Die Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes werden von der Mitgliederversammlung gewählt. Dabei sollen die Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes nicht zugleich einer von einer Sparte gewählten Spartenleitung angehören. Die Spartenleiter/innen gehören kraft Amtes dem erweiterten Vorstand an. Die/der Vereinsjugendwart/in ist auf Vorschlag der Jugendvertretung zu wählen. Ist kein/e Vereinsjugendwart/in gewählt, nehmen die Jugendwart/e/innen der Sparte deren/dessen Aufgaben im erweiterten Vorstand wahr.</p>

(4) **Gewählt werden für den** geschäftsführenden Vorstand in einem Jahr mit gerader Zahl:

die/der 1. Vorsitzende/r, die/der **Schriftwart/in** sowie ggf. **die/der 1. und 3. Beisitzer/in**

und in einem Jahr mit ungerader Zahl:

die/der 2. Vorsitzende/r, die/der **Kassenwart/in** sowie ggf. **die/der 2. Beisitzer/in**.

Die Vorstandsmitglieder bleiben im Amt, bis eine Neuwahl erfolgt ist. Erfolgt auf der Mitgliederversammlung keine Neuwahl eines Vorstandsmitgliedes, bleiben die Vorstandsmitglieder bis zu einer außerordentlichen Mitgliederversammlung im Amt. Die außerordentliche Mitgliederversammlung muss innerhalb von acht Wochen nach der ordentlichen Mitgliederversammlung einberufen werden, ansonsten endet das Vorstandsmandat nach Ablauf von zwei Monaten nach der ordentlichen Mitgliederversammlung. Wiederwahl ist zulässig.

(5) **Die** Wahl der weiteren Mitglieder des erweiterten Vorstandes **erfolgt ggf.** in einem Jahr mit ungerader Zahl.

§. 16 Aufgaben des geschäftsführenden Vorstandes

(1) Der geschäftsführende Vorstand leitet den Verein. Er vertritt ihn gerichtlich und außergerichtlich (§ 26 BGB). Je zwei geschäftsführende Vorstandsmitglieder, **von denen eines die/der 1. oder 2. Vorsitzende sein muss**, sind gemeinschaftlich vertretungsberechtigt.

(2) Dem geschäftsführenden Vorstand obliegt die laufende Verwaltung des Vereins. Er führt sie nach Maßgabe der satzungsmäßigen

(4) Wahl des geschäftsführenden Vorstandes in einem Jahr mit gerader Zahl:

1. Vorsitzende/r und die/der 1 Schriftwart/in

in einem Jahr mit ungerader Zahl:

2. Vorsitzende/r, 1. Kassenwart/in, Pressewart/in

Die Vorstandsmitglieder bleiben im Amt, bis eine Neuwahl erfolgt ist. Erfolgt auf der Mitgliederversammlung keine Neuwahl eines Vorstandsmitgliedes, bleiben die Vorstandsmitglieder bis zu einer außerordentlichen Mitgliederversammlung im Amt. Die außerordentliche Mitgliederversammlung muss innerhalb von acht Wochen nach der ordentlichen Mitgliederversammlung einberufen werden, ansonsten endet das Vorstandsmandat nach Ablauf von zwei Monaten nach der ordentlichen Mitgliederversammlung. Wiederwahl ist zulässig.

(5) Wahl der weiteren Mitglieder des erweiterten Vorstandes in einem Jahr mit ungerader Zahl

§. 16 Aufgaben des geschäftsführenden Vorstandes

(1) Der geschäftsführende Vorstand leitet den Verein. Er vertritt ihn gerichtlich und außergerichtlich (§ 26 BGB). Je zwei geschäftsführende Vorstandsmitglieder sind gemeinschaftlich vertretungsberechtigt.

(2) Dem geschäftsführenden Vorstand obliegt die laufende Verwaltung des Vereins. Er führt sie nach Maßgabe der satzungsmäßigen

Beschlüsse der Mitgliederversammlung und des erweiterten Vorstandes in pflichtmäßigem Ermessen aus. Mit der Erfüllung bestimmter Aufgaben kann er unter Beachtung der nachfolgenden Bestimmungen einzelne Mitglieder beauftragen.

(3) Die/der 1. Vorsitzende repräsentiert den Verein, insbesondere in der Öffentlichkeit und in Zusammenarbeit mit den Spartenleiter/n/innen gegenüber Dach- und Fachverbänden. Ihr/ihm obliegt die Koordinierung der Arbeit im geschäftsführenden und im erweiterten Vorstand sowie die Einberufung und Leitung der Sitzungen. Bei Verhinderung vertritt sie/ihn die/der 2. Vorsitzende.

(4) Die/der Schriftwart/in ist in Zusammenarbeit mit der/dem Vorsitzenden für den gesamten Schriftwechsel des Vorstands verantwortlich. Sie/er hat für die ordnungsgemäße Protokollierung bei den Vorstands- und Mitgliederversammlungen Sorge zu tragen.

(5) Der/dem Kassenwart/in obliegt die gesamte Finanzverwaltung des Vereins. Diese umfasst sämtliche Einnahmen und Aufwendungen des Vereins und seiner Sparten. Die/der Kassenwart/in hat die Einhaltung des Haushaltsplanes durch die Sparten zu überwachen und bei Mängeln unverzüglich den geschäftsführenden Vorstand zu unterrichten. Am Schluss des Rechnungsjahres hat sie/er die Jahresrechnung aufzustellen.

(6) Dem geschäftsführenden Vorstand obliegt die Bezuschussung von Sportveranstaltungen.

(7) Der geschäftsführende Vorstand nimmt die Einstellung und Entlassung hauptamtlicher Mitarbeiter/innen vor. Er ist Vorgesetzter der hauptamtlichen Mitarbeiter. Die frei- und nebenberuflich als Übungsleiter für den TSV Russee tätigen Mitarbeiter bedürfen zu ihrer Tätigkeit der Zustimmung des geschäftsführenden Vorstands.

Beschlüsse der Mitgliederversammlung und des erweiterten Vorstandes in pflichtmäßigem Ermessen aus. Mit der Erfüllung bestimmter Aufgaben kann er unter Beachtung der nachfolgenden Bestimmungen einzelne Mitglieder beauftragen.

(3) Die/der 1. Vorsitzende repräsentiert den Verein, insbesondere in der Öffentlichkeit und in Zusammenarbeit mit den Spartenleiter/n/innen gegenüber Dach- und Fachverbänden. Ihr/ihm obliegt die Koordinierung der Arbeit im geschäftsführenden und im erweiterten Vorstand sowie die Einberufung und Leitung der Sitzungen. Bei Verhinderung vertritt sie/ihn die/der 2. Vorsitzende.

(4) Die/der Schriftwart/in ist in Zusammenarbeit mit der/dem Vorsitzenden für den gesamten Schriftwechsel des Vorstands verantwortlich. Sie/er hat für die ordnungsgemäße Protokollierung bei den Vorstands- und Mitgliederversammlungen Sorge zu tragen.

(5) Der/dem Kassenwart/in obliegt die gesamte Finanzverwaltung des Vereins. Diese umfasst sämtliche Einnahmen und Aufwendungen des Vereins und seiner Sparten. Die/der Kassenwart/in hat die Einhaltung des Haushaltsplanes durch die Sparten zu überwachen und bei Mängeln unverzüglich den geschäftsführenden Vorstand zu unterrichten. Am Schluss des Rechnungsjahres hat sie/er die Jahresrechnung aufzustellen.

(6) Dem geschäftsführenden Vorstand obliegt die Bezuschussung von Sportveranstaltungen.

