

DIE FLOSSE



*Aikido – Freizeitfußball – Functional Fitness & Bodyweight-Training
Fußballtennis – Fitnessraum – Fitnessgymnastik für Frauen – Funktions-
gymnastik Frauen 50+/60+ – Fit & Vital 50+ – Gym+Ball – Lauftreff
Leichtathletik – Prellball Alte Herren – Rückenfitness – Rückengymnastik
Schwimmen – Spaßtruppe '67 Prellball – Sportabzeichen – Gymnastik und
Tanz – Tennis – Kinderturnen – Kunst-/Geräturnen – Männerriege 50+
Volleyball – REHA-Sport*



Das ist unsere Natur. Und das ist ihr Bier.

Mit Felsquellwasser® gebraut.



Gebraut nach dem deutschen Reinheitsgebot • Krombacher Privatbrauerei
57223 Krombach • Am Rothaargebirge • www.krombacher.de

Eine Perle der Natur.

Die pantherstarke Kombination:

Druckerei + Werbeagentur



Werbeagentur



Webdesign



Druckerei



Werbeartikel



HENRICH

Druckerei + Werbeagentur

Henrich GmbH
Eiserntalstr. 83 · 57080 Siegen
Telefon 0271 383948
info@henrich-media.de
www.henrich-media.de

Vorwort	2
Termine	3
Heidi Reuter	4
Fitnessgymnastik	8
Yoga	10
Gerätturnen	11
Bezirkswettkämpfe	13
Sommerfest	15
Trupbacher Heide	24
Öffentlichkeitsarbeit	27
Laufgruppe	30
Basketball	32
Volleyball	34
Moderne Sportstätte	37
Seven Summits	45
Tagesfahrt Funktionsgymnastik Frauen	52
Tennis	55
Sportabzeichen	61
Männerriege	64
Tennis-Jugend	71
Bosseln & Boule	73
Kooperationen	80
Scheine für Vereine	82
Sportangebot 22/23	84
Inserentenverzeichnis	85
Impressum	87

Wir sagen Dankeschön,

... 40 Jahre „Die Flippers“! Neben der wunderschönen „Layla“ war das der Party-Hit des Jahres 2022. Und dabei stammt das Loblied der „Flippers“ auf ihre Fans schon aus dem Jahr 2009!

Auch der TuS AdH Weidenau möchte an dieser Stelle einmal besonders Dankeschön sagen an unsere langjährigen Mitglieder, die dem Verein schon seit vielen Jahren und Jahrzehnten die Treue halten. So können wir auf jeder Jahreshauptversammlung immer wieder zahlreiche aktive und passive Turn- und Sportkameradinnen und -kameraden für 25-, 40-, 50-, 60-, 65-, 70- und 75-jährige Mitgliedschaft ehren.

Vor ein paar Jahren konnte eine Turnschwester sogar auf ihre 80-jährige Vereinsmitgliedschaft zurückblicken.

Während es früher selbstverständlich war, dass man als Kind im Sportverein angemeldet wurde und dem Verein dann meist bis ins hohe Alter, nicht selten bis zum Lebensende treu blieb, sind die Mitgliedschaften mittlerweile eher von kurzer Dauer und hoher Fluktuation geprägt. Die zurückgehende Vereinstreue hat freilich nachteilige Auswirkungen sowohl auf ein verlässliches Beitragsaufkommen als auch auf die Möglichkeit, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die Vereinsarbeit zu gewinnen.

Daher gilt unser **besonderer Dank** allen Mitgliedern, die ihrem „Lieblingsverein“, der selbst in wenigen Jahren schon 140 Jahre alt wird, weiterhin treu bleiben!

Michael Haas
Stellv. Vorsitzender

für 2022 & 2023:

23.12.2022- 08.01.2023	Hallenferien Weihnachten
27.01.2023, 19 Uhr	Weinprobe Weingut Laubenstein, beim AdH
23.02.2023	erweiterte Vorstandssitzung
24.03.2023	Jahreshauptversammlung
03.07.2023- 28.07.2023	Hallenferien Sommer

Weitere Termine & Aktuelles sind wie gewohnt der Internetpräsenz des AdH Weidenau zu entnehmen: www.adhweidenau.de



ZUHAUSE BEI DER WGH

 **WGH**
Wohnungsgenossenschaft Hüttental eG

WGH - Wohnungsgenossenschaft Hüttental eG
Jahnstraße 45 · 57076 Siegen
Telefon 0271 48951-0 · Fax 0271 48951-51
info@wgh-siegen.de · www.wgh-siegen.de



„20 Jahre Übungsleiterin der Mittwochsgruppe, das müssen wir feiern!“,

sagte Heidi und lud uns herzlich zu einem Imbiss nach der Sportstunde ein. Imbiss?! Das war ein wahres Schlemmerfrühstück, was da auf uns alle wartete. Leckerchen vom Feinsten, Gaumenschmankerl und Getränke frei nach Wahl.

Ein herzliches Dankeschön für 20 Jahre Geduld, Herzenswärme, Humor und immer guter Laune hatte die Gruppe in Form eines Blumenkorbs für Heidi vorbereitet. Ein bunter Gruß nach dem wochenlangen Dauerregen tat ihr sichtlich gut.

In aller Schnelle, perfekt eingeübt von den „schlummernden“ Talenten Bernd Schneider und Rolf Hartmann, gab es dann noch tolle Musik. Passend zur langen Coronapause hatten sich die beiden neue Texte auf „Drink doch eene mit...“ und auf „Verdammt lang her...“ einfallen lassen. Da sangen alle gerne spontan auf „Hüpp doch eenfach met...“ Auch der Refrain „Schlimmer geht immer“ in Rolfs Speziallied „Heidis Stunde“ klappte prima. Den Spruch hört die Gruppe schließlich mittwochs öfter mal.

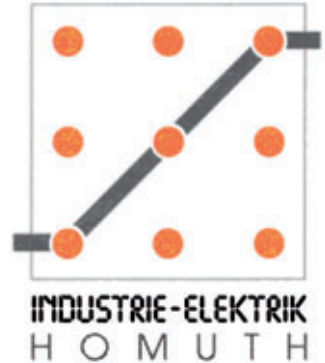
Zufällig kam dann auch noch unser Vorsitzender Hans Jürgen Berg vorbei und nahm die Gelegenheit wahr, über die anstehenden Außenarbeiten zu informieren. So bekamen wir sehr anschaulich ein Bild von der neuen Verkleidung des Vereinsheims.

Anschließend blieb noch genügend Zeit zum Gedankenaustausch und jeder nutzte die Gelegenheit wieder einmal ausgiebig zu „schnattern“. Danke Heidi! Und alles Gute für die nächsten 20 Jahre.

Doro Hallmann-Schulte



**Industrie-Elektrik
Homuth GmbH**
Freudenbergerstr. 585
57072 Siegen



Die individuelle Entwicklung von Prozess-Steuerungen für Verfahrenstechnik und Maschinen, ergänzt durch einen eigenen Schaltschrankbau – das ist das Lieferprogramm von Industrie-Elektrik.

Automation ist das Schlüsselwort für die Anwendungsbereiche:

- Förder- und Handhabungstechnik
- Werkzeugmaschinen/Sondermaschinen
- Wasseraufbereitung
- Fertigungstechnik
- Sicherheitstechnologie

Wir sind Spezialisten in allen Gebieten der Automatisierung und entwickeln für Sie:

- Individuelle Prozess-Steuerungen
- Industrielle Netzwerktechnik
- Anbindung an Hostrechner
- Antriebstechnik

www.industrie-elektrik.de info@industrie-elektrik.de

Telefon 0271/48861-0

Telefax 0271/48861-20

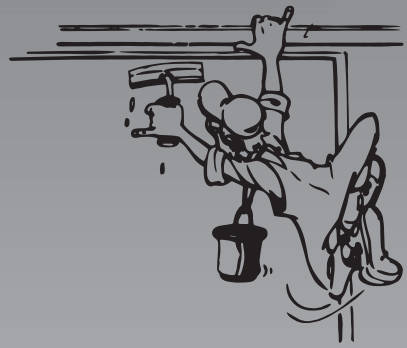
Fitnessgymnastik per Zoom,
im eigenen Room,
war unsere Alternative während der Coronazeit,
bis zum Turnraum war's nicht weit.
Couch und Tisch beiseite schieben,
für die Stunde, die wir lieben.
Die Glocken der Kirche um 19 Uhr gaben Regine den Start,
dann wurde es hart.
Im eigenen Wohnzimmer haben wir selten so geschwitzt,
Unsere Familienmitglieder lächelten verschmitzt.
Regine sorgte Woche für Woche mit viel Spaß und Elan,
da wir haben was für uns getan.
Für Abwechslung und uns zur großen Freude,
sorgte Katze Minka - die war auf Beute.
Nicht nach Mäusen wie man denkt,
ihr Interesse war auf Regines Turnmatte gelenkt.
Daran kann man prima Krallen wetzen,
während sich die Sportler*innen setzen.
Ach wie war das schön und tat uns gut,
sogar ganz viele Computerferne hatten Mut,
den Zoom mitzumachen,
immer gab es was zu lachen.
Jetzt nach langer Zeit,
ist es endlich wieder so weit,
wir dürfen in die Turnhallen rein,
das wird eine Freude sein.
Endlich alle live zu sehen,
weiter als das Wohnzimmer gehen.
Wir danken Regine von Herzen für die gute Zeit,
immer zu neuen Übungen bereit,
mit so viel Elan uns fit gehalten,
dass wir es gern in guter Erinnerung behalten.

Gruppe: Regine Götttert

Text: Beate Greis

L.Klößkner

Die Lothar Klößkner GmbH



L.Klößkner

Glas- und Gebäudereinigung
Meisterbetrieb

Seit über 30 Jahren sind wir aktiv in Sachen
Sauberkeit.

L.Klößkner

Malerbetrieb

Malerarbeiten in höchster Perfektion.

L.Klößkner

IHK geprüfte Schädlingsbekämpfung
Schädlinge? Da hilft nur eins, rufen Sie den Profi.

L.Klößkner

Geprüfte Desinfektion

Höchste Hygiene durch geprüfte Desinfektion.

SIEGEN

Weidenbruch 3 • 57072 Siegen
Telefon 0271-371691

WETZLAR

Garbenheimer Str. 15-17 • 35578 Wetzlar
Tel. 06441-9741908

In der letzten Mitgliederbefragung hatten wir u.a. die Frage gestellt, welche Sportarten im TuS AdH-Weidenau fehlen bzw. welche in Zukunft angeboten werden sollen.

An 1. Stelle stand der Wunsch, auch Yoga anzubieten. Wir haben uns dann umgehend bemüht, einen geeigneten Yoga-Lehrer zu finden. Unsere Bemühungen waren mit **Daniel Hilbrandt**, der seine Ausbildung 2013 in Indien abgeschlossen und weitere Lehrerfortbildungen in deutschen Ashrams besucht hat, erfolgreich.

Wir konnten mit Daniel einen sehr erfahrenen Yoga-Lehrer, der den Sonnengruß, das richtige Gleichgewicht zwischen Körper und Geist durch körperliche- und Atemübungen lehrt, verpflichten.

