



SPORTVERZÄLLE

Vereinszeitschrift der Sportgemeinschaft Zons 1971 e.V.

Nr 35/ November 2008

25 Jahre Tennisabteilung



Impressum

Inhaltlich Verantwortlicher gemäß MDStV:
ROBBEN & Co. Marketingagentur im Auftrag der SG-ZONS e.V.
www.robbenundco.de

Autor und Herausgeber des Druckerzeugnisses ist die SG-ZONS e.V.
Sämtliche Nutzungsrechte an den in diesem Druckerzeugnis zur Verfügung gestellten Inhalten (in Text- und Bildform) liegen beim Herausgeber. Sämtliche Urheberrechte an den in diesem Druckerzeugnis zur Verfügung gestellten Inhalten (in Text- und Bildform) liegen beim Herausgeber, wenn nicht durch eine gesonderte Urheber- oder Quellenangabe gekennzeichnet. Jegliche Nutzung und Vervielfältigung der Inhalte, auch in Auszügen, bedarf der ausdrücklichen schriftlichen Erlaubnis des Herausgebers und des Urhebers.

ROBBEN & CO.



Druckpartner:

KRABBE'S Druckstudio
www.krabbedruck.de

Inhalt

Auf ein Wort	Seite 3
Olympia-Kommentatoren	Seite 4
Turnabteilung	Seite 7
Tennisabteilung	Seite 15
Satzungsänderung	Seite 20
Badmintonabteilung	Seite 23
Leichtathletikabteilung	Seite 29
Dies & Das	Seite 40
Beitrittserklärung	Seite 42

Auf ein Wort

Geldverbrennung

Der Rhein-Kreis-Neuss brachte Ende November eine neue Imagebroschüre ‚Rhein-Kreis-Neuss – MACHT SPORT‘ an Sportvereine zum Versand. Dies erfolgte mit Stolz, wie es der Dezernent für Wirtschaft, Europa und Sport im Anschreiben zum Ausdruck brachte.

Die 44-seitige Broschüre im Format DIN A4 quer enthält viele bunte Fotos und ein wenig Text. Adressen sind kaum zu finden. Die Sportplätze wurden zwar mit voller Adresse gelistet. Die Sportvereine im Rhein-Kreis-Neuss dagegen nur aufgezählt, aber ohne Adresse und homepage. Die neue Image-Broschüre soll der Wirtschaftsförderung dienen. Sport macht sich dabei immer gut! Aber nur bunte Bildchen? Es fehlen Zahlen, die die Kompetenz in Sachen Sport dokumentieren. Eine Karte, aus der punktuell die Massierung der Sportstätten zu erkennen ist, sucht man vergebens, genauso wie eine Tabelle aus der der Organisationsgrad im Sport hervorgeht, also Zahlen mit denen man werben kann. Für Vereine ist die Broschüre nicht gemacht und ungeeignet. Das **SPORTVERZÄLLCHE** ist für die Werbung der SG ZONS aussagekräftiger.

Ich weiß nicht, was die Broschüre am Ende gekostet hat, muss aber feststellen, dieses Geld wurde verbrannt! Vielleicht hilft sie denen, die sich mit der Herausgabe schmücken und stolz darauf sind.

Zeitgleich flatterte uns ein weiteres Produkt der Geldverbrennung auf den Tisch, ein Kalender. Herausgegeben von den Partnern der Ehrenamtlichen, wie sich der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und die Commerzbank selbst titulieren. ‚Danke! Sport braucht dein Ehrenamt‘, steht auf dem Cover und soll wichtige Themen ankündigen, die monatlich ab 2009 auf der homepage www.ehrenamt-im-sport.de zu finden sein werden. Ein Multiplikator für diese lobenswerte Idee fehlt. Warum werden nicht 12 DIN A4-Plakate mit dem Inhalt des jeweiligen Kalenderblattes als Datei monatlich und Kosten sparend an die Vereine versandt, zur Weitergabe per Mail an Mitglieder, Übungsleiter usw. und zum Aushang am Schwarzen Brett? Leider sind viele im digitalen Zeitalter noch nicht angekommen; der Kreissportbund übrigens auch nicht.