(7) Der geschäftsführende Vorstand nimmt die Einstellung und Entlassung hauptamtlicher Mitarbeiter/innen vor. Er ist Vorgesetzter der hauptamtlichen Mitarbeiter. Die frei- und nebenberuflich als Übungsleiter für den TSV Russee tätigen Mitarbeiter bedürfen zu ihrer Tätigkeit der Zustimmung des geschäftsführenden Vorstands.

PRAXIS BALLHAUS

- ♣ Osteopathie
- ♣ Faszientherapie
- ♣ Darmgesundheit

David Ballhaus – Heilpraktiker

Russeer Weg 45
24111 Kiel
Tel. 0173 44 6 44 35
www.praxis-ballhaus.de



Dr. med. dent. Gabriele Triebel
Dr. med. dent. Kai-Gerrit Mews
Dr. med. dent. Nicole Munde
Zahnärztin Sarah Triebel

Wir für Sie persönlich in Russee

- ➔ Laserbehandlung
- ➔ Lachgassedierung
- ➔ Spez. Angstbehandlung



69 19 69 Russeer Weg 2, 24111 Kiel

www.zahnarzt-russee.de



Folgen Sie uns auf facebook!

Zur neuen Sommersaison

Rückblick:

Im vergangenen Jahr wurden unsere Umkleide- und Duschräume von Grund auf renoviert und die Pflasterarbeiten hinter den Plätzen 3 und 4 fertig gestellt:

Wo bisher Disteln und Wildwuchs herrschten, wurde eine Rasenfläche von ca.500 qm (70x7m) angelegt und die Bereiche zwischen der Tenniswand und Platz 3, sowie zwischen der Rasenfläche und den Plätzen 3 und 4, wurden gepflastert. So befindet sich jetzt um und zwischen den Plätzen statt einer Unkrautfläche eine Rasen- und Gehwegfläche.

Im Januar 2018 wurde die Renovierung der Plätze – was insbesondere Zäune und Türen betrifft - abgeschlossen:

Die Tennisanlage ist jetzt in sich geschlossen. Und zwar durch 5 Eingangs-/Ausgangstore. Die Rasenfläche ist direkt durch Öffnungen in den Tennisplätzen erreichbar.

Wir müssen dann also nicht mehr wie bisher um die Plätze herumlaufen, um "versemmelte Bälle" zu holen. Drei Notausgänge wurden eingerichtet und durch Hinweisschilder kenntlich gemacht. Damit hat die Firma Familia die zugesagten Fluchtwege.

Turniere, Winterpunktspiele und Mannschaftsmeldungen

Jugend

Am 3.12.2017 hat Ida Goldbeck das Midcourt-Turnier in Pinneberg in der Alters-



Aktuelles aus der Tennissparte

klasse U10 gewonnen.

Am 14.1.2018 haben folgende Kinder am Minicup-Turnier in Neumünster teilgenommen: Jonas Har-der (2.Platz) Greta Gold-beck (3.Platz) und Carl Wilcken.

Allen einen herzlichen Glückwunsch und weiter so !

Renate-Löffler El-Kassab
(Jugendwartin)



Full-Service rund ums Bike



Fahrradhaus Russee

FAHRRÄDER ■ ERSATZTEILE ■ SERVICE

Torsten Ewald

Rendsburger Landstraße 378
24111 Kiel - Russee

Tel. 0431 / 69 77 62

Fax 0431 / 69 88 57

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 8 - 18 Uhr ■ Sa. 9 - 13 Uhr

www.fahrradhaus-russee.de

-Punktspiele Wintersaison 2017/18

Die Winterpunktspielsaison nähert sich dem Ende. Für die Herren 65 (in der Spielgemeinschaft mit KTV) ist sie bereits abgeschlossen, bei den Herren 50 stehen noch zwei Spiele aus.

Tennis Herren 65 Landesliga

Die Wintersaison der H65 gestaltete sich bereits vor dem ersten Spiel als schwierig.

Nicht nur, dass in der Landesligastaffel nur 5 Mannschaften eingeteilt waren, es mussten auch zwei Mannschaften absteigen. Dies bedeutete, dass eine Mannschaft mindestens 4 Pluspunkte erreichen musste, um den Abstieg zu vermeiden.

Unser erstes Spiel gegen Schönkirchen konnten wir deutlich mit 5:1 gewinnen, verloren aber das zweite Spiel ebenso deutlich gegen Ratzeburg.

Darum mussten aus den letzten beiden Auswärtsspielen gegen Prisdorf bei Pinneberg und gegen Lütjenburg mindestens zwei Punkte eingefahren werden. Nach großem Kampf in Prisdorf gelang es uns, ein Unentschieden zu erreichen. Hier müssen besonders die Siege im Einzel unserer beiden älteren Mannschaftsmitglieder Ulli Münzer und Ulli Buczykowski hervorgehoben werden.

Im letzten Spiel ging es darum, noch ein Unentschieden zu erreichen, da wir mit Prisdorf punktgleich waren und auf Grund des schlechteren Satzverhältnisses abgestiegen wären.

Nach spannendem Spielverlauf (drei Einzel wurden knapp verloren) gelang es uns, noch die ausstehenden Doppel zu gewinnen. Dadurch wurde, man muss schon sagen, wieder einmal der Abstieg aus der Landesliga vermieden.

In diesem letzten Spiel zahlte sich wieder einmal die Routine unseres ältesten Mitstreiters Uli Buczykowski positiv aus. Er gewann nicht nur sein Einzel sondern konnte auch den wichtigen Punkt im Doppel mit Franz Klapproth holen. Somit ist eine Wintersaison mit besonders vielen Höhen und Tiefen doch noch positiv beendet worden.

Erhard Lange

Aktuelles aus der Tennissparte

Die Mannschaft trat in der Besetzung Dr. Ulrich Münzer, Werner Sievers, Heinz Domnick, Erhard Lange, Dr. Ulrich Buczykowski, Franz Klapproth und Klaus Schulze an.

Tennis Herren 50 Bezirksklasse

Die ehemals Herren 40 Mannschaft spielt die Wintersaison zum ersten Mal in der Herren 50 Bezirksklasse. Dabei konnte das erste Spiel gegen Lütjenburg gleich mit 4:2 gewonnen werden.

Gegen den Favoriten aus Heikendorf musste man sich dann unglücklich mit 2:4 geschlagen geben, ehe man gegen Boostedt ein ungefährdetes 6:0 einfuhr.

Wenn das Team die nächsten beiden Spiele gewinnen sollte, ist der Aufstieg in die Bezirksliga perfekt. Das Potential hat die Mannschaft, wenn derzeit alle 5 aktiven Spieler dabei sind. Durch den kleinen Kader ist dies aber leider nicht immer gewährleistet. Aber neue Spieler im Altersbereich Ü50 zu finden, ist so gut wie unmöglich.