In Abstimmung mit dem Sport- und Bäderamt der Stadt Siegen fanden wir in der Turnhalle der Sonnenhangschule in Siegen-Seelbach die idealen Räumlichkeiten für unser Kursangebot.

Nach der intensiven Werbung waren wir über die Resonanz enttäuscht. Denn, obwohl viele AdH-Mitglieder ein solches Kurs-Angebot gewünscht hatten, lagen nur sehr wenige Anmeldungen von AdH-Mitgliedern vor. Trotz einer geringen Teilnehmerzahl startete der erste Kurs und alle Teilnehmer waren sehr begeistert.

Der Vorstand hat beschlossen, diese Bemühungen in der Hoffnung, dass sich die Teilnehmerzahl von AdH-Mitgliedern noch steigert, weiter zu unterstützen.

Wie sagt Daniel Hilbrandt:

„Zögere nicht weiter und folge deinem inneren Ruf, den Du schon lange wahrnimmst!“.



Corona hat uns sicher alle, auch im Sportbetrieb beim TuS AdH Weidenau, an unsere Grenzen gebracht.

Nichtdestotrotz haben wir eigentlich fast in der kompletten Zeit, so wie es erlaubt war, mit den Mädels durchtrainiert. Mit Vernunft und Verantwortungsgefühl.

Wir haben uns meist nicht nur an der Personenbegrenzung orientiert, sondern uns auch strengere, eigene Auflagen gemacht. Zwischenzeitlich haben wir in vielen Kleinstgruppen z.B. mit je sechs Turnerinnen trainiert und waren als Übungsleiterinnen oft länger in der Halle, da die Mädels hintereinander geturnt haben.

Das hätten wir ohne unsere tollen jungen ÜL und Helferinnen und ihr ungetrübtes Engagement sicher nicht hinbekommen. Zumal dass Jacky zwischenzeitlich noch ihr Baby bekommen hat und wir ihren Ausfall kompensieren mussten.

Unser größtes Kompliment gilt allerdings den Turnerinnen in den einzelnen Gruppen, die sich von Anfang an mit großer Sorgfalt und Selbstverständlichkeit an die auferlegten Regeln gehalten haben und deren Eltern, die alles immer mitgetragen haben.

In den Wintermonaten haben unsere Turnerinnen und wir ÜL durchgehend in der Halle Masken getragen, da im Geräteturnen ein direkter Kontakt manchmal unvermeidbar ist. Jackys Turnerinnen haben sich später immer vor den jeweiligen Übungseinheiten noch schnellgetestet.

Wir haben alles getan, weil wir wollten, dass es weitergeht für unsere Jugend, die fast alle vollständig geimpft bzw. geboostert sind.

Ich persönlich sehe sie und die Jugend im Gesamten als großes Vorbild in der Pandemie. Sie haben anderen zuliebe auf so viel verzichten müssen und haben wichtige Lebensereignisse durch Corona und die daraus resultierenden Beschränkungen versäumt, die nie zurückkommen werden.

Unter anderem deswegen haben wir versucht, einen Ausgleich und ein Stück Normalität zu schaffen.

Mitgliederschwund haben wir leider auch, teils Corona, teils Pubertät oder dem „Alter“ geschuldet. Aber bis auf wenige Ausnahmen sind auch diese Turnerinnen unserer Gruppe verbunden.

Monika Glodek

Das Ergebnis folgt auf den nächsten Seiten! ->

LUST AUF LECKER?

StadtGeflüster

Gastronomie in der Bismarckhalle

Bismarckstraße 47 . 57076 Siegen . Telefon 0271 . 414 21
info@stadtgefluester-siegen.de

WWW.STADTGEFLUESTER-SIEGEN.DE

der Schülerinnen und Schüler im Gerätturnen

Anfang September 2022 fanden in der Sporthalle am Giersberg die Bezirksschüler/-innenwettkämpfe des Turnbezirks Siegerland-Süd statt. 70 Teilnehmer/-innen turnten an unterschiedlichsten Geräten. Ausrichter war der TuS AdH Weidenau, der die Halle perfekt vorbereitet hatte und den reibungslosen Ablauf der Wettkämpfe gewährleistete.

Es nahmen mit dem TuS AdH Weidenau und dem VTB Siegen bei den Mädchen und der TG Friesen Klafeld-Geisweid bei den Jungen leider nur insgesamt drei Vereine aus dem Turnbezirk an den Wettkämpfen teil. Alle Mädchen und Jungen absolvierten einen Vierkampf an den verschiedenen Turngeräten. Die drei besten Einzeltturner/-innen und Mannschaften haben sich für die Gauschüler/-innenwettkämpfe qualifiziert.

Die Mannschaften des TuS AdH konnten bei den Schülerinnen B den 2. Platz, bei den Schülerinnen C den 1. Platz, bei den Schülerinnen D den 2. und 4. Platz sowie bei den Schülerinnen E den 3. Platz erringen. Außerdem belegten in der Einzelwertung bei den Schülerinnen C Sarah Schöttler und Samira Michel punktgleich den 1. Platz sowie Lavinia Janssen den 3. Platz.



Neben dem sportlichen Wettkampf hatte der TuS AdH als Ausrichter auch bestens für das leibliche Wohl der Teilnehmer/-innen sowie der zahlreichen Vereinsvertreter/-innen und Zuschauer/-innen gesorgt. Vielen Dank an dieser Stelle an alle Helferinnen und Helfer!

Bei den Wettkämpfen auf Gauebene Ende September 2022 in Erndtebrück konnten sich die Mädchen des TuS AdH bei den Schülerinnen D wiederum den 2. Platz in der Mannschaftswertung sichern. **Herzlichen Glückwunsch** hierzu und weiter so!

Michael Haas

mobene
Mobilität und Energie



Heizöl bestellen: **0800 1761761** (kostenfrei)
Vertriebsbüro Siegen www.mobene.de

Für die Unterhaltung, der gemeinsamen Bewegung und dem Genuss war bei dem diesjährigen Sommerfest des TuS AdH Weidenau so einiges für die Mitglieder und Gäste auf dem Programm.

Zuerst nutzte eine größere Gruppe die Möglichkeit die Natur zu genießen, Kalorien zu verbrennen und sich in Gesprächen auszutauschen. Hierzu ging es auf den Weg zu einer rd. 1,5 stündigen Erlebniswanderung durch den Tiergarten. Auch der ältere Baumbestand der Laubbäume, die im Wald errichteten Erlebnispunkte und so mancher Höhenmeter ließen die Freude und Zufriedenheit über die gemeinschaftliche Tour aufkommen.

Das Ziel der Wanderung mit Speisen und Getränken wurde herbeigesehnt. Hier noch nicht angekommen, hörten die Wanderer bereits fröhliche, gute Musik.





Bei bestem Wetter spielte die Gruppe „Living Room“ Balladen und Rocksongs im Wohnzimmer des Sportvereins auf dem Vereinsgelände im Köhlerweg in Siegen-Weidenau.

Sommerfest



Sommerfest

Die Coverband um Rolf Hartmann nahm mit mitreißenden und einfühlsamen Klassikern sowie aktuellen Hits, auf ihre sympathische und professionelle Weise, die Zuhörer auf eine Musikreise mit.

Alle Mitglieder und Gäste fühlten sich zuhause und genossen die gute Musik mit Gesang über viele Generationen. In dieser familiären, einladenden Atmosphäre wurden Waffeln und Schmackhaftes vom Grill verköstigt und der Durst gelöscht.

Insgesamt 80 Personen aus den unterschiedlichsten Sportgruppen des TuS AdH- Weidenau genossen das Sommerfest und waren sich einig: Gemeinsamkeit im Sportverein jederzeit immer wieder!

Rainer Beltermann



Sommerfest



Sommerfest





Einer für Alles

Erleben Sie bei uns qualifizierte Fachkompetenz fürs
Bauen, Verschönern und Renovieren –



praxisgerecht und individuell
auf Ihre Wünsche abgestimmt.
Wir bieten Ihnen geprüfte Qualität
in allen Bereichen zum günstigen
Preis.

Denn wir wollen, dass Sie mit
Ihrer Entscheidung und mit uns
zufrieden sind.



www.goebel-baustoffe.de
E-Mail: info@goebel-baustoffe.de

GÖBEL

**...besser bauen,
schöner wohnen**

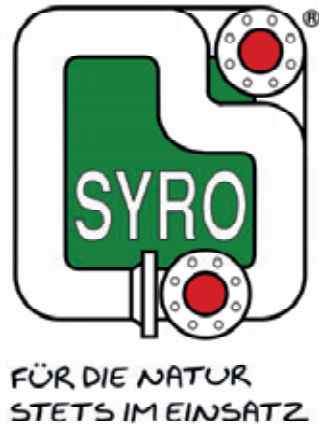


Siegen-Weidenau, Breite Straße 29, Tel. 02 71 / 48 85 40

Alles für Abwasser und Trinkwasser:

SYRO GmbH
Schmiedestraße 3
57234 Wilnsdorf

tel: 02737/ 9851-0
fax: 02737/93731
info@syrogmbh.de



Edelstahlverarbeitung

Schachtausrüstung

Rohrleitungsbau

Regenbeckenausrüstung

Kläranlagenausrüstung

Wasserversorgungsanlagen

Service und Wartung

T+TISSOT

POWERED BY NATURE
CRAFTED FOR YOU



 **TOUCH**
CONNECT SOLAR



grimm
JUWELIER UHRMACHERMEISTER
GOLDSCHMIEDEMEISTER

SIEGERLAND-ZENTRUM WEIDENAU
HAUPTMARKT 8 · 507076 SIEGEN
TEL. 02 71 / 4 18 40
WWW.JUWELIER-GRIMM.DE

TISSOTWATCHES.COM

Mit Bängen blickten die Turnerinnen und Turner auf die kommenden Hallenferien. Seit Jahren haben wir dann einen schönen Ausflug gemacht. Sollte der in diesem Jahr ein Opfer der Corona-Krise werden?

Als endlich wieder geplant werden konnte, waren sämtliche Busunternehmen bereits ausgebucht. Was nun? - Aber wir haben ja unsere fin-dige Heidi, die nie um eine Idee verlegen ist. Schnell war für den 13.07. eine Wanderung auf der Trupbacher Heide organisiert. Das war natürlich nicht alles, schließlich musste auch für Essen und Trinken gesorgt sein! Heidi schaffte es dann, den Wirt vom Kesselhaus in Trupbach zu beschwatzen, sein Lokal für uns zu öffnen, obgleich er selbst erst einen Tag vorher aus dem Urlaub zurückkommen würde.

An einem schwül/warmen Tag starteten wohlgemut die „Unbeugsamen“ der Riege zu der Wanderung. Anschließend trafen wir uns alle - auch die Turnerinnen und Turner, die momentan nicht ganz so fit sind, im Kesselhaus. Mit fröhlichem Hallo und viel Gelächter sahen wir uns nach 3 Wochen wieder. Da gab es natürlich unendlich viel zu erzählen. Es war einfach ohrenbetäubend! Nur ganz kurz während des Essens war es geringfügig leiser. Nach fröhlichen Stunden und voller neuer Eindrücke ging ein schöner Tag vorbei.

Danke, liebe Heidi, wie gut es ist, Dich zu haben!