Joachim Fischer

Olympia-Kommentatoren

Aussagen der ‚Führungskräfte‘ von DOSB und IOC

„Weil er, wie kein anderer die olympische Idee verkörpert“ (Michael Vesper, Generalsekretär des Deutschen Olympischen Sportbundes, zur Wahl von D. Nowitzki als Fahnenträger der Deutschen Mannschaft). Bissige Satire in der FAZ unter dem Titel ‚Olympisches Doof‘: ‚schließlich zieht der millionenschwere Basketballspieler freiwillig zu den anderen Athleten ins spartanische Olympische Dorf‘.

„Bei uns sind es die rechtsradikalen Seiten, die gesperrt werden ... und es ist natürlich auch in China so, dass einzelne Seiten gesperrt werden“ (M. Vesper). Hinweis: Der Tischtennisspieler Rainer Schmidt, bei den Paralympics in Peking der Aktivensprecher des deutschen Teams, konnte seine eigene Homepage in China nicht aufrufen, wie einige Sportler auch nicht!

„Es war von Anfang an klar, dass die Spiele auf chinesische Art gemacht würden, nicht auf unsere“ (Hein Verbruggen vom Internationalen Olympischen Komitee - IOC). Der britische Journalist Andrews Jennings würde hierzu sagen: Beim heutigen IOC sei er keineswegs sicher, „ob es sich um eine Organisation handelt, die weiß, was Menschenrechte überhaupt sind!“

„Nach den IOC-Richtlinien ist das Tragen von Armbändern (wahrscheinlich die mit der Prägung: ‚Sports for Human Rights‘) oder anderer Zeichen, unabhängig von ihrem Inhalt – den ich hier natürlich unterstütze – grundsätzlich als politische Demonstration zu werten und deshalb an den olympischen Stätten zu vermeiden (M. Vesper). Vesper ist zu feige zu sagen ‚verboten‘ und wie will er wissen, was auf den Armbändern oder anderen Zeichen drauf steht. Im Fall der Prägung ‚Sports for Human Rights‘, um die es hauptsächlich ging, erhebt sich die Frage, was es an diesem Text zu bemängeln gibt, wo China doch vorgibt, die Menschenrecht zu achten?!

Das IOC hat die olympischen Ideale verraten. Das darf nicht wieder vorkommen, es hätte gar nicht vorkommen dürfen! Ein Führungswechsel wäre nötig

Joachim Fischer

Turnabteilung



Ausflug der Gymnastik-Damen

Am Montag, 25. August 2008 startete unser Ausflug nach Kommern ins zweitgrößte Freilichtmuseum Deutschlands!



11 Damen fanden sich recht früh auf dem Bahnhof in Dormagen ein und bei trockenem Wetter ging es per Bundesbahn in die Eifel. Ein Bus wartete in Mechernich auf uns und brachte uns auf die Anhöhe zum Eingang ins Freilichtmuseum. Dort wartete unsere „Turnschwester“ Dorchen auf unser Eintreffen. Es gab eine freudige Begrüßung und unsere Wanderung durch ein wunderschönes Waldgelände begann. Wir kamen an vielen Bauernhäusern aus dem Bergischen Land, dem Westerwald, der Eifel, dem Niederrhein und dem Bergischen Land vorbei. In den alten Bauernhäusern hatte man einen guten Einblick in die damaligen Verhältnisse. Es muss damals sehr kalt, dunkel und muffig gewesen sein. Das Leben war nicht

Turnabteilung

einfach, aber trotzdem wird es auch Glück und Zufriedenheit gegeben haben.

In der Gastwirtschaft „Zur Post“ stärkten wir uns mittags.



Dort fanden wir auch diese Zwei-Mann Kapelle, die bei Münzeinwurf flotte Lieder spielt.

Die zwei Gesellen konnten wir uns nicht entgehen lassen!

Die große Dauerausstellung „WirRheinländer“ war besonders interessant. Sie gab einen Einblick über das Leben der Arbeiterklasse und des Bürgertums, über Untertane und Obrigkeit von 1794 bis in die 1950er Jahre, ca. 160 Jahre rheinische Geschichte. Die bürgerliche Revolution Frankreichs, die auch das Rheinland erfasste und die unterschiedlichen wirtschaftlichen Entwicklungen in der Rheinprovinz waren dargestellt. Sie zeigte anschaulich das Verhältnis der liberalen Rheinländer zum preußischen Militärstaat. Auch der 1. und 2. Weltkrieg mit seinen Folgen wurde sehr anschaulich gemacht sowie dann in den 50iger Jahren die Teilnahme der Rheinländer am „Wirtschaftswunder“.