Jörg Klitzke

Planung:

- Drei Mannschaften werden für die Punktspiele gemeldet.
- * Damen 50, in der Spielgemeinschaft mit Schacht-Audorf (Verbandsliga),
- * Herren 65, in der Spielgemeinschaft mit KTV (Landesliga) und
- * Herren 50 (Bezirksliga)

Bestattungsvorsorge
Lassen Sie sich beraten

**Damit schon jetzt alles
nach Ihren Wünschen
geregelt ist**

Telefon: 04 31-61 13 0



Hauser Bestattungen e.K. www.hauser-bestattungen-kiel.de
Sophienblatt 73 | 24114 Kiel info@hauser-bestattungen-kiel.de

Termine für den Anfang der Sommersaison 2018, Punktspiele:

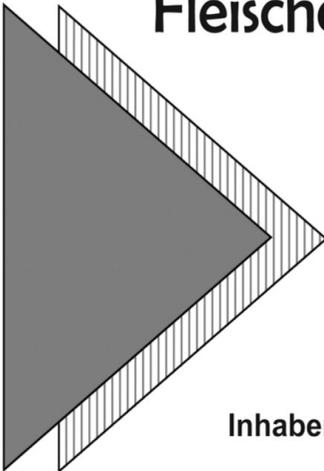
- Die jährliche Mitgliederversammlung der Tennissparte findet am Mittwoch dem 28. März um 19.00Uhr im Vereinsheim statt.

Tagesordnung:

1. Begrüßung der Versammlung
2. Genehmigung des Protokolls vom 15.3.2017
3. Bericht der Spartenleitung
4. Haushaltsabschluss 2017
5. Bericht der Kassenprüfer
6. Haushaltsansatz 2018
7. Wahlen (Kassenprüfer/in)
8. Aktivitäten 2018 (Saisoneröffnung, Turniere, Werbung neuer Mitglieder usw.)
9. Anträge
10. Verschiedenes

- **Platzaufbau:** Samstag, 21. April 2018 ab 9.30 Uhr

- **Saisoneröffnung** (mit Probetraining): Anfang Mai.
Die Einladungen erfolgen rechtzeitig.



Fleischerei & Partyservice

Albrecht
Typisch Russee
alles frisch und lecker

Inhaber Ute Gries - Tel/Fax 0431/69 01 83



SEID DABEI!

„Gemeinsam stark“ ist das Motto der Special Olympics in Kiel 2018.

Special Olympics wurde in den 60er Jahren in den USA von Eunice Kennedy-Shriver, der Schwester von John F. Kennedy, aus der Idee heraus gegründet Menschen mit geistiger Behinderung eine Teilnahme an Sportaktivitäten und -veranstaltungen zu ermöglichen. Heute ist Special Olympics mit mehr als 4,2 Millionen Athletinnen in 170 Ländern vertreten und somit weltweit die größte Sportbewegung für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. **Special Olympics Deutschland (SOD)** ist die deutsche Organisation. Ausführliche Informationen zu Special Olympics finden Sie unter www.specialolympics.de.

2018 wird Special Olympics vom 14.-18. Mai zu Gast sein in **Kiel** und dort erstmals **Nationale Sommerspiele in Schleswig-Holstein** ausrichten. Es werden in 18 Sportarten Medaillen vergeben. Die Sportart **Tennis** wird auf der Anlage der TG Düsternbrook e.V. stattfinden.

Für die circa 4000 Athletinnen, 1.700 Betreuerinnen und Trainerinnen aus ganz Deutschland und für die bis zu sechs ausländischen Delegationen sollen die **Nationalen Spiele** zu einem unvergesslichen Erlebnis werden.

Um dies in die Tat umsetzen zu können, benötigt der **Tennisverband Schleswig-Holstein ca. 15-20 engagierte ehrenamtliche Helfer und Schiedsrichter**. Jeder Einzelne von ihnen wird einen wichtigen Beitrag zum Gelingen dieser einzigartigen Veranstaltung leisten, denn ohne den engagierten Einsatz der ehrenamtlichen Helferinnen ist eine Veranstaltung dieser Größenordnung nicht umsetzbar.

Wir suchen dringend Tennisbegeisterte, die

- den gesamten Veranstaltungszeitraum, vom 14.-18. Mai 2018 **tagsüber** Zeit haben
- mindestens 16 Jahre alt sind, bestenfalls über Punktspiel- oder Turniererfahrung verfügen
- und gerne ehrenamtlich mit Menschen zusammenarbeiten und helfen möchten.

Die Schiedsrichter und Helfer erhalten Verpflegung durch SOD und „Eventkleidung“. Der Dank an die Freiwilligen von **Special Olympics Deutschland**, der **Stadt Kiel** und dem **Tennisverband Schleswig-Holstein** ist ihnen schon heute gewiss.

Da es zur Zeit im Tennisverband Schleswig-Holstein nicht genügend ausgebildete Schieds- und Oberschiedsrichter gibt, versucht der TVSH kurzfristig auf diesem Weg Freiwillige zu akquirieren.

Der TVSH lädt am 24. März 2018 zu einer Infoveranstaltung ein.

Im Rahmen der Mitgliederversammlung wird von 10:00-13:00 Uhr eine pädagogische Schulung durch Peter Landisch, den Vorsitzenden von SOD – Tennis, angeboten. Hier wird auf die

- **Special Olympic**

Die Sparte Tennis des TSV Russee möchte gerne die Special Olympics 2018 in Kiel unterstützen. Wenn sie/ihr in der Zeit vom 14.-18. Mai einen oder gar mehrere Tage helfen könnt, dann meldet euch bitte bei Ulrich Buczykowski (U.Buczykowski@gmx.de) oder Gerd Boysen (gerd.boysen@t-online.de).

Lasst euch bitte nicht von dem Text der Ausschreibung - hier wird die Teilnahme an allen 5 Tagen erwartet- davon abhalten, euch zu melden.

Denn wir gehen nicht davon aus, dass allzu viele Sportfreunde 5 Tage in dieser Zeit zur Verfügung stellen können.

Helfer werden übrigens nicht nur für den Tennisbereich sondern auch für andere Sportarten gesucht. Auch diejenigen können sich gerne unter Angabe der Sportart an uns wenden.

Die Spartenleitung wünscht allen Mitgliedern und Tennisfreunden ein frohes und gesundes Jahr 2018 und natürlich auch viel Spaß beim Tennis.

Ulrich Buczykowski, Spartenleiter Tennis

Gerd Boysen, Schriftwart Tennis



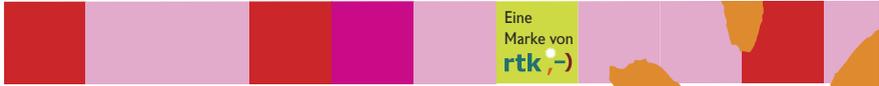
Physiotherapie
Willy Thöm

Sie dürfen sich bei uns WOHLFÜHLEN!

➤ Krankengymnastik ° Massage
Physiotaping ° Manuelle Lymphdrainage
Kiefergelenktherapie ° Yoga

Russeer Weg 2c ° 24111 Kiel ° **Telefon** 0431 69121699
MO-FR 8.00 bis 18.00 Uhr ° SA nach Vereinbarung

www.physiotherapie-thoem.de



Eine Marke von **rtk**

Punkten Sie bei Ihrem nächsten Urlaub!*



meinreisespezialist
Lustsprung in die Welt

Reisebüro Zugvogel

Rendsburger Landstr. 381 · 24111 Kiel
Tel. 0431-6913360 · urlaub@rb-zugvogel.de
www.rb-zugvogel.de



* PAYBACK-Punkte auf Buchung aus dem rtk Sortiment



Beratung | Gestaltung | Tischlerarbeiten | Innenausbau | Möbel nach Maß
Wir bieten alles, was man für gute Möbel braucht.