Edith Bruns



Trupbacher Heide





DEN GANZEN MENSCHEN IM BLICK!

THERAPIE

- Osteopathie
- Physiotherapie/Krankengymnastik
- Kiefergelenkbehandlung/CMD
- Medizinische Trainingstherapie
- Golf-Physiotherapie/-training



ZEPTOR MED/VIBRATIONSTRAINING

- Koordination, Stabilität, Kraft

MEDIZINISCHES FITNESSTRAINING

- Eingangsanalyse und individuelle Trainingsprogramme für Ihre Ziele

FUNCTIONAL TRAINING

- Koordinierte, mehrdimensionale (3D) Bewegungsabläufe mit freien Gewichten und variablen Widerständen – intensiv und effektiv durch Alltags- und Sportbezug

SPORTARTSPEZIFISCHES

TRAINING

- Mehr Leistung – weniger Verletzungen in Ihrer Sportart

KYBUN – DAS ALLTAGS-BEWEGUNGSKONZEPT

- Haltung, Balance, Entlastung – Training auf weichelastischem Untergrund



FORMERSTRASSE 1
57076 SIEGEN-WEIDENAU
FON 0271-2317911
WWW.OPT-SIEGEN.DE
INFO@OPT-SIEGEN.DE



Hallo Mitglieder des TuS AdH Weidenau,

gerne möchten wir im Verein eine kleine Anfrage machen:

Wer hat Spaß und Zeit über uns zu erzählen?

Beispiele zum AdH Weidenau mit seinen über 20 Gruppen und Kursen:

- Berichte aus seiner Gruppe/ Kurs
- Geschichten über besondere Mitglieder oder Ereignisse
- Einladungen zu und Mitteilungen über Veranstaltungen
- Zusammenfassungen von Ausflügen und dem gemütlichen Beisammensein

Macht mit!

Eure Nachrichten sind erbeten an:

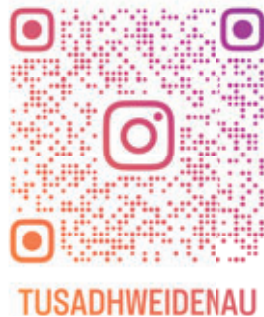
Rainer Beltermann

Pressewart TuS AdH Weidenau

Erzstraße 15

57076 Siegen- Weidenau

rainerbeltermann@online.de



Ziele:

- Aufmerksamkeit und Information
- Stärkung der eigenen Gruppe und des Vereins

Wenn wir Wege nutzen, uns über die

- Vereinszeitschrift Flosse
- vereinseigenen Homepage (www.adh-weidenau.de; homepage@adh-weidenau.de)
- öffentliche Medien (Beispiele: Siegener Zeitung, Westfalenpost, WirSiegen, SWA, Siegerlandkurier, Instagram)

bekannt zu machen, finden sich auch in der Zukunft nette Menschen über alle Generationen im TuS AdH Weidenau.

Ein Muss und Gewinn für alle!

Rainer Beltermann



WEINGUT WILHELM
LAUBENSTEIN
LEIDENSCHAFT SEIT 1818

Sport ist Ihre Leidenschaft!
Wein ist unsere!

Dann haben wir was gemeinsam -
lassen Sie uns darauf anstoßen!

Sehr zum Wohle



Weingut Wilhelm Laubenstein

55457 Gensingen · Bahnhofstraße 28
Telefon 06727/8575 · Fax 06727/8080
info@weingut-wilhelm-laubenstein.de
www.weingut-wilhelm-laubenstein.de



Weinprobe

die Winzerin des Jahres 2020 **Sandra Laubenstein** von dem Weingut Wilhelm Laubenstein präsentiert am

27. Januar 2023 ab **19.00 Uhr**

im AdH – Gemeinschaftsraum eine Vielzahl hochwertiger Weine aus ihrem Weingut.

Alle Weinfreunde sind herzlich willkommen.

Kostenbeitrag: 15,00 € / pro Person



Bild von Jill Wellington auf Pixabay

AdH- Läufergruppe - flexibel wie Turnschuhe oder „Alles was Spaß macht“

Die Gruppe der AdH- Läufer kam zu dem Schluss, dass die Sporteinheit am Sonntag auch mit der anderen Art der Entdeckung des Siegerlandes, mit den jeweiligen Partnern und einem gemeinsamen Abschluss in gemütlicher, lustiger Runde, stattfinden sollte.

So wurde beschlossen den Historischen Rundweg Achenbach an einem Sonntagnachmittag im Juni 2022 zu erwandern. Unseren Ort des Einstieges in die Runde wählten wir mit dem Erfahrungsfeld Fischbacherberg. Wir kreuzten den Flowtrail (Anm.: Downhill Fahrradstrecke) von Siegen und wanderten an der kleinen Numbach (Bach) entlang Richtung Trupbach. Von dort an ging es bergauf über den Hauberg letztendlich auf den höchsten Punkt der Strecke, den Starken Buberg (431 m). Wundervolle Aussichten, leicht zu erwandernde, sehr schöne Wege und der gemeinsame Plausch machten die Zeit sehr kurzweilig. Über den Seelbacher Hauberg und durch das Quellgebiet des Achenbaches (Zufluss der Sieg) ging es zur „Alten Schule“ in Achenbach. Dort wurde unser Gruppenfoto aufgenommen.



Danach machten wir uns über das Wiesenthal zurück zum Ausgangspunkt unserer Wanderung. Über 12 km Wegstrecke mit rd. 320 Höhenmeter hatten wir bewältigt, Hunger und Durst hatten sich eingestellt. Folgerichtig schloss sich der Freude über die gemeinsame schöne Wanderung über den Rundweg Achenbach, berechtigt mit dem Prädikat Qualitätsweg ausgezeichnet, die gemütliche Einkehr in der Gaststätte „Eulenspiegel“ in Siegen- Weidenau an.



Der Biergarten mit seinem Baumbestand und das gemeinsame Essen und Auffüllen des Flüssigkeitsspiegels rundeten unseren gemeinsamen Tag ab.

So sind nach dem Motto „Alles was Spaß macht“ auch zukünftig, neben dem „Laufen“ und „Walken“ auch weitere Aktivitäten geplant. Die Teilnahme am „Löwenlauf“ in Hachenburg am 15.10.2022, wieder in wunderschöner Landschaft, ist als weiteres Ziel der AdH- Läufergruppe fest im Programm.

Rainer Beltermann

Basketball ist in letzter Zeit verstärkt in den Blick der sportlichen Öffentlichkeit gerückt, nicht zuletzt durch das gute Abschneiden der deutschen Nationalmannschaft mit Schröder und Co bei der EuroBasket 2022.

Könnte sich beim AdH Weidenau eine Abteilung bilden? Um das herauszufinden, habe ich mit Unterstützung des Vorstands ein Angebot für einen wöchentlichen Trainings- und Spielnachmittag auf der benachbarten Glückauf-Kampfbahn gemacht, auf der sich erfreulicherweise eine kaum genutzte Basketballanlage befindet. Zwischen zwei und zwölf Teilnehmer fanden sich ein, vom Anfänger im Vorschulalter bis zum Mannschaftsspieler. Alle hatten Spaß und konnten Kenntnisse mitnehmen. Leider ist diese Anlage in der Regel für die Öffentlichkeit gesperrt, so dass spontaner Street-Basketball von sich nicht an feste Zeiten halten wollenden Einzelspielern oder Gruppen nicht möglich ist. Für 3x3-Basketball, olympische Disziplin, benötigt man ein 10x10 m großes Feld und eine Korbanlage, die ich spenden würde, wie ich der Stadt Siegen vorgeschlagen habe. Auch auf dem AdH-Platz könnte sich vielleicht ein Plätzchen finden. Sollte basketballerischer Bedarf in irgendeiner Form be- oder entstehen, bitte ich, mich zu kontaktieren.

Werner Fröhlich





HUNDHAUSEN: IHR VOLLTREFFER!

Wir wünschen dem TUS AdH Weidenau eine erfolgreiche Vereinssaison mit vielen Volltreffern. Wenn Sie wollen, dass Ihr nächstes Bauprojekt ein Erfolg wird, holen Sie uns ins Team.

Sie lieben Fairplay und sind auf der Suche nach einer neuen beruflichen Herausforderung? Dann bewerben Sie sich unter www.hundhausen.de/karriere.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Ihr Partner für alle
Bau-Leistungsbereiche!



Telefon: (0271) 408-0 · kontakt@hundhausen.de · www.hundhausen.de



Unsere Volleyballabteilung hat zwei Hobby-Mixed-Mannschaften und seit August 2022 eine Herrenmannschaft. Alle drei Mannschaften werden von Dirk Spitters trainiert, der schon seit Jahren als Trainer mit Hingabe und viel Engagement unserem Verein angehört.

Die beiden Mixed-Mannschaften spielen gegen andere Mixed-Mannschaften in einer Hobbyliga, die sich in Siegen-Wittgenstein gegründet hat.

In der vergangenen Saison haben es beide Mannschaften geschafft, in der jeweiligen Klasse der Hobbyliga den 1. Platz zu belegen.

Die Herrenmannschaft ist in der Bezirksliga des offiziellen Westdeutschen Volleyballverbandes gestartet. Einige Spiele wurden schon absolviert.

Die Volleyballabteilung hat aktuell 28 Mitglieder. Wir trainieren montags und donnerstags von 20 bis 22 Uhr in der Kreissporthalle Siegen, Fischbacherbergstraße 3.

Wer unsere Bezirksliga-Mannschaft unterstützen und sich mal ein Meisterschaftsspiel anschauen möchte, hat an den folgenden Terminen Anfang 2023 die Gelegenheit dazu:

14.01.2023, 15:45 Uhr, Realschule Freudenberg:
DJK Köln Ost 3 - AdH Weidenau

28.01.2023, 13:15 Uhr, Dreifachturnhalle Schießberg:
DJK Köln Ost - AdH Weidenau

11.02.2023, 16:15 Uhr, Dreifachturnhalle Schießberg:
TSV Oberfischbach - AdH Weidenau

18.02.2023, 13:00 Uhr, Kreissporthalle Siegen:
AdH Weidenau - MTV Köln

18.03.2023, 13:00 Uhr, Kreissporthalle Siegen:
AdH Weidenau - CVJM Siegen 2


**Volleyball
Siegen-Wittgenstein**

[START](#)
[NEWS](#)
[LIGEN ▾](#)
[SPIELORDNUNG](#)

[Tabelle](#)
[Spielplan](#)
[Mannschaften](#)

GRUPPE ▶ B

Tabellenstand der Gruppe B am 5. Spieltag

			Spiele	Punkte
1		ADH 1	4	12
2		TGG 3	4	8
3		SGAM	5	7
4		TGR	3	3
5		TVLI	2	2
6		SGMG	4	1


**Volleyball
Siegen-Wittgenstein**

[START](#)
[NEWS](#)
[LIGEN ▾](#)
[SPIELORDNUNG](#)

[Tabelle](#)
[Spielplan](#)
[Mannschaften](#)

GRUPPE ▶ C

Tabellenstand der Gruppe C am 5. Spieltag

			Spiele	Punkte
1		ADH 2	4	10
2		ETV	4	10
3		TVK 2	4	6
4		TUSJ	4	3
5		VTB	4	1

Wir leben Kompetenz und Qualität.