Zwintzsch | Kiel
Ladenbau + Tischlerei

Seekoppelweg 8 | 24113 Kiel
Fon [0431] 69 69 4-0, Fax -44 | info@zwintzsch.com



Praxen für
ZAHNGESUNDHEIT

- Dr. med. dent. M. Krauß
- Zahnärztin J. Krauß
- Dr. med. dent. R. Hoffmann
- Zahnarzt P. Heldmann
- Zahnärztin C. Wiltzsch



- **Praxis Kiel - Russee**
Rendsburger Landstr. 361 24111 Kiel •
Tel. 0431 - 64 20 04
empfang@praxis-rendsburger.de

- **Praxis Kiel - Dietrichsdorf**
Langer Rehm 11
24149 Kiel • Tel. 0431 - 20 20 24
empfang@praxis-langerrehm.de



Jazz
Ballett
Musical
Hip Hop
Modern
Kindertanz

Foto: Romanowski

17. März 2018

17.00 uhr

Sporthalle
Grundschule,
Russeer Weg 11

russeer

frühjahrs

show

TSV Russee
VHS Molfsee
Tanzen in Kiel
Ballett in Kiel
SV Heikendorf

Kieler Institut
für Gymnastik
und Tanz

Die Russeer Frühjahrsshow 2018

Auch in diesem Jahr präsentiert der TSV Russee wieder die Russeer Frühjahrsshow: Diesmal am Samstag, dem 17. März 2018, um 17.00 Uhr.

In der neuen Turnhalle der Russeer Grundschule findet die Russeer Frühjahrsshow in diesem Jahr bereits zum 14. Mal statt. Jede Gruppe kann zeigen was sie möchten und woran sie gerade arbeiten. Dabei entstehen sicherlich wieder interessante und coole Beiträge.

Dies ist wie jedes Jahr für die Kinder der Tanzgruppen des TSV Russee eine tolle Gelegenheit mit viel Spaß und Freude sich einmal einem Publikum zu präsentieren. Die Veranstaltung ist für jeden etwas, für große und für kleine Zuschauer. Bei einem bunten Programm mit zahlreichen Gastgruppen vergeht die Zeit wie im Flug. Neben den Tanzgruppen des TSV werden Gäste von der VHS Molfsee, von Ballett in Kiel, dem SV Heikendorf, Tanzen in Kiel und dem Kieler Institut für Gymnastik und Tanz ihr Können präsentieren. Es wird Vorführungen in Ballett, Jazz Dance, Modern, HipHop und Musical geben, von Kindern bis Erwachsene, von Anfängern bis Fortgeschrittenen.

Wie auch in den letzten Jahren ist der Eintritt frei, aber es darf gerne für die Ballett- und Jazztanzgruppen des TSV gespendet werden, um Training, Auftritte und die nächste Frühjahrsshow zu unterstützen. Wer vom zu schauen Lust bekommt selbst zu tanzen, kann uns auch hierbei unterstützen. Jeder ist bei uns herzlich willkommen. Wir suchen noch interessierte Tänzerinnen für unsere Erwachsenengruppe am Donnerstag ab 19.00 Uhr im Alten Vereinsheim.

Bitte seien Sie in diesem Jahr auch so vorbildlich wie im letzten Jahr und kommen Sie zu Fuß oder nutzen Sie den Bus oder das Fahrrad. Dabei können Sie gleich zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen: einen schönen Frühlingsspaziergang und ein buntes Kulturprogramm. Wir freuen uns über viele Zuschauer.

Anja Koall

Vorturner/Innen gesucht !!!

Unsere Turngruppe benötigt dringendst Verstärkung.

Vorturner/Innen, ab 12 Jahre, gesucht nachmittags ab 15.00 Uhr am Mittwoch und Donnerstag.

Diese ehrenamtliche Tätigkeit wird entlohnt.
Bei Interesse bitte melden bei

Übungsleiterin Tina - Tel. 0431/690809

86 x im Norden
www.famila-nordost.de

Haben Sie den Willen zum Grillen?



Wir haben die Zutaten dazu!

Deftiges Grillfleisch, hausgemachte Bratwürste, lecker Eingelegtes, knackiges Gemüse, Mildes und Scharfes, Tischgrills, Grillzangen und den passenden Schneekloth-Wein sowieso.

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr famila-Team Russee

famila-Warenhaus Russee
Seekoppelweg 2 | 24113 Kiel

Öffnungszeiten
Montag – Sonnabend:
7:00 – 21:00 Uhr

famila
besser als gut!

Fußball E-Jugend

Mit Beginn der Saison 2017/2018 gibt es eine Neuerung bei der E-Jugend. Aufgrund der hohen Anzahl der Kinder entschlossen sich die langjährigen Trainer Sascha Andresen und Kadir Alkan, mit zwei E-Jugend-Teams in die neue Saison zu starten.

Möglich gemacht wurde der Start mit zwei Teams durch das erneute Engagement von Jasper Rybakowski, der einen Teil der Kinder auch schon in den Vorjahren trainiert hat und nun als Trainer der E-II-Jugend fungiert. Unterstützt wird er hierbei durch Matthias Gieske, der in der Saison 2015/2016 bereits als Betreuer der damaligen D-II-Jugend aktiv war.

Vom sportlichen Verlauf her gibt es insbesondere bei der E-II-Jugend noch Luft nach oben, da leider alle Spiele der Hinrunde verloren wurden. Auch wenn die Niederlagen zum Teil recht happig ausfielen, wurde doch in jeder Begegnung mindestens ein Tor erzielt (Torverhältnis von 20:72).

Die E-I-Jugend konnte in der Hinrunde immerhin einen Sieg und ein Unentschieden verbuchen (Torverhältnis 14:26).

Während der Winterpause haben beide Teams an verschiedenen Hallenturnieren unter anderem in Schönkirchen, Gaarden, Wellsee und in der Wik teilgenommen und achtbare Platzierungen erringen können. Am 10.12.2018 wurde ein eigenes E-Jugend-Turnier in der Helmut-Wriedt-Halle in Kiel veranstaltet, an dem der TSV Russee mit zwei Mannschaften teilgenommen hat. Begleitet wurde das Turnier mit einem reich bestückten Angebot an Sportlernahrung und Getränken. Ein herzliches Dankeschön an alle Eltern, die mit Essensspenden und der Standbetreuung zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen haben sowie an den Sponsor für die Pokale und Medaillen. Gespielt wurde nach Futsal-Regeln unter der Leitung der beiden Schiedsrichter Jannis Andresen und Mika Gieske, die für einen fairen sportlichen Verlauf der Spiele gesorgt haben.



Fußball E-Jugend

Foto 1 und 2: Erfolgreiche Teilnahme an Hallenturnieren
Neben dem Fußballspielen finden natürlich auch weitere Aktivitäten statt. Zum Ausklang des Jahres 2017 trafen sich beide Mannschaften kurz vor Weihnachten zum Klettern und Bouldern im Kletterzentrum Nordbloc in Kiel.



Foto 3 und 4: Klettern im Nordbloc

Nach dem anstrengenden Klettern machten sich alle über das reichhaltige Büfett her, das die Eltern in der Zwischenzeit im Foyer des Kletterzentrums aufgebaut hatten.



Foto 5: Büfett im Nordbloc

Mit Spannung erwartet wird der Start der Rückrunde, die für die E-I-Jugend in der Kreisklasse C am Sonntag den 11.03.2018 mit einem Heimspiel gegen TUS Gaarden II beginnt. Für die E-II-Jugend beginnt die Rückrunde in der Kreisklasse E bereits einen Tag früher am Samstag den 10.03.2018 mit einem Heimspiel gegen SV Hammer IV. Anstoß zu beiden Spielen ist jeweils um 10:00 Uhr. Zu-

schauer sind herzlich willkommen, wie auch bei allen folgenden Spielen. Die Termine sind unter <http://www.fussball.de/verein/tsv-russee-schleswig-holstein-/id/00ES8GN8JC00006BVV0AG08LVUPGND5I#!/> einsehbar.

Trainiert wird bis zur Freigabe der Trainingsplätze draußen jeweils mittwochs von 17:15 Uhr bis 18:45 Uhr in der Halle der Waldorfschule Kiel bzw. freitags von 16:15 Uhr bis 17:45 Uhr in der Halle der Grundschule am Heidenberger Teich.

Das Training draußen findet jeweils mittwochs von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr sowie freitags von 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr auf dem Sportplatz an der Rendsburger Landstraße 251 statt.

Insbesondere für die Geburtsjahrgänge 2007 und 2008 können beide Teams noch Verstärkung gebrauchen. Bei Interesse spricht bitte Sascha Andresen unter

0171 9603399.

Nach Abschluss der Rückrunde Anfang Juni wartet am 09. Juni 2018 ein weiteres Highlight mit der Teilnahme an der familia-Fußball-Mini-WM auf die jungen Fußballspieler (09. Juni 2018, ab 9:30 Uhr auf der Bezirkssportsanlage am Steenbeker Weg 150-152, 24106 Kiel).

Diese Veranstaltung wird an zehn Standorten in ganz Norddeutschland durchgeführt. 32 E-Jugend-Mannschaften aus der Region spielen den WM-Spielplan nach. Jedes der Teams tritt stellvertretend für eine der 32 WM-Nationen an. Das jeweilige Nationaltrikot wird den Mannschaften von familia überreicht. Daneben

30 Jahre
1986 – 2016

Friseurmeisterin
Gonda Schuhr

Rendsburger Landstr. 378
24111 Kiel
Tel. 0431/690155
Telefax 0431/690824

FRISEUR *Schuhr*
Damen · Herren · Kinder

Öffnungszeiten: Di.–Fr.: 8.30–18.00 Uhr, Sa.: 8.00–13.00 Uhr

Fußball E-Jugend

gibt es ein buntes Rahmenprogramm wie Torwandschießen, Spiele, Hüpfburg, Tombola und vieles mehr. Für das leibliche Wohl ist mit Bratwurst, Kaffee und Kuchen, Softdrinks, Eis & Co. zu familienfreundlichen Preisen ebenfalls gesorgt. Der Eintritt zu den Turnieren ist frei. Familien, Freunde und Interessierte sind als Zuschauer und zum Anfeuern herzlich willkommen.



Mini-WM 2018

Die familia Mini-WM findet nach 2006, 2010 und 2014 zum vierten Mal statt.

An 10 Austragungsorten spielen je 32 E-Jugend-Mannschaften um den regionalen Mini-WM-Titel und den großen „Pott“ – natürlich nach dem Original-WM-Spielplan 2018.

KONRAD SCHRÖDER

ERD-, FEUER-, SEEBESTATTUNGEN
EIGENE TRAUERHALLE · GRABDENKMALE

Inh. Knut Schröder, fachgeprüfter Bestatter

- Überführung mit eigenen Fahrzeugen im In- und Ausland
- Bestattungen auf allen Friedhöfen
- Erledigung aller Formalitäten
- Kostenlose Beratung
- Bestattungsvorsorge
- Sterbegeldversicherung

Im Trauerfall
(0 43 47) 27 19



Kärtnerskamp 23, 24220 Flintbek,
Fax (0 43 47) 85 86, www.bestattungen-schroeder.de



Richtig fit ab 60

Es gibt uns noch, die "Oldie-Gruppe" im TSV Russee. Wir sind eine muntere, durch sportliche Aktivitäten jung geliebene Gruppe. In unserer Stunde mit unserer Übungsleiterin Caro geht es immer recht lustig zu. Manche Übungen fallen uns zwar schwer, aber wir sind eisern dabei. Nach jeder Übungsstunde stellen alle fest, dass es gut getan hat, sich zu bewegen und wir gehen beschwingt nach Hause.



Mittlerweile sind die wenigsten in unserer Gruppe noch in den 60zignern. Aber auch die Jüngeren haben viel Spaß. - Nicht nur in den Übungsstunden, sondern auch in gemütlicher Runde.

Am 12. Dezember haben wir uns zum Adventskaffee in Sportrestaurant des TSV getroffen. Der Raum war weihnachtlich geschmückt und strömte Gemütlichkeit aus. Anja hatte für reichlich Kaffee (auf Wunsch auch Tee), Gebäck gesorgt und für uns einen leckeren, gehaltvollen Apfelstrudel gebacken. Allen schmeckte es



SEIT 1998 FÜR SIE DA!
FLEXIBEL. KOMPETENT. KIEL. PREETZ.



Heizung · Sanitär · Bad · Küche

www.ottow.de

Richtig fit ab 60

vorzüglich.

Für unsere Caro hatten wir als Dank, dass sie immer so geduldig wartet, bis alle bereit sind, mit den Übungen zu beginnen, ein kleines Geschenk mitgebracht. - Es gibt immer viel zu erzählen, wenn wir uns längere Zeit nicht gesehen haben. - Nach zwei



Stunden voller anregender Gespräche trennten wir uns und gingen frohgelaut nach Hause.

Um unsere Gruppe zu "verjüngern", sind gerne neue Mitstreiterinnen bei uns willkommen. Immer donnerstags von 10.15 - 11.15 Uhr im alten Vereinsheim am Russee. "Schnuppert mal rein!"

Allen Mitgliedern des TSV und allen Russeern wünscht die "Richtig fit ab 60"-Gruppe ein frohes, erfolgreiches und gesundes Jahr 2018.

Elfi Buczykowski

Roland Stasun

Hasseer Autoservice

KFZ. - Technikbetrieb



Speckenbeker Weg 156
24113 Kiel
Tel. 0431/642300
Fax 0431/58802661



YOGA ? Ja, YOGA!

Dieser Teil über Yoga ist eine Ergänzung des Artikels der Dezemberausgabe 2017. Die Bilder versuchen zu zeigen, wie sich eine Übung von der ersten Stufe zur zweiten und dritten entwickeln kann.

Einige körperliche Aspekte können hier kurz dargestellt werden:



Das Eiweiß des Menschen nimmt heute mehr oder weniger eine zentrale Rolle ein, bzw. der Eiweißstoffwechsel.

Es ist nicht nur ein wichtiger Baustein, unsere ganze Körperstruktur prägt sich durch die Eiweißab- und -aufbau, er prägt unsere Individualität.

„Leben ist an Eiweiß gebunden“.



Die Vorwärtsbeugen im Stehen und Sitzen beschreiben einen aktiven Einsatz. Sie fördern einen aktiven Eiweißab- und -aufbau. Durch den tiefen und fülligen **Atem während der Übung**

Yoga im TSV Russee

steigt die Stoffwechselwärme, die sich auf die Eiweißbildung ausgesprochen positiv auswirkt.



So wie beim Vorwärtsdehnen mehr die tiefe der Atmung angesprochen wird, wird beim Rückwärtsdehnen mehr die Höhe der Atmung betont.

Der Stand, in dem die Beine ein stabiles Dreieck bilden und der Rumpf mit den Armen sich zu einer Seite ausdehnt, lässt eine Weite der Atmung entstehen, die sehr intensiv auf das Zwerchfell wirkt.

Zum anderen regt die Übung die Stoffwechselorgane an, die im mittleren Bauchraum wie Leber, Magen und rückseitig die Nieren liegen.

Die Gleichgewichtstellungen zentrieren sich in der Herzmitte und schenken eine gelöste Brustwirbelsäule.