Öffnungszeiten unserer Ausstellung:
Montag - Freitag 10 - 18 Uhr
Samstag 9 - 12 Uhr

Wunschtüren von: **SCHÜCO**

Bruchstraße 6-10 · 57258 Freudenberg · Telefon 02734 28057
info@metallbau-schwarz.de · www.metallbau-schwarz.de

Renovierungen

Die Bauarbeiten zur Erneuerung und energetischen Sanierung an unserem Sozialgebäude und im Teilbereich der Geräteräume wurden inzwischen erfolgreich abgeschlossen.

Dank dem NRW – Förderprogramm „Moderne Sportstätten 2022“, konnten wir diese kostenintensiven Sanierungen durchführen.

Mit dieser 160 mm dicken Wärmedämmung und den 8 mm dicken grau/grünen Paneelen wurde eine, nach dem aktuellen Stand, optimale Dämmung der Gebäude eingebaut.

In diesem Zusammenhang musste auch die bisherige Betontreppe zur Hausmeisterwohnung durch eine neue, von der Hauswand getrennte, Stahltreppe ersetzt werden.



Ferner wurde die Beleuchtung in der Turnhalle, in allen Nebenräumen und im Außenbereich auf die neue LED – Technik umgebaut und soweit dies möglich war, mit Bewegungsmeldern, Dämmerungsschaltern und Zeitschaltuhren ausgestattet.

Somit wird auf längere Sicht eine Reduzierung des Energieverbrauchs und den Unterhaltungskosten entgegengewirkt.



Neben dieser kostenintensiven Erneuerung wurden in den vergangenen Jahren weitere umfangreiche Umbauarbeiten und Erneuerungen zur Werterhaltung unserer vereinseigenen Sportanlagen und der Turnhalle durchgeführt. So wurden z.B. unsere Umkleide-, Dusch- und WC-Räume komplett erneuert.



Ferner wurde in unserer Küche die gesamte Elektroinstallation ausgetauscht und mit neuen Möbeln ausgestattet. Ebenso wurde der Gemeinschaftsraum technisch überarbeitet und neben einem neuen Anstrich erhielt der Raum einen Teppichboden und neue Tische.



Zur Energieeinsparung wurde außerdem der Boden über der Turnhallendecke mit 180 mm dicken Dämmmatten vollständig ausgelegt. Der obere Eingangsbereich zu dem Sozialgebäude wurde neu gestaltet. In diesem Zusammenhang erfolgte auch der Austausch der drei Holztüren gegen gedämmte Aluminium-Türenanlagen.



Die Dachrinnen an unserem Sozialgebäude waren in die „Jahre“ gekommen und es musste ein vollständiger Austausch, einschl. der unteren Dacheindeckung, durchgeführt werden.

Vor einigen Jahren wurde unsere Heizungsanlage umgebaut. Die Ölheizung wurde durch eine bivalente Heizungsanlage bestehend aus einer Gastherme und einer Wärmepumpe ersetzt und das Tennisheim in dieses Heizungssystem integriert.

Bei diesen Arbeiten erfolgte auch gleichzeitig der Austausch der Wasserleitungen. Ferner wurde eine neue Wasserringleitung zur Turnhalle und dem Tennisheim verlegt.

Durch diese Ringleitung wird eine Legionellen Bildung – in der Zeit wo z.B. die Duschen in dem Tennisheim nicht benutzt werden – verhindert.



Zu dieser Zeit konnten wir nicht erahnen, dass die Gas-Versorgung einmal so schwierig und teuer wird !!!

Ferner wurde im Tennisheim die komplette Elektroinstallation erneuert.

Leider musste auch eine Keller-Außenwand bis unter die Fundamente freigelegt, teilweise neu verputzt und vollständig gedämmt werden.



Aber auch unser Fitnessraum, der vor vielen Jahren mit großem Einsatz von den Männern unserer Handballabteilung eingerichtet wurde, war inzwischen in „die Jahre“ gekommen. In dem Raum wurden Decke und Wände verputzt, die Elektroinstallation erneuert und eine Belüftungsanlage installiert.

Wir hätten auch gerne einige Trainingsgeräte ausgetauscht, aber auch hier waren, wie bei vielen anderen Wünschen, die finanziellen Mittel erschöpft.



Diese umfangreichen und kostenintensiven Renovierungs – und Erneuerungs-Arbeiten waren nur möglich, durch die Inanspruchnahme von Förder – und Kreditprogrammen sowie durch Einnahmen von Einzelspenden unserer Mitglieder.

Aber auch durch die Teilnahme an einer Vielzahl von Spendenaktionen z.B. der Bauwirtschaft Südwestfalen, die Aktionstage „Herzenswünsche“ der Sparkasse Siegen oder dem Crowdfunding – Projekt der Volksbank in Südwestfalen.



Aber all diese Arbeiten in und um unsere Sportanlagen wären ohne den persönlichen Einsatz von vielen, vielen Vereinsmitgliedern, die sich ehrenamtlich zum Wohl des Vereins eingebracht haben, nicht möglich gewesen.



Ich darf mich nochmals bei allen Helferinnen und Helfern ganz herzlich **bedanken** und ich würde es begrüßen, wenn wir auch weiterhin so viel Unterstützung erhalten.

Hans Jürgen Berg

Gärtnerei
Hartmann
GARTEN. LANDSCHAFT. LEBEN.

In der vierten Generation
sorgen wir für zufriedene Kunden
im ganzen Siegerland.

Wir sind für Sie da

Tel. 0271 75245 • Mobil: 0160 90278271
info@gaertnerei-hartmann-siegen.de
Friedenstraße 59 • 57076 Siegen





**Hey You!
Lust auf mehr...
...Talente, wie DICH!**

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Du hast ein besonderes Talent? Du begeisterst am Klavier, bist künstlerisch begabt, sportlich unschlagbar oder bringst alle anderen mit deinen geistigen Fähigkeiten ins Schwitzen? Dann bist du bei uns genau richtig. Wir suchen und unterstützen junge Talente, die unter 18 Jahre alt und Mitglied der Volksbank in Südwestfalen eG sind.

Alle Infos gibt es hier: www.vbinswf.de/talente



**Volksbank
in Südwestfalen eG**

Seven Summits

Sieben Gipfel – 24,5 km – 760 Höhenmeter

... und das bei über 30 °C -

Ja, haben die denn noch alle Tassen im Schrank?

Das hatten sich die acht Teilnehmer des TuS AdH Weidenau auch gedacht, die am 14. August 2022 am diesjährigen Seven Summits Event in Siegen teilgenommen haben.



Bereits zum zweiten Mal fand diese Veranstaltung statt. Die Idee ist, laufend oder wandernd, die sieben Hügel Siegens zu überwinden, die Stadt zu entdecken und dabei möglichst viel Spaß zu haben.

Der AdH war durch Regine Göttert, Petra Niewiara, Susanne Kopetz, Sabine Herms, Rainer Beltermann, Marc Weber, Jürgen Happ und Martin Althaus vertreten, die die Strecke als Wanderung in Angriff nahmen.

Los ging es um 9:29 Uhr am Startpunkt der Siegarena. Bereits der erste Anstieg auf den **Fischbacherberg** führte uns über Schleichwege, die sicherlich noch nicht alle von uns kannten.





Man spürte schon um 10 Uhr vormittags: Heute wird es heiß. Nachdem wir den ersten Gipfel erklommen hatten, wanderten wir vorbei am Startpunkt des Mountainbike-Flowtrails, hinunter in die Numbach und sofort wieder bergauf auf den **Wellersberg**.

Hier erreichten wir uns bereits bekanntes Terrain, einen Teil unserer Laufstrecke, die wir regelmäßig während unseres Laufftreffs (dienstags und donnerstags ab 18:30 Uhr) absolvieren.

Übrigens ist jeder herzlich willkommen bei uns mitzulaufen!

Ein kurzer Fotostopp am AdH Vereinsheim und weiter ging es zum Weidenauer Bahnhof und auf den **Giersberg**.

Unterwegs begegnete uns immer wieder Sigrid, eine lustige Teilnehmerin, die schon am zweiten Anstieg aussah, als könnte sie keinen Meter mehr gehen. Immer wieder überholten wir sie bergauf und trafen sie dann doch an den Verpflegungsstationen wieder. Sigrid kämpfte sich durch und kam am Ende mit uns ins Ziel.

Hut ab vor so viel Durchhaltvermögen!

Seven Summits



Nachdem wir den Giersberg hinter uns gelassen hatten, ging es über Kaan-Marienborn und eine weitere eklige Steigung auf den **Lindenberg** hoch. Am Katzenplätzchen war die nächste Gipfelstation.

Die anschließende Herausforderung **Siegberg** war fast Routine, da wir jetzt doch schon sehr gut eingelaufen waren.

Nach dem Gang durch den Schlosspark gab es beim Rathaus noch mal gute Verpflegung durch das Stadtmarketing mit Getränken, Bananen und Müsliriegeln. Dann ging es die Altstadt hinunter und auf der anderen Seite zum **Häusling** hinauf.

Die Stimmung an der Strecke war sehr gut und es hatten sogar einige Anwohner kleine Duschen aus Gartenbrausen aufgebaut, an denen man sich erfrischen konnte. Das war mittlerweile in der Nachmittagsshitze auch sehr nötig.



Seven Summits



Nach 20 km, etwa 4,5 km vor dem Ziel, das letzte Highlight: Auf der Martinshardt bei SUMMIT, einem der Sponsoren der Veranstaltung, war eine Partymeile aufgebaut mit Musik, kalten Getränken und Grillgut. Hier konnten wir noch mal richtig Kraft tanken, bevor wir die letzten Kilometer bis zum Ziel in Angriff nahmen.

„Nur noch“ ein Stück durch den Wald, über den **Rosterberg**, hinunter zur Siegerlandhalle und zum DAV Kletterzentrum ins Ziel.



Seven Summits

Nach 6 Stunden 23 Minuten (davon ca. 5 h 10 reine Gehzeit) erreichten wir müde und glücklich das Ziel. Dort gab es ebenfalls noch reichlich Verpflegung.



Das Seven Summits Siegen ist ein tolles Event und man muss den vielen Helfern u. a. von THW und DAV einen **großen Dank** aussprechen. Den ganzen Tag bei den sommerlichen Temperaturen an der Strecke auszuharren - große Klasse.

Mit diesem Lauf bzw. dieser Wanderung lernt man „seine“ Stadt teilweise noch mal neu kennen und wir planen, auch 2023 wieder dabei zu sein.

Du auch?

Martin Althaus



WALTER SCHNEIDER



IHR AUTOHAUS. SEIT 1958

Wir bewegen die Region.

WWW.WALTER-SCHNEIDER.DE



Nutzfahrzeuge



ŠKODA



57MOBIL



Mit diesem Gutschein sparst du...



-20%

...auf einen nicht reduzierten Artikel deiner Wahl,
bis zum 30.12.22

Bitte diesen Coupon, oder die gesamte Seite mitbringen

 **INTERSPORT**[®]
LANGENBACH

Sport Langenbach GmbH
Hauptmarkt 14-15 · 57076 Siegen-Weidenau
Tel.: +49 271 46588 · www.sport-langenbach.de

Gut gelaunt haben 23 Turnerinnen nach der langen Coronazeit die Reiseschuhe für einen Tag geschnürt.

Mit kalten Getränken gut ausgerüstet erwarteten wir den klimatisierten Bus am Weidenauer Hauptbahnhof. Vera Huhn hatte ein wunderbares Frühstück zusammenstellen lassen. Sehr lecker.

Bei der Planung konnte man nicht die mörderische Hitze berücksichtigen, aber Regen hätte uns ja auch nicht gefallen. In Boppard, beim Schiffsanleger angekommen, haben wir uns im Schatten der wunderschönen Promenade erholen können.

Der Wasserstand des Rheins hat uns sehr erschreckt. In den Fernsehbildern kommt das nicht so sehr an.

Die vielen wunderbaren Burgen und Schlösser entlang des „halben Flusses“ haben uns dann doch abgelenkt. Die Loreley hatte sich ja schon vor langer Zeit von ihrem „Berg“ verabschiedet.

Im klimatisierten Gastraum des Ausflugsschiffes der Köln – Düsseldorfer Flotte haben wir allerlei Leckereien genießen können, jeder nach eigenen Wünschen.



gymnastik Frauen

Nach 4 Stunden sind wir dann in Bingen angekommen. Beim Umsteigen in unseren Bus empfing uns wieder die sommerliche Temperatur von 39 Grad. Einigen Teilnehmerinnen fiel der Abschied vom viel besungenen „Vater Rhein“ sehr schwer und sie haben sich mit einem leckeren Eis getröstet. Für Spaziergänge und andere Aktivitäten fehlte uns die Zeit. Gesundheitliche Ausfälle waren glücklicherweise nicht zu verzeichnen.

Wir **danken** Vera Huhn und den unsichtbaren Helferinnen für die Organisation und das wunderbare Frühstück recht herzlich.

Text: Claudia Münker

Fotos: Bärbel Peter





(0271)
87 00 87

TAXI PETER
Inh.: Patrick Lohse

Birlenbacher Straße 23 · 57078 Siegen · Fax 0271/780770 · E-Mail: taxi-peter@gmx.de



- Krankentransporte
- Liegend/Sitzend
- Rollstuhltransporte

- Kurierfahrten
- Flughafentransfer



Immer da, immer nah.

PROVINZIAL

Die Versicherung der  Sparkassen

Ihr persönlicher Schutz - Unfallversicherung mit aktiver Hilfe.



Ihre Provinzial Geschäftsstelle

Provinzial Bastian Loos e.K.

Weidenauer Str. 101

57076 Siegen-Weidenau

Tel. 0271/76098

Fax 0271/76090

Loos@provinzial.de



Tennisturniere

*Jugendturnier
„Am Weidenauer Tiergarten“*



Unsere LK-Tagesturniere der Altersklassen U12 bis U18 waren in dieser Saison wieder ein voller Erfolg. Das am 16. Juni 2022 stattgefundenene Turnier „Am Weidenauer Tiergarten“ konnte mit 35 Teilnehmern bei herrlichem Wetter auf den Anlagen des TuS AdH Weidenau und Siegener SC ausgetragen werden. Jugendliche aus den Verbänden Westfalen, Hessen und Rheinland-Pfalz nahmen an dem Turnier teil.

Spannende und hochklassige Spiele in den Altersklassen U12 -U18 begeisterten die Zuschauer. Eine vom WTV gesponserte Tombola rundete die gute Laune ab.



Tennisturniere



Das ebenfalls ausgetragene Tennis10s Turnier der Jüngsten, Jahrgänge U8 – U10, konnte sich mit 25 Teilnehmern ebenso sehen lassen. Besonders stark waren die Jahrgänge der bis zu 8-Jährigen vertreten. Hier einige Impressionen...



Tennis



Begleitung - Von Mensch zu Mensch

Ein Team stellt sich vor:



Hannah Nöh,
Bestattungsfachkraft
und Trauerreden



Katja Schneider
Büroorganisation und Beratung



Ute Hoffmann, Überführungen,
Versorgungen und Bestattungen



Tatjana Bekker, Überführungen,
Beratung und Bestattungen



Volker und Katharina Hoof

VOLKER HOOF • BESTATTUNGEN • TRAUERREDEN

VERBANDSGEPRÜFTE UND -ZERTIFIZIERTE QUALITÄT

SIEGEN-GEISWEID • SOHLBACHER STR. 26

TEL. 0271 / 870 150 TAG & NACHT

WWW.HOOF-BESTATTUNGEN.DE



LK-Tagesturnier der Herren/Herren 30

Zum Start der Sommerferien fand auch wieder unser LK-Tagesturnier für die Erwachsenen statt. Auch hier sorgte eine rege Teilnahme von 25 Teilnehmern bei bestem Wetter für viel Spaß und Spannung.



Ergebnisse der Mannschaftsspiele

In der Sommersaison 2022 gingen 8 Erwachsenen- und 4 Jugendmannschaften an den Start. Hier die Ergebnisse der 1-3 Platzierten:

Junioren U18	Platz 2	Kreisliga
Junioren U15	Platz 2	Kreisliga
Herren 65 II	Platz 2	Bezirksliga
Herren 60	Platz 2	Verbandsliga

In der kommenden Winterrunde haben wir eine Herren- und eine Herren 65 – Mannschaft gemeldet.

Damennachmittag in der Tennisabteilung

Wie jedes Jahr trafen sich alle Damen am Dienstagnachmittag zum gemeinsamen Tennisspielen. Einmal im Monat fand wieder ein Schleichen-Doppel-Turnier statt, bei dem im Wechsel jeder mit jedem einen Satz spielte.

Joanne Kross bewirtschaftete uns gern mit selbstgebackenem Kuchen und bei den Turnieren mit einem gemeinsamen Essen.

Vielen Dank für die kulinarischen Köstlichkeiten, die Du uns immer gern mit Freude zubereitest.

Petra Canpolat



Wie ist es so gelaufen mit den **Abnahmen zum Erlangen des Deutschen Sportabzeichens** in diesem Jahr 2022?

Ja, es hat sehr verhalten angefangen zu den angebotenen Terminen im Mai zwei Termine und im Juni drei Termine. War das noch ein vorsichtiges Herantasten nach der Corona-Pandemie, waren es Trainingsrückstände oder auch sportliche Zurückhaltung, coronabedingt?

Ich weiß es nicht.

Das Bild hatte sich jedoch zu den angebotenen Terminen im September geändert. Plötzlich Andrang, die anwesenden Prüfer hatten viel zu tun. Mit viel Freude und Engagement konnte der plötzliche Andrang von Bewerberinnen und Bewerbern, von Kindern und Jugendlichen, bewältigt werden.

Ergebnis:

21 mal konnte das Deutsche Sportabzeichen verliehen werden.

8 Sportabzeichen der Sportgruppe Gerd Kohlberger kommen noch hinzu.

Im Vordergrund steht immer die Freude am Sport, die Freude darüber das gesetzte Ziel nicht verfehlt zu haben und der harmonische Ablauf für alle Beteiligten. An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Prüfern für deren Einsatz herzlich bedanken.

Unser Prüferteam: Marlies Zollmann, Bärbel Peter, Lothar Mauritzat, Jochen Rother, Hans Michel, Herbert Vogel, Kurt Helduser, Helmut Peter. Burkhard Wied, noch kein Prüfer, hat uns hilfreich unterstützt.

Auf folgende **Lehrgänge** möchte ich noch hinweisen:

Lizenz-Verlängerung für Sportabzeichen-Prüfer:

Fortbildung am 02. März 2023

Ausbildung zum Lizenzerwerb als Sportabzeichen Prüfer:

am 25. März 2023

Bitte beim Kreissportbund, Geschäftsstelle, anmelden:

Tel. Nr. 0271/41115

Sportabzeichen

Die **Sportabzeichen-Prüftertermine für 2023** sind folgende:

Im Mai am 12.05. und 19.05.
Im Juni am 09.06. und 16.06. und 23.06.
Im September am 08.09. und 15.09. und 22.09.
Immer in der Zeit von 17.00 bis 19.00 Uhr

Die zentrale Ausgabe der Urkunden findet am 29.Sept. in unserem Mehrzweckraum statt.

Helmut Peter



KALENDER 2023

20,-

DIN A3

Neu Siegerland
2023

Weidenau
2023 FOTO LOOS

Siegen
2023 FOTO LOOS

**FOTO
LOOS**

Weidenau Str. 193 - 57076 Siegen
0271 42348 - www.foto-loos.de

Männerriege

Wie in jedem Jahr, so hatte die Abteilungsleitung, aus den vielen Anregungen und Vorschlägen, die aus der Riege vorgetragen worden waren, wieder ein sehr schönes und abwechslungsreiches Programm für die Hallen - Ferienzeit, in denen keine Sportstunden stattfinden konnten, zusammengestellt.

Damit wir die weiteren Aktivitäten gestärkt überstehen, hatte unser Turnbruder „Eckes“ auf seine Terrasse ins Hainchen eingeladen. Mit der Unterstützung seiner Frau Mone, der Enkeltochter und unserem Turnbruder Burkhard wurden wir mit schmackhaften Salaten, Original Thüringer Grillwürstchen und kühlen Getränken bestens bewirtet.

Für die Grillwurst hatte Eckes keine Kosten und Mühen gescheut und extra eine Fahrt nach Neudietendorf (Thüringen) unternommen, um uns mit Original Thüringer Bratwurst zu verwöhnen. Von dort servierte er uns, wie konnte dies anders sein, nach dem Essen den dazugehörigen grünen Schnaps.



Zu einer Besichtigung von einem Schaubergwerk haben wir uns eine Woche später in Müsen getroffen. Dort wurden wir von unserem Turnbruder Kurt mit dem Trompetengruß „Glückauf der Steiger kommt“ begrüßt. In dem Bethaus, hier kamen die Bergleute jeden Morgen, bevor sie in den Berg einstiegen, zum Gebet zusammen, weil nicht sicher war, wer am Abend zurückkam, wurden wir von Rolf Golze, dem Vorsitzenden des Vereins Altenberg & Stahlberg Müsen, empfangen.



Durch die fachkundige Führung erfuhren wir viel über die lange Geschichte des Bergbaus und die nachweislich ältesten Bergwerke Europas im Gebiet rund um Müsen.



Besonders spannend war der Weg durch den 380 m langen Stahlberg-Erbstollen. Hier konnten wir erahnen, wie anstrengend und gefährlich die Arbeit eines Bergmanns war und mit welchem Aufwand das Erz in der damaligen Zeit abgebaut wurde. z.B. benötigte er in einer Schicht ca. 35 Stemmeisen um 7 cm Gestein / Erz abzubauen!

Bei dem Durchgang wurden uns in dem Stollen auch einige Gerätschaften, die zur Belüftung, Entwässerung und Erzabbau notwendig waren, vorgestellt und deren Bedeutung ausführlich erklärt.



Nach diesen vielen „staubigen“ Eindrücken schmeckte uns das Bier in dem Wärterhaus an der Breitenbachtalsperre anschließend besonders gut.