Allgemein kann gesagt werden, dass das Interesse, die Achtsamkeit, das innere Beteiligt Sein bei allen Übungen, auch den Rücken zu mehr Stabilität und Flexibilität führen und das Nervensystem beruhigt.





Meine Kursdaten :

Dienstag 17.30 bis 18.45 Uhr Grundkurs
Mittwoch 9.15 bis 10.15 Uhr Aufbaukurs
Mittwoch 19.00 bis 20.30 Uhr Yoga mit Vorerfahrung oder zum Auffrischen

im Alten Vereinsheim TSV Russee, Rendsburger Landstraße 301

Kommt gerne einmal zum Schnuppern vorbei!

Waltraut Aue (Tel. 0431-681949)

Tischtennis

Stirbt der Tischtennissport langsam aber sicher aus in Russee?

Noch haben wir beim TSV Russee 4 Erwachsenen-, 1 Jugend- und 2 Schülermannschaften, die am Punktspielbetrieb teilnehmen und regelmäßig trainieren.

Insofern könnte man meinen, die TT-Welt ist bei uns doch in Ordnung. Nun werden wir alle aber ständig älter und hoffen, den Sport bei guter Gesundheit noch lange mit Freude ausüben zu können. Nur im Nachwuchsbereich ist die Fluktuation deutlich größer. Jugendliche werden erwachsen und beginnen eine Berufsausbildung, Schüler kommen in die Pubertät und ihre Interessen verändern sich oder die Schule verlangt deutlich mehr Zeit. Das alles ist eigentlich ganz normal, nur müssten ständig jüngere Schüler „nachrücken“ um die Abgänge wieder auszugleichen. Dieses findet aber seit einiger Zeit nur noch sehr unzureichend statt und es klafft bereits heute eine riesige Lücke bei den jüngsten Talenten.

Obwohl wir unseren Sport in der Nähe der sehr gut besuchten Grundschule Russee betreiben, scheint sich niemand mehr für den Tischtennissport zu interessieren, obwohl er doch viele Fähigkeiten, wie Konzentration, Koordination, Taktik und Kondition fördert, welche auch für den Schulalltag nicht von Nachteil sind. Noch haben wir ein sehr gut ausgebildetes und engagiertes Trainerteam, welches gerne weitere interessierte Kinder im Tischtennissport ausbilden würde. Traut euch und schaut einfach mal beim Training zu den weiter hinten im Heft aufgeführten Trainingszeiten vorbei. Wir freuen uns auf euch.

Was möglich ist, wenn man den TT-Sport intensiv betreibt, haben unsere B-Schüler (U13) bewiesen. Sowohl Jonas Fritsche als auch Claas Ihlo und Jonas Kasulke hatten sich für die Landesmeisterschaft der Schüler B in Eggebek am 18.02.18 qualifiziert.

Nachdem Jonas F. bereits im letzten Jahr Landesmeister der C-Schüler wurde, hat er schon in seinem ersten Jahr als B-Schüler nach sehr spannenden Spielen bis auf einen Konkurrenten in der Eingangsgruppe alle besiegt und wurde erneut Landesmeister im Einzel und mit Partner auch im Doppel. Sein Doppelpartner war übrigens sein Finalgegner im Einzel, den er erst im fünften Satz in der Verlängerung bezwang.

Claas und Jonas K. waren da etwas zurückhaltender und haben in den Vierergruppen leider nur jeweils 1 Spiel gewonnen, so dass sie die Ko-Runde leider

nicht erreichten, was aber gegen die starke Konkurrenz auch nicht unbedingt zu erwarten war. Insgesamt sind aber auch sie wieder zufrieden nach Hause gefahren.

Unsere 1. Schülermannschaft (Jonas F., Henry W., Claas I. und David M.) versucht sich nun noch für die Teilnahme an der Landesmannschaftsmeisterschaft der Schüler (U15) am 05. Mai in Norderstedt zu qualifizieren. Die Chancen dazu



stehen nicht schlecht, denn die Konkurrenz wird immer geringer.

Mit dem Problem des Rückganges an jungen Spielern stehen wir nicht alleine dar, sondern dieses betrifft auch alle Kreise (Ki, Nms, RD/Eck und Plön) des Bezirkes II sowie den gesamten Verband in Schleswig-Holstein.

So gibt es im Kreis Kiel nur noch 4 3er-Mannschaften der B/C-Schüler (U13), die am Punktspielbetrieb teilnehmen und auch im Bezirk II ließen sich nur noch 2 gemischte Staffeln (U15 und U18) mit jeweils 5 bzw. 7 Mannschaften bilden.

In der nächsten Spielzeit werden es wohl noch weniger sein, denn wir werden ja alle älter und der Nachwuchs fehlt...

Ragnar Loreit

**SUSANNE
FLECHSIG**

RECHTSANWÄLTIN UND MEDIATORIN
FACHANWÄLTIN FÜR FAMILIENRECHT

Ringstraße 63
24114 Kiel
Tel. 0431-6790800
Fax 0431-6790804

[HTTP://www.anwalt-flechtsig.de](http://www.anwalt-flechtsig.de)

- Scheidung
- Kindes- und
- Ehegattenunterhalt
- Elternunterhalt
- Umgangsrecht
- Betreuungsrecht
- Sorgerecht

www.fahrschulewenzel.de

FoWo

Erfahrung und Wissen aus
über 50 Jahren Fahrschulpraxis,
dargeboten mit modernster
Medientechnik und
exklusiven Fahrzeugen
(z.B. Audi A3 Sportback für Klasse B
oder BMW F800R für Klasse A)

**Fahrschule
Wenzel**

**Inhaber •
F. Walkenhorst**

**Rutkamp 2
24111 Kiel**

**Telefon •
69 69 766**

... damit bringen wir Sie ins Rollen.