Aber auch die sportlichen Aktivitäten kamen in dieser Zeit nicht zu kurz.

So konnten wir, durch die Vermittlung von unserem Turnbruder Wilhelm, eine Schnupperstunde auf dem Golfplatz in der Junkernhees verbringen. Hier wurde uns von dem Trainer Andrew Clark (PGA Master Professional) ein Einblick in die Schlagtechnik vermittelt und die Vielzahl der Golfschläger detailliert erklärt.



Männerriege

Auf dem landschaftlich schönen Golfplatz von dem Golfclub Siegerland hatten wir anschließend – bei hochsommerlichen Temperaturen - die Gelegenheit, die theoretischen Informationen auf dem Abschlagplatz und Golfgelände in die Praxis umzusetzen.



Dabei mussten wir erkennen, dass jede Sportart und die dazu erforderliche Treffsicherheit, gelernt sein will.

Die Fläche für den runden Ball wurde eine Woche später wesentlich kleiner. Zum Minigolfspielen trafen wir uns in der Numbach.

Auch hier war wieder sehr viel Ballgefühl von jedem Teilnehmer gefordert, um den kleinen Ball, mit wenigen Schlägen einzulochen.

Die Aktiven bedanken sich für die abwechslungsreichen und interessanten „Ersatz – Sportstunden“.

Hans Jürgen Berg

SCHONT UMWELT UND BARGELD. DAS SVB FÖRDERPROGRAMM FÜR UMWELTSCHONENDE ENERGIE.



Von einem Zuschuss zu Ihrem neuen E-Bike bis zur finanziellen Unterstützung bei der Heizungsmodernisierung. Beim SVB Förderprogramm ist für jeden was dabei. Schnell sein lohnt sich!

Jetzt informieren unter www.svb-siegen.de/foerderprogramm.

Wir beraten Sie gerne – in unserem Kundenzentrum, am Telefon unter 0271 3307-250 oder im Internet auf www.svb-siegen.de

SVB.
Bringt Energie in unser Leben.



TÜVRheinland®
CERT
ISO 9001

Techn. Chemikalien für alle Anwendungen
Planung und Einrichtung von Labors
Feinchemikalien und Laborbedarf

SCHNELL UND ZIELSICHER FINDEN, WAS SIE SUCHEN ...

www.steiner-chemie.de

STEINER GMBH
Chemie u. Labortechnik
Talsbachstraße 14 a
D-57080 Siegen

Telefon	0271 382035
Fax	0271 385265
E-Mail	info@steiner-chemie.de
Internet	www.steiner-chemie.de

Heiße Titelfkämpfe und Temperaturen

Die Tennisjugend im AdH hat dieses Jahr in der Sommersaison 2022 spannende Titelfkämpfe und heiße Temperaturen gesehen.

Dieses Jahr haben wir vier Jugendmannschaften gemeldet: U18 Jungs, U15 Mädels & Jungs und U12 grüner Ball gemischt.

Die U15er Jungs haben in der Kreisliga nach sechs spannenden Spielen den 2. Platz belegt, den ersten Platz mit einem Satz unterscheiden nur verpasst! Aris, Jasin, Leo, Vladan und Jesper haben sich als tolle Mannschaft zusammengefunden und lassen nächste Saison auf tolles Tennis hoffen.

Auch unsere U18 Jungs haben den zweiten Platz in Ihrer Liga belegt, mit nur einem Punkt Unterschied zum ersten Platz! Sammy, Tom, Leon, Timm, Henry, Nikita & Simon haben sich bei Temperaturen von 35 bis 40 Grad mit Ihren Gegnern teilweise stundenlange Hitzeschlachten geboten. Chapeau dafür!



Dieses Jahr haben die Kreismeisterschaften auf unserer Anlage stattgefunden. In vier Tagen konnten wir spannenden Spielen zuschauen und viele unserer Kinder anfeuern. Wir gratulieren unserem Mannschaftsspieler Sammy Frykowski zu seinem Sieg bei der U18 zum Kreismeistertitel. Dieses Jahr hat in den Sommerferien unser alljährliches Tenniscamp stattgefunden. Trainer Uli Böhringer, Arno und Darko Markowski haben 20 Kinder (Anfänger oder Fortgeschritten) mit viel Spaß und leckeren Mittagessen eine ganze Woche betreut. Besonders beliebt war der Turniertag am letzten Tag mit tollen Preisen.

Unser langjähriger Supertrainer Uli Böhringer hat beschlossen, die Rente endlich mit seiner Frau zu genießen und hört am Ende der Saison als unser Haupt-Trainer auf. Er steht uns in Zukunft als Ersatz-Trainer zum Glück zur Verfügung. Wir wollen uns alle bei Dir, lieber Uli, für Deine Geduld, Leidenschaft und Können bedanken, die Du uns jahrelang bei hunderten von Kindern & Erwachsenen im Tennistraining gezeigt hast. Seine Stelle nimmt in Zukunft Darko Markowski mit seiner Tennisschule ein. Wir freuen uns sehr dass Du da bist und freuen uns auf die nächsten erfolgreiche AdH Tennis-Jahre mit Dir!

Joanne Kross

ARCHITEKTUR		JOST MÜLLER DIPL.-ING.(FH) ARCHITEKT
		SICHERHEITS- UND GESUNDHEITSSCHUTZ- KOORDINATOR (SIGEKO) BAU-SACHVERSTÄNDIGER
SIEGTALSTRASSE 2 57080 SIEGEN-EISERFELD		
T 0271/ 38 14 42 F 0271/ 38 27 25 M 0171 / 4541119 INFO@KLMARCHITEKTUR.DE		
ENTWURF	PLANUNG	BAULEITUNG

Die Frage was Bosseln eigentlich ist wurde mir schön öfter gestellt. Die Antwort ist immer die gleiche: Eisstockschießen ohne Eis in der Sporthalle.

Das Spielgerät ist ein hölzerner Eisstock oder ganz einfach nur Stock, der auf der Unterseite über eine Borstenauflage verfügt, die das Gleiten auf dem Sporthallenboden ermöglicht.

Das eigentliche Spielfeld besteht aus einer 2 x 4 Meter großen Fläche, in deren Mitte ein Holzwürfel aufgestellt wird. Wir nennen diesen Würfel das ‚Schweinchen‘, obwohl es in der Fachsprache ‚Daube‘ heißt. Ziel ist es, aus einer Entfernung von ca. 10 – 12 Metern den Stock nun möglichst nahe an die Daube heranzuworfen.

Da wir bei unseren Bosselabenden in der AdH-Sporthalle meistens zwischen 6 und 8 Männer (aus den unterschiedlichsten Abteilungen: Handball, Leichtathletik, Schwimmen usw.) sind, bilden wir in der Regel 2 Mannschaften mit jeweils 3 Spielern.

Für Ungeübte ist es nicht ganz einfach den Stock überhaupt bis ins eigentliche Spielfeld zu werfen, da die Distanz doch relativ groß ist und der Stock nahezu 4 kg wiegt. Man muss den Stock beim Wurf auch „sauber“ aufsetzen, da man ansonsten Gefahr läuft, dass der Stock auf die Seite kippt und somit aus der Wertung herausfällt. Mit zunehmender Übung wird das Spiel raffinierter und spannender, da der Taktik neben der Technik eine immer größere Bedeutung zukommt.





Man wirft gegnerische Stöcke aus dem Spielfeld und somit aus der Wertung heraus oder man platziert Stöcke so, dass sie den Weg für den Gegner versperren.

Bosseln ist Sport und Spiel zugleich und besitzt einen riesigen Spaßfaktor. Auch in unserer Gruppe haben die Ältesten bereits Mitte 70 Jahre und mehr „auf dem Buckel“, was ja nur bedeutet: Bosseln kann von jeder Altersgruppe mit ein wenig Übung gespielt werden!

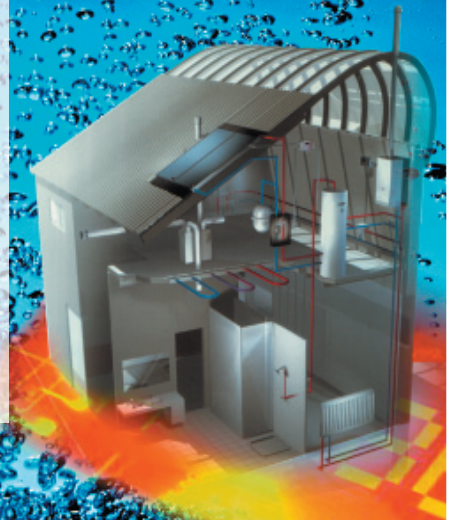
An Tagen, wo wir personell dünn besetzt sind und das Wetter mitspielt, haben wir eine Alternative gefunden, die nicht minder spannend und Spaßig ist: Boule. Ideengeber hierzu war unser Nachbarverein, die TG Friesen, die auf ihrem Außengelände neben der Turnhalle zwei Boule-Bahnen errichtet hat, die sogar öffentlich genutzt werden dürfen. Boule ist die französische National- und Freizeitsportart, die dort überall in Parks und auf Wegen gespielt wird.

DÖRNBACH-TGA

Technische Gebäude Ausrüstung

— Wasser & Wärme-, Energie & Umwelttechnik

*mit uns werden
Ihre Ansprüche
kostengünstig und
effizient umgesetzt*



Siegstrasse 1 · 57250 Netphen-DT
Tel.: (02 71) 238 74 32 · Fax: 238 74 33

Im Oberdorf 2 · 57319 Bad Berleburg
Tel.: (02 751) 44 47 31 · Fax: 89 22 19

e-mail: info@doernbach-tga.de
i-net.: www.doernbach-tga.de

unsere Service-Nummer:
0171/343 42 32

Eine Variante von Boule ist das vielleicht eher bekannte Boccia aus Italien bzw. die Strandversion mit wassergefüllten Plastikku-
geln.

Gespielt wird mit mehreren 100 g schweren Metallku-
geln, mit ähnlichem Ziel wie
beim Bosseln: Die Kugeln
sollen möglichst nahe an
das ‚Schweinchen‘ heran-
geworfen und gegnerische
Kugeln aus der direkten
Wertung gekickt werden.

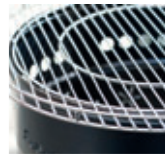


Auch bei Boule liegt die Bedeutung auf Spiel und Spaß, aber dennoch mit sportlichem Wert: Wer 2 Stunden boult hat sich mehr als 100-mal gebückt, um die Spielkugeln wieder aufzuheben und hat über einen Kilometer an Weg zurückgelegt.

Wir sind bei uns im AdH in der glücklichen Situation mit dem nahezu ungenutzten Sportplatz ziemlich ideale Spielflächen aufzuweisen. Boulen ist ein Spaß für Jung und Alt (!!).

Aus meiner und aus Sicht meiner Bossel- und Boulekameraden wäre es erfreulich und wünschenswert, wenn wir AdH-ler uns den skizzierten Freizeitsportarten öffnen würden.

Klaus-Martin Burgmer



IHR SPEZIALIST FÜR:
ZÄUNE / GABIONEN
SCHRANKEN / DREHKREUZE
FEUERKÖRBE / ZUBEHÖR



HERLING
TORTECHNIK / ZAUNBAU

HERLING
Tortechnik und Zaunbau GmbH
Einheitsstraße 19
D-57076 Siegen

Tel.: 0271 70 30 50 - 0
Fax: 0271 70 30 50 -10
info@herling-siegen.de
www.herling-siegen.de



*einfach
Blume*

**Dunja Niesen-Kruska
Floristmeisterin**

Schlosserstraße 10
57076 Siegen

Fon 0271 - 7412931

Fax 0271 - 7412945

einfach.blume@t-online.de

Gestecke

Sträuße

Festdekorationen

Tischdekorationen

Trauerfloristik

Gedenkfloristik

Hochzeitsfloristik

HTI
HORTMANN

**Komm
ins
Team!**

Du suchst einen Ausbildungsplatz mit Zukunft? Nachhaltigkeit und Deine Umwelt liegen Dir am Herzen? Dann bist Du bei der HTI-GRUPPE genau richtig! Trinkwasser- und Energieversorgung, moderne Wasser- und Abwasserwirtschaft sowie der klassische Straßenbau stehen dabei ebenso im Fokus unseres Handelns wie technische Lösungen für den Wasserstoffnetz- und Breitbandausbau, Konzepte für den Hochwasserschutz und innovative Logistikkonzepte für mehr Klimaschutz.

DEINE AUSBILDUNG ALS

- **KAUFFRAU/KAUFMANN FÜR GROSß- UND AUßENHANDELSMANAGEMENT (w/m/d)**
- **FACHKRAFT FÜR LAGERLOGISTIK (w/m/d)**
- **FACHLAGERIST/IN (w/m/d)**
- **BERUFSKRAFTFAHRER/IN (w/m/d)**

Darauf kannst Du dich außerdem freuen:

- Dein Platz im Team: Von Anfang an bist Du wichtiger Bestandteil unseres Teams und hast die Möglichkeit, Verantwortung zu übernehmen
- Unterstützung und individuelle Förderung: Wir zeigen Dir, was Du für den langfristigen Einsatz im Betrieb und für den erfolgreichen Abschluss Deiner Ausbildung brauchst
- Lern Deine Stärken kennen: Um festzustellen, was Dir besonders gut liegt, durchläufst Du bei uns die verschiedenen Abteilungen
- Das gewisse Extra: Für Deinen täglichen Einsatz revanchieren wir uns mit Urlaubs- sowie Weihnachtsgeld

Die reguläre Ausbildungsdauer beträgt 3 Jahre.

Ausbildungsbeginn: 1. August 2023

**Bewirb Dich jetzt bei der
HTI HORTMANN KG**

Christian Hähn
Elkersberg 11
57234 Wilnsdorf

**Hast Du Fragen?
Kontaktier uns gerne!**

christian.haehn@
hti-handel.de
T +49 27398759-281

Mehr Informationen
[WWW.HORTMANN-
HANDEL.DE](http://WWW.HORTMANN-HANDEL.DE)



**19
AZUBIS**



**130
MITARBEITER**



**90%
ÜBERNAHMEQUOTE**

Kooperationen

Bereits seit vielen Jahren unterstützt der TuS AdH Weidenau die OGS Jung – Stilling – Schule bei der Bereitstellung von ihren Nachmittagsangeboten, in dem der Verein für die Durchführung von dem Sportunterricht, qualifizierte Übungsleiterinnen zur Verfügung stellt.

Wir sind sehr dankbar, so die Schulleiterin, Frau Petra Dors, über die Zusammenarbeit mit dem Verein, weil wir somit das schulische Angebot der Sport – AG weiterhin, mit so gut ausgebildeten Übungsleiterinnen, ermöglichen können. Dies trägt erheblich zu einer Qualitätssteigerung des OGS – Betriebs bei.



Inzwischen wurde die Zusammenarbeit noch erweitert. Eine Übungsleiterin aus unserem Haus betreut 1 x in der Woche die Schwimm – AG der Ganztags – Grundschule im Löhrtor – Hallenbad. Neben der OGS Jung – Stilling – Schule besteht auch eine Kooperation mit der GGS Gemeinschafts – Grundschule Giersberg.

Auch hier sind inzwischen zwei Übungsleiterinnen von dem AdH wöchentlich für den Schwimmunterricht im Einsatz.

Dank der Kooperation, so die stellv. Schulleiterin Frau Judith Wied, konnten wir den Schwimmunterricht für die Klassen 3 fortsetzen.

Kooperationen



Wir sind sehr dankbar, so betonte der Vereinsvorsitzende, Hans Jürgen Berg, in dem Gespräch mit den beiden Schulleiterinnen, dass wir neben unserem Vereinssport, somit auch einen Beitrag für die Durchführung des Schulsports – ganz besonders bei dem Erlernen des Schwimmens – leisten können.

Die Schulleiterinnen sind aber auch Herrn Michael Groß, Geschäftsführer von dem Verein Soziale Arbeit und Kultur, sehr dankbar, dass sie dort immer wieder ein „offenes Ohr“ für die einzelnen Anliegen finden und der Verein bereit ist, die anfallenden Kosten zu übernehmen.

Der Vorstand

MARTIN KLETTKE
Ihr Partner am Bau



HAUSMEISTERSERVICE
Unser freundliches und familiäres Team besteht aus hochqualifizierten Mitarbeitern, die allesamt ein Maximum an Erfahrung und Ruhe für eine immer saubere und ordentliche Arbeit. Zudem arbeiten wir Hand in Hand mit diversen qualifizierten Meisterbetrieben in Unterschiedlichen Gewerken. So können wir Ihnen ein breites Leistungsfeld anbieten.


Abbruch & Erdarbeiten


Hausmeisterservice


Reinigung


Getränken

An der Setze 2 · 57223 Kreuztal · Telefon: 02732 / 5590558-559 · Mobil: 0171 9527262 · martinklettke@t-online.de · www.martin-klettke-bau.de



Scheine für Vereine

Wie in den Vorjahren, so haben wir uns auch im Jahr 2022 erneut an der REWE-Aktion „Scheine für Vereine“ beteiligt. Und was kaum für möglich zu halten war, ist eingetreten: Wir haben das starke Ergebnis von 2021 mit knapp 9.000 Vereinsscheinen noch einmal deutlich übertroffen und insgesamt 10.465 Scheine gesammelt.

Diese Vereinsscheine konnten wir für eine ganze Reihe lukrativer Prämien einlösen. Für den Bereich des Fitness-, Gesundheits- und Reha-Sports konnten wir zwei 15er-Sets Gymnastikstäbe aus ABS-Kunststoff und zwei 30er-Sets Fitnessbänder aus Naturkautschuk in verschiedenen Stärken beschaffen.

Die unter der Leitung von Werner Fröhlich im Sommer 2022 neu ins Leben gerufene Gruppe „Streetbasketball“ konnten wir mit einem 3er-Set Basketballbälle des bekannten Herstellers Molten versorgen.

Unsere Tennisanlage haben wir mit zwei neuen wetterfesten Tennisnetzen sowie zwei Sitzbänken mit Rückenlehne aus Kunststoff ausstatten

können. Alle Sportgeräte und Ausstattungsgegenstände wurden wieder von der Fa. SPORT-THIEME geliefert.

Für den Mehrzweckraum in unserer Vereinsturnhalle konnten wir zudem noch einen Beamer der Spezialfirma Optoma anschaffen. Damit haben wir die Voraussetzungen für die Durchführung von Lehrgängen in unserer Turnhalle oder Präsentationen jeder Art weiter verbessert. Um keine Scheine verfallen zu lassen, wur-

TuS AdH Weidenau

Wir sagen Danke für eure Unterstützung!

Gemeinsam haben wir
10.465
Vereinsscheine gesammelt!

den die „Restbestände“ dann noch zur Anschaffung von zwei 5er-Sets T-Shirts der Marke hummel, einmal für Damen in Grün und einmal für Herren in Schwarz, genutzt. Diese können zum Beispiel bei entsprechenden Anlässen als Präsente oder (Tombola-)Gewinne Verwendung finden.

Wir **bedanken** uns ganz herzlich bei allen emsigen Sammlerinnen und Sammlern, die für dieses tolle Ergebnis gesorgt haben. Für einige war es eine regelrechte „Fleißarbeit“, zum Teil Hunderte von Vereinsscheinen einzuscannen bzw. einzugeben und damit zugunsten des AdH zu registrieren. Stellvertretend für alle beteiligten REWE-Märkte gilt unser **Dank** natürlich besonders unserem Werbepartner REWE-Markt Lamm im Einkaufszentrum Weidenau.

Michael Haas

REWE

Jeden Freitag Lieferservice von 13:00 Uhr bis 18:00 Uhr für nur 4,00 Euro.

*Sie kaufen am Donnerstag Nachmittag sowie Freitag bis 11:00 Uhr
bei uns ein und wir liefern bis an Ihre Haustür.*

Viele sportliche Grüße wünschen Familie Lamm und Mitarbeiter

Öffnungszeiten: Montag - Samstag 7:00 Uhr - 22:00 Uhr
(ab 19:00 Uhr Eingang nur über Poststraße)