 **ttow**
Firma Ottow

die
KÜCHENSCHMIEDE



Meine Küche von Ottow

Lohmühlenweg 10 • 24211 Preetz • Tel.: 04342/ 78864-30 • service.preetz@ottow.de

Küchenplanung | Beratung | Einbau komplett mit allen Anschlüssen

www.ottow.de



bospa.de



**Dabeisein
ist
einfach.**

**Wenn man einen der
größten Sportförderer der
Region an seiner Seite hat.**

Wenn's um Geld geht



**Bodesholmer
Sparkasse AG**

Fußball Trainer

Trainingszeiten und Trainer		Gültig für die Saison 2017/2018 (1.7.2017 bis zum 30.6.2018)	
Mannschaft	Geburtsjahr	TrainerInnen/Trainer	Trainingstage (Ort)
<u>Jugend</u>			
C-Junioren	2003/2004/2005	Jenny Borchert, 0173-2806822, Mareike Werner, 0176-34913759	Di. + Do. 17:00 - 18:30
G-Junioren	2011/2012	Andreas Schwenn, 01578-6452578	Mi. 16:00 - 17:30
F2-Junioren	2010	Maik Schult, 0174-1774489, maik.russee(at)gmail.com	Mi. + Fr. 16:00 - 17:30
F1-Junioren	2009	Lutz Kahle, 0170-1200313, info(at)kahle-kiel.de	Di. + Do. 16:30 - 18:00
E1-Junioren	2007/2008	Sascha Andresen, 0171-9603399, tsv-russee(at)web.de, Kadir Alkan, 0171-3430200	Mi. 17:30 - 19:00, Fr. 16:00 - 17:30
E2-Junioren	2007/2008	Jasper Rybakowski, jasperrybakowski(at)web.de, 0175-9955646, Matthias Gieske	Mi. 17:30 - 19:00, Fr. 16:00 - 17:30
D2-Junioren	2006	Heiko Mielczarek, 0175-5228585, Riech72(at)web.de	Di. 17:30 - 19:00, Fr. 16:30 - 18:00
D1-Junioren	2005	Tim Otto, 0175-5228585, tim.gyde.otto(at)gmx.de	Di. 17:30 - 19:00, Do. 17:30 - 19:00
C2-Junioren	2004	Phil Mohr, 0160-94480072, philmohr22(at)gmx.net	Di. + Do. 17:30 - 19:00
C1-Junioren	2003	Olaf Arnecke, 0431-14176, 0178-9839620, oarnecke(at)gmx.de	Mo. + Do. 17:30 - 19:00
B2-Junioren	2002	Nico Tredler, 0170-7092701, Marvin Kähler, 0162-9110818, marvinkaehler(at)gmx.de	Mo. + Mi. + Fr. 17:30 - 19:00
B1-Junioren	2001	Martin Krüger, 0160-8377419, c-jugend201516(at)gmx.de, Jan Kermels, 0162-8991043	Mo. + Mi. + Fr. 17:30 - 19:00
A-Junioren	1999/2000	Jonas Ecke, 0152-59420722, jonasecke(at)web.de	Mi. + Fr. 19:00 - 20:30 April - September Russee,
			Oktober - März Waldwiese
<u>Erwachsene</u>			
1. Damen	2000 und älter	Oliver Axt, 0176-22853430, oliver.axt(at)gmx.de	Di. + Mi. + Fr. 19:00 - 20:30
2. Damen	2000 und älter	Michael Ullmann, 0177-7846657, mucpfe(at)aol.com, Jörg Gier	Mo. + Do. 19:00 - 20:30 (Flintbek, Russee)
1. Herren	1998 und älter	Roland Brüggmann, 0151-50676898, rolandbrueggmann(at)web.de	Di. + Do. 19:00 - 20:30
Alte Herren		Jörg Klitzke, 0170-7173815, joerg.klitzke(at)gmx.de	Mi. 19:00 - 20:30 (Russee)
<u>Obleute</u>	Infos zu	Name	
Fußballobmann	Damen, Herren	Deltev Gramann, 0170-8589401, d.gramann(at)j-online.de	
Jugendobmann	Junioren, Junioren	Bernd Purrucker, 0162-5741483, jo.tsv-russee(at)online.de	

Angebote Erwachsene

Sportangebote Erwachsene
01.09.2017

Angebot		Trainingszeit		Übungsleiter/in
Bauch und stretch complete body workout	NH*	Montag	18.30-19.00 h	Carolin Steen Tel. 0173/7346298
	NH*	Montag	19.00-20.00 h	
Bodyforming	NH*	Mittwoch	19.00-20.00	Christoph Gehl 0179/3290239
Fit for fun, Damen Fit for fun, gem. Gruppe	AS*	Dienstag	19.00-20.00 h	Petra Tilsner-Hornung Handy 0170-2323556
		Donnerstag	18.30-19.30 h	
Fitness - Ballspiele gem. Gruppe ab 30	AH*	Dienstag	20.00-21.00 h	Petra Tilsner-Hornung Tel. 0431/69 83 03
Richtig fit ab 60	AV*	Donnerstag	10.15-11.15 h	Carolin Steen Tel. 0173/7346298
Fit forever	AV*	Dienstag	09.30-10.30 h	Irmgard Janssen Tel. 0431/69 13 035
		Donnerstag	09.15-10.15 h	
Zumba f. Jugendl. + Erw.	AV*	Freitag	17.00-18.00	Jana Rudolph 0171/8732683
Zumba gold	AV*	Mittwoch	10.30-11.30 h	Imelda Fingerhut 0162/7509177
Rücken-Power-Workout	AV*	Montag	09.30-10.30 h	Tina Mohr-Jonca Tel. 0431/690809
		Montag	17.30-18.30 h	
		Montag	18.30-19.30 h	
		Mittwoch	18.00-19.00 h	
Hatha-Yoga	AV*	Mittwoch	09.15-10.15 h	Waltraud Aue Tel. 0431/68 19 49
		Mittwoch	19.00-20.30 h	
		Dienstag	17.30-18.45 h	
Oigong	AV*	Montag	19.45-20.45 h	Dirk Berger Tel. 0431/6474509
Tanzen Paare	AV+	Donnerstag	20.30-21.30 h	z. Z. nicht besetzt
Tanzen Paare	AV*	Freitag	18.30-19.30 h	Sven Neulinger, Tel. 30 53 826 Mobil: 0179-7177447
Jazztanz	AV*	Donnerstag	19.00-20.00 h	Anja Koall Tel. 0431/3867935
Badminton	NH*	Mittwoch	20.00-22.00 h	Gunnar Nanz Tel. 0431/210 76 43
Volleyball Damen	NH*	Dienstag	20.00-22.00 h	Uwe Claasen Tel. 0431/63276
		Donnerstag	19.30-22.00h	
Tennis		Auskünfte über Spartenleiter		Spartenleiter Ulrich Buczykowski Tel. 6969742
Tischtennis	AH+	Montag	19.30-22.00 h	Auskünfte über Spartenleiter Ragnar Loreit Tel. 0431/69 84 78
		Mittwoch	19.30-22.00 h	
		Freitag	19.30-22.00 h	
Basketball 1. Herren	NH*	Freitag	20.00-22.00 h	Auskünfte über Spartenleiter Christoph Terasa Tel. 53018155/ 0176-99591055
		Mittwoch	18.00-19.00 h	
Fußball 1. Damen 2. Damen 1. Herren Liga Alte Herren		Oliver Axt		Tel. 0176/22853430
		Michael Ullmann		Tel. 0177-7846657
		Roland Brüggmann		Tel. 0151/50676898
		Jörg Klitzke		Tel. 0170-7173815
Walking		Montag	11.00-12.00 h	Luise Boysen
Treffpunkt	AV*	Dienstag und Freitag	09.00-10.00 h	Tel. 0431/ 6969 751
AH* = Alte Sporthalle		NH* = Neue Sporthalle		AV* = Altes Vereinsheim