REWE
Lamm OHG

Hauptmarkt 1 · 57076 Siegen-Weidenau
Telefon (02 71) 4 88 92 36 · Fax 4 88 92 37

Sportangebot 22/23

Sportart	Übungsleiter Ansprechpartner	Kontakt	Tag	Uhrzeit	Ort
Aikido	Leindecker, Stefan	0151 54426770	Mittwoch	18:30 - 20:00	Jahnhalle
			Donnerstag	19:45 - 21:30	Jahnhalle
Ball sport					
Freizeitfußball	Rehborn, Hubert	02738 8698	Montag	18:00 - 20:00	Kleine Schießbergturnhalle
Fußballtennis	Neumann, Robert	0271/41557	Montag	20:00 - 22:00	Dreifachhalle Schießberg
Prellball "Alte Herren"	Hummel, Hansjörg	02734/2076	Donnerstag	18:15 - 19:45	Jahnhalle
		0160 99601796			
Spaßtruppe '67 Prellball	Schneider, Bernd	02738 4673	Freitag	18:30 - 20:00	Jahnhalle
Volleyball	Spitters, Dirk	0157 57191414	Donnerstag	20:00 - 22:00	Kreissporthalle
Gymnastik und Fitness					
Fitnessgymnastik für Frauen	Göttert, Regine	0271/75575	Mittwoch	20:00 - 21:30	Engsbach-Turnhalle
Fitness mit Melanie	Storm, Melanie	0176 70111871	Montag	20:15 - 21:30	Jahnhalle
Funktionsgymnastik Frauen 60+	Peter, Bärbel	0271/2503633	Montag	17:45 - 19:00	Jahnhalle
Fit & Vital 50+	Göttert, Regine	0271/75575	Montag	20:00 - 21:00	Jung-Stilling-Schule
Funktionsgymnastik Frauen 50+	Oelmann-Daub, Anette,	0271/43424	Mittwoch	20:00 - 21:30	Jahnhalle
	Berg, Annemarie	0271/43975			
Gym & Ball	Reuter, Heidi	0271/83784	Montag	20:00 - 22:00	Dreifachhalle Schießberg
Body-Forming & Toning	Fiedler, Julia	0160 97821362	Montag	19:00 - 20:15	Jahnhalle
FitCamp	Schneider, Andrea	0151 17266837	Mittwoch	18:30 - 20:00	Glückaufschule
Kurse					
FitCamp	Schneider, Andrea	0151 17266837	Sonntag	11:00 - 13:30	Jahnhalle
Laufen					
Laufgruppe Erwachsene	Göttert, Regine	0271 75575	Sonntag	09:30	Dautenbach
Lauffreß Erwachsene	Uli Kleusberg	0160 5176362	Donnerstag	18:30 - 20:00	AdH-Parkplatz bzw. nach Absprache
Leichtathletik					
Erwachsene	Kohlberger, Gerd	0271/682078	Dienstag	18:30 - 20:00	Jahnhalle
Kinder ab 10 Jahre (Winterhalbjahr)	Georg, Heidi	0271/86077	Dienstag	17:00 - 18:30	Jahnhalle
Kinder ab 10 Jahre (Sommerhalbjahr)	Georg, Heidi	0271/86077	Dienstag	18:30 - 19:30	Hofbachstadion
Leistungsstufe					
ab 10 Jahre (Sommerhalbjahr) auf Bestellung	Georg, Heidi	0271/86077	Freitag	18:00 - 19:30	Hofbachstadion
Jugend u. Erwachsene (Winterhalbjahr)	Georg, Heidi	0271/86077	Freitag	17:00 - 18:30	Kreissporthalle
Senioren	Süßmann, Harald	0271/81621	Freitag	20:00 - 22:00	Jahnhalle
<i>In den Sommermonaten (April - Oktober) auf dem VIB-Sportplatz oberhalb der AdH-Halle!</i>					
Reha-Sport	Melanie Helm		Dienstag	14:30 - 15:15	Jahnhalle
	Melanie Helm		Dienstag	15:15 - 16:00	Jahnhalle
	Juliane Müller		Donnerstag	11:30 - 12:15	Jahnhalle
	Bettina Schönling		Donnerstag	16:10 - 16:55	Jung-Stilling-Schule
	Bettina Schönling		Donnerstag	16:55 - 17:40	Jung-Stilling-Schule
Kontakt über Ulrich Kleusberg: ulrich.adhweidenau@gmx.de, 0160 5176362					
Rücken					
Präventives Haltungstraining	Michel, H. J.	0271/44429	Donnerstag	10:00 - 11:00	Jahnhalle
Rückengymnastik	Reuter, Heidi	0271/83784	Mittwoch	10:00 - 11:00	Jahnhalle
Schwimmen					
Wassergewöhnungskurs 3-6 Jahre	Hellmann, Uschi	siehe Website AdH	Montag	17:00 - 17:45	Hallenbad Weidenau
Wassergewöhnungskurs 3-6 Jahre	Hellmann, Uschi	siehe Website AdH	Montag	18:00 - 18:45	Hallenbad Weidenau
Erwachsene Gruppenstunde	Junker, Rosemarie	anroju@directbox.com	Mittwoch	19:00 - 20:00	Hallenbad Weidenau
Kinder und Jugendliche Gruppenstunde	Di Bella, Rosa	rosa.adhweidenau@gmx.de	Mittwoch	ab 16:45 Uhr	Hallenbad Weidenau
Jugendliche ab 18 J. Gruppenstunde	Junker, Rosemarie	anroju@directbox.com	Mittwoch	19:00 - 20:00	Hallenbad Weidenau
Leistungsgruppe	Jüngst, Patrick	0271/3192203	Mi., Fr., Sa.	auf Anfrage	
Schwimmkurs ab 6 Jahre		siehe Website AdH	Mittwoch	16:00 - 16:45	Hallenbad Weidenau
Sportabzeichen	Peter, Helmut	0271/2503633	Freitag	17:00 - 19:00	AdH-Sportplatz
Termine siehe Website					(Sommer: Mai - September)
Tanz					
Gymnastik und Tanz	Lindner, Gabi	02737/4448	Montag	20:00 - 22:00	FJM Gymnasium, Kleine Halle
Tennis	Petra Canpolat	0151 50036896	täglich		Tennisanlage Außenplätze
	Kross, Joanne	0160 94167221	täglich		Tennisanlage Außenplätze
Turnen					
Wilde Affenbande, Kinder 3 - 5 Jahre	Lange, Sarah	0172 2160990	Mittwoch	15:30 - 16:30	Jahnhalle
Gerätturnen Mädchen Anfängerinnen	Glodek, Monika & Team	02738/303234	Mittwoch	16:00 - 17:15	Jung-Stilling-Schule
Gerätturnen Mädchen Fortgeschrittene			Mittwoch	17:15 - 18:30	Jung-Stilling-Schule
Gerätturnen Mädchen 6 - 16 Jahre	Glodek, Monika & Team	02738/303234	Freitag	15:00 - 18:00	Jahnhalle
Männerriege 50+	Wied, Burkhard	02732 8899746	Dienstag	20:00 - 21:30	Jahnhalle
Yoga	Hilbrand, Daniel	0173 2865242	Dienstag	18:15 - 19:45	Turnhalle
					Sonnenhangschule

Der „AdH Weidenau“ und die „Flosse“ bedanken sich bei allen Inserenten unserer Vereinszeitschrift und bitten die Leserinnen und Leser um besondere Beachtung und Berücksichtigung dieser Firmen:

Baustra, Bauunternehmung, Wilnsdorf, 86

Dörnbach-TGA, Energie-Technik, Netphen, 75

Einfach Blume, Floristik, Weidenau, 77

Foto-Loos, Weidenau, 63

Göbel, Weidenau, 21

Grimm, Juwelier, Weidenau, 23

Hartmann, Gärtnerei, Weidenau, 43

Hellmich + Partner mbH

Ingenieurgesellschaft, Siegen, 85

Henrich GmbH, Druckerei und Verlag,
Siegen, 1

Herling, Tor- und Zaunanlagen, Weidenau, 76

Homuth GmbH, Industrie-Elektrik, 7

Hoof, Bestattungen, Geisweid + Siegen, 58

Hortmann, HTI Handel für Tiefbau und
Industrietechnik, Wilnsdorf, 78-79

Hundhausen, Bauunternehmung,
Weidenau, 33

Im Alten Bahnhof, Siegen, 71

KLM Architektur, Siegen, 72

Krombacher Brauerei, Kreuztal, U2

L. Klöckner, Maler/Reinigung, Siegen, 9

Langenbach, Sport, Weidenau, 51

Loos, Provinzial, Weidenau, 54

Martin Klettke, Hausmeisterservice,
Kreuztal, 81

Metallbau Schwarz, Freudenberg, 36

Mobene GmbH & Co. KG, Heizöl, Siegen, 14

OPT, Osteopathie, Physiotherapie,
Weidenau, 26

Quast, Otto Bauunternehmung, Siegen, U3

REWE-Lamm OHG, Weidenau, 83

Sparkasse Siegen, U1

StadtGeflüster, Gastronomie in der
Bismarckhalle, Weidenau, 12

Steiner-Chemie, Siegen, 70

SVB Siegener Versorgungsbetriebe, 69

Syro GmbH, Ab- und Trinkwasser,
Wilnsdorf, 22

Taxi-Peter, Geisweid, 53

Volksbank in Südwestfalen eG, 44

Walter Schneider, Autohaus, Weidenau, 50

Weingut Laubenstein, Gensingen, 28-29

WGH Wohnungsgenossenschaft

Hüttental eG, Siegen, 3

BAUSTRA

BAUUNTERNEHMEN

GmbH

- ➡ Erd- und Entwässerungsarbeiten
- ➡ Hofbefestigung
- ➡ Außenanlagen
- ➡ Kanalbau
- ➡ Straßenbau
- ➡ Parkplatzbefestigung
- ➡ Betonbau
- ➡ Abbrucharbeiten

Flocksdorfstraße 7
57234 Wilnsdorf
Tel. 02737 / 597-3
info@baustra.de
www.baustra.de



Für alle Objekte der richtige Partner!

Wilnsdorf-Anzhausen · Telefon 0 27 37 / 59 73

Anschrift Redaktion

„DIE FLOSSE“
TuS AdH Weidenau e.V.
Köhlerweg 20
57076 Siegen-Weidenau
Telefon: 0271-7 46 16
E-Mail: info@adh-weidenau.de
Internet: www.adhweidenau.de

Redaktion:

Anika Baumann
Dirk Müller

Vorstand:

Vorsitzender
Hans Jürgen Berg
Telefon: 0271 45210
juergen.adhweidenau@gmx.de

Stellvertretende Vorsitzende
Nanny Buschmann-Rujanski
Telefon: 0271 78121
nanny.adhweidenau@gmx.de

Michael Haas
Telefon: 0271 72470
michael.adhweidenau@gmx.de

Geschäftsführer
Dirk Müller
Telefon: 02762 690221
dirk.adhweidenau@gmx.de

Leiter Finanzwesen
Ulrich Kleusberg
ulrich.adhweidenau@gmx.de

Sportwart
Thomas Daub
Telefon: 0271 41668
thomas.adhweidenau@gmx.de

Beisitzerin Sport
Margarete Otterbach

Sportversicherungsbeauftragte
Christin Schuhmann
christin.adhweidenau@gmx.de

stellv. Jugendwartin
Jaqueline Lovric
Telefon 0170 7790702

Hausmeister
Adrian und Johanna Dreghin
Telefon 0271 31847964
Mobil 0176 14030601

Anzeigenleitung:
Die Mitglieder des Vorstandes

Homepage
Anika Baumann
homepage@adh-weidenau.de

Bankverbindung

- Sparkasse Siegen
IBAN: DE31 4605 0001 0000 0108 92
BIC: WELADED1SIE

- Volksbank in Südwestfalen EG
IBAN: DE50 4476 1534 0804 6468 01
BIC: GENODEM1NRD

Druck

Henrich GmbH
Druckerei und Verlag, Siegen
www.henrich-media.de

TuS AdH Weidenau 1885 e.V.

Auflage: 900

Hellmich | Partner

INGENIEURGESELLSCHAFT

Technische Gebäudeausrüstung
Beratung • Planung • Bauleitung

57076 Siegen
Samuel-Frank-Str. 11

Tel.: 0271 / 890 52 – 0
Fax : 0271 / 890 52 50
info@hellmich-partner.de
www.hellmich-partner.de

- Heizung • Lüftung • Klima
- Sanitär • Elektro • Kälte
- Energieberatung • Gutachten
- techn. Brandschutz • Labortechnik
- Bauphysik • EnEV





OTTO QUAST Ausbildung

- Industriekaufleute*
- Bauzeichner*
- Maurer*
- Beton- und Stahlbetonbauer*
- Straßenbauer*
- Spezialtiefbauer*
- Industriemechaniker*
- Land- und Baumaschinen-mechatroniker*
- Duales Studium Bauingenieurwesen*

*(gn)

WIR BRINGEN DEINE
KARRIERE
ANS LAUFEN


**JETZT
ONLINE
BEWERBEN!**



OTTO QUAST Bau AG
Weidenauer Straße 265
57076 Siegen

www.quast.de



Modern bezahlt!

Mit S-VITA, dem Konto
Ihres Lebens.