Angebote Kinder/Jugendliche

Angebote für Kinder und Jugendliche

01.09.2017

Angebot	Ort	Trainingszeit		Übungsleiter/in
Kinderturnen 6-12 Jahre	AS*	Dienstag	15.00-16.30 h	Martina Mohr-Jonca Tel. 69 08 09
Kinderturnen 3-05 Jahre	AS*	Mittwoch	15.00-16.00 h	Martina Mohr-Jonca
Kinderturnen 6-13 Jahre	AS*		16.00-17.30 h	Tel. 69 08 09
Kinderturnen (Geräteturnen) 7-15 Jahre	NS*	Donnerstag	15.30-17.30 h	Martina Mohr-Jonca Tel. 69 08 09
Ball u. Laufspiele 4-6 Jahre	AS*	Montag	15.00-16.00 h	Birgit Schumacher Tel. 6912308
Eltern-Kind-Turnen ab 18 Monate	AS*	Dienstag	16.30-17.30 h	Birgit Schumacher Tel. 69 12 308
	AS*	Montag	16.00-17.00 h	
Leistungsturnen	Uni	Montag	15.00-18.00	Sven Peter Jordan Karolin Plug
	Uni	Mittwoch	15.00-18.00	
	Uni	Sonnabend	11.30-13.00	
	LZZ	Mo. + Mi.	19.00-21.00 h	
Tänzerische Früherziehung	AV*	Donnerstag	15.00-15.45 h	Anja Koall Tel. 3867935
Ballett ab 7 Jahre ab 10 Jahre	AV*	Donnerstag	15.45-16.30 h	Anja Koall Tel. 3867935
		Donnerstag	16.30-17.30 h	
Jazz Dance for Kids ab 10 Jahre	AV*	Donnerstag	17.30-19.00 h	Anja Koall Tel. 3867935
Hip Hop	AV*	Freitag		z. Z. nicht besetzt
Basketball, U 14 U 16 U 18	NS*	Montag	17.00-18.30 h	Lion Gruber u. Mathias Töpfer Tel. 01575 /6014452
	NS*	Montag	17.00-18.30 h	
	NS*	Dienstag	18.00-20.00	
Volleyball Mädchen U 14 U 18 U 18	AS*	Freitag	16.00-17.30 h	Faro Sevenheck, 0177/2301368 Faro Sevenheck, 0177/2301368
	AS*	Dienstag	17.30-19.00 h	
	NS*	Montag	15.30-17.00 h	
Fußball Jungen und Mädchen			Trainingszeiten siehe Extrablatt	
Tischtennis	AS*	Montag	17.00-19.00 h	Ragnar Loreit Tel. 69 84 78
		Mittwoch	17.30-19.30 h	
		Donnerstag	15.00-17.00 h	
		Freitag	17.30-19.30 h	
		Samstag	14.00-16.00h	
Tennis			Auskünfte über Jugendwart	Renate Löffler El-Kassab Tel. 698226 oder Spartenleiter U. Buczylowski Tel. 6969742
Einradfahren	AS*	Sonntag	10.00-13.00 h	Kay Herzig Tel. 2050 9452
AS* = Alte Sporthalle		NS* = Neue Sporthalle		AV* = Altes Vereinsheim

Who is Who im TSV

Who is who im TSV

Stand 25.09.2017

Funktion	Name	Telefon
Vorstand		
1. Vorsitzender	Bernd Purrucker	0162/5741483
2. Vorsitzender	Tim Otto	0177/2324992
Kassenwart	Ragnar Loreit	0431/69 84 78
Schriftwartin	Faro Sevenheck	0177/2301368
Pressewart	z. Z. nicht besetzt	
Redakteur	Gerd Bauer	0431/690126
Geschäftsstelle	Bärbel Deipenau	0431/688292
Sparten	Spartenleiter/in	Telefon
Badminton	Gunnar Nanz	0431/2107643
Basketball	Christoph Teresa	0176/99591055
Einradfahren	Kay Herzig	0431/20509452
Fußball - Erwachsene	Detlev Gramann	0170/8589401
- Jugend	Bernd Purrucker	0162/5741483
Gesundheitssport	z. Z. nicht besetzt	688292 (Geschäftsstelle)
Rücken-Power-Workout		
Yoga		
Fitness Erwachsene	z. Z. nicht besetzt	688292 (Geschäftsstelle)
Leistungsturnen	z. Z. nicht besetzt	688292 (Geschäftsstelle)
Tanzen		
Tanzen Erwachsene	z. Z. nicht besetzt	688292 (Geschäftsstelle)
Tanzen Jugend	Anja Koall	0431/3867935
Tennis	Ulrich Buczykowski	0431/6969742
Tennis Jugend	Renate Löffler-El-Kassab	0431/698226
Tischtennis	Ragnar Loreit	0431/69 84 78
Tischtennisjugend		
Turnen – Kinder	Tina Mohr-Jonca	0431/690809
Volleyball	Faro Sevenheck	faro.sevenheck@gmx.de 0177/2301368

Herzlich willkommen im TSV Russee !

Neue Mitglieder vom 01.12.2017 bis 28.02.2018

Abteilung	Vorname	Name	Abteilung	Vorname	Name
Badminton	Janek	Kolodziejczyk	Fussball	Maurice	Flauaus
Ballett	Nadia	Gajewska	Fussball	Tobias	Lauth
Basketball	Ninnias	Bieler	Fussball	Maurice Pascal	Brüggmann
Basketball	Klaus-Peter	Kaden	Keine Spartenzuordnung	Kaja	Majewski
Basketball	Louis Femi	Lawal	Kindertanz	Claudia	Kucerova
Basketball	Luis	Michel	Leistungsturnen Mädchen	Martha	Sonders
Basketball	Jannik	Scheffer	Leistungsturnen Mädchen	Rieke	Höyneck
Einrad	Euphemia	Baal	Tischtennis	Cosimo	Kiek
Fitness Erwachsene	Annelies	Fitzer	Tischtennis	Johanna	Hopp
Fitness Erwachsene	Ana Maria	Ruck	Turnen Kinder/Jugendliche	Noah	Molzen
Fitness Erwachsene	Bente	Christensen	Turnen Kinder/Jugendliche	Anton	Bedbur
Fitness Erwachsene	Dagmar	Majewski	Turnen Kinder/Jugendliche	Lilly-Rose	Witzleben
Fitness Erwachsene	Dirk	Majewski	Turnen Kinder/Jugendliche	Felicia-Julie	Eulert
Fitness Erwachsene	Carola	Radtke	Turnen Kinder/Jugendliche	Elina Johanna	Hettkamp
Fussball	Lasse	Holstein	Turnen Kinder/Jugendliche	Mila	Stock
Fussball	Kevin	Guhlike	Turnen Kinder/Jugendliche	Valerie	Csula
Fussball	Omar	Kajed	Turnen Kinder/Jugendliche	Elias	Beißner
Fussball	Marcel	Mohr	Turnen Kinder/Jugendliche	Martha	Bobsin
Fussball	Sten	Fink	Turnen Kinder/Jugendliche	Kaatje	Bobsin
Fussball	Bennet	Witte	Turnen Kinder/Jugendliche	Marla	Schild
Fussball	Arda	Aktag	Volleyball	Paula	Maltzahn
Fussball	Arian	Ntemiri	Volleyball	Lisa-Marie	Deisenroth
Fussball	Dorian	Wolff	Volleyball	Luise	Brock
Fussball	Philipp	Rickmann	Volleyball	Lia Helin	Fischer
Fussball	Thies	Petersen	Volleyball	Bastian-Ole	Behrens
Fussball	Niklas	Obst	Volleyball	Anna-Freda	Schuldt
Fussball	Roman	Dzierzinga	Volleyball	Jonna	Petersen
Fussball	Björn	Dzierzinga	Volleyball		



russeer apotheke

Apotheker Jens Rath
Rutkamp 1 - 24111 Kiel

Tel. 0431 - 69 74 69

Fax 0431 - 69 08 76

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 8.00 - 18.30 h

Sa 8.00 - 13.00 h



www.russeer-apotheke-kiel.de



Fürs Leben gerüstet, im Alter
versorgt: So wird aus
Vorsorge Vorfreude.

Hartmut Rzychon

Hamburger Landstr. 26, 24113 Molfsee

Tel. 0431/659290, Fax 0431/6592929

molfsee@provinzial.de

Alle Sicherheit
für uns im Norden.

PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen

Junior-Meister



Jetzt sichern!

**120 JuniorPakete
mit Holstein Kiel Mütze
oder Fanschal.***

120 Jahre Kieler Volksbank

Top Start für Nachwuchstalente.

Wir machen den Weg frei.

Besuchen Sie uns auf:



www.kieler-volksbank.de/geldanlage

Kieler Volksbank



*Gilt bei Abschluss eines Fondssparplanes mit einer monatlichen Besparung ab 50€. Angebot freibleibend.