Alles wurde sehr lebensecht mit lebensgroßen Figuren dargestellt. Zahlreiche Prominente hatten ihre Gesichter und Hände dafür zur Verfügung gestellt. (Natürlich als Gipsabdrücke!) So konnte man z. B. Jürgen Becker bei der Darstellung der Roten Funken erkennen. Auch Lotti Krekel und ihr Mann Ernst H. Hilbich waren als Figuren im Trauzimmer der französischen Besatzungszeit zu erkennen. Ebenso entdeckte man den Kopf von Dirk Bach, Dieter Kürten, Peter Kraus

Turnabteilung

und sogar Jürgen Rüttgers. Die Ausstellung ist wirklich sehenswert gewesen.



Gleichzeitig lief eine kleine Hexenausstellung, über Katzen, Eulen, Fledermäuse, einfach alles was gruselig ist.

So habe ich mich als Hexe verkleidet und einen modernen Gruß nach Hause gesandt. (Der war schon da, als ich heimkam!) Die Technik macht es möglich!

Der Abschluss unseres Aufenthaltes in Kommern war ein Besuch im Restaurant Croatia. Dort stärkten wir uns mit leckerem Essen. Zum Schluss gab der Wirt noch eine Runde „Julischka“ aus. Die Zugfahrt verlief ohne Vorkommnisse und ein schöner Tag war zu Ende! Wie auch in den Vorjahren hatte Bärbel unseren Ausflug vorzüglich organisiert, wofür wir ihr sehr dankbar sind!



Turnabteilung

Stepp - Aerobic – Fitness:

Mütter, deren Kinder vormittags im Kindergarten oder in der Schule sind, sollten wieder etwas für die Kondition, Beweglichkeit und die Figur tun!

Wann? **Montag** von 9.00 – 10.30 Uhr im Sportzentrum Zons (Kraftraum) nähere Info: Ingrid Sievers ☎ 21 55 74



Außerdem.....

Für die Vereinsarbeit und in der Turnhalle brauchen wir immer ehrenamtliche **Helfer!** Wer Lust hat oder einfach wissen will, was zu tun wäre, bitte die Abteilungsleitung Turnen oder eine Übungsleiterin ansprechen:

I. Sievers, ☎ 21 55 74 oder auch per E-Mail: ghsiewers@online.de

Mutter und Kind Gruppe:

Seit dem Ende der Sommerferien leitet **Yoly Oliveros Cantillo** unsere Mutter- und Kind Gruppen.

Für die zweite Gruppe, **dienstags von 10.30 – 11.30 Uhr** sind noch Plätze frei! (Die Stunden finden im Sportzentrum statt)

Wer Interesse hat, einfach hingehen oder ☎ 21 55 74 (I. Sievers) anrufen.

Turnabteilung



Montags – Damengymnastik

Seit ca. 1 Jahr trainieren die Damen u. a. Übungen nach **Pilates**. Diese Übungen werden langsam und konzentriert – vorwiegend auf dem Boden ausgeführt, es wird viel Wert auf die Atmung gelegt. Durch Stärkung der Lendenwirbelsäule können Rückenbeschwerden gelindert werden.

Die Hals-, Nacken und Schultermuskulatur wird entlastet, der Bauchbereich gestärkt und die Beckenbodenmuskulatur aufgebaut. Dies kann Linderung bei Stuhl- und Harninkontinenz verschaffen. Außerdem dient **Pilates** zur Vorbeugung von Osteoporose.

Gerade auch für ältere Damen wäre es also ein Versuch wert, diese Übungen **montags von 18.30 bis 20.00 Uhr** in der Turnhalle an der Deichstraße kennen zu lernen.

Ingrid Sievers – Übungsleiterin - ☎ 02133 – 21 55 74

Gymnastikgruppe für Mütter mit Babys und Kleinkinder

Jeden **Freitag von 9.00 bis 10.00 Uhr** treffen sich Mütter mit oder auch ohne ihre Kinder **jetzt in der Turnhalle der Grundschule an der Deichstraße** um gemeinsam zu trainieren. Also, kommt in die Halle an der Deichstraße, wir freuen uns auf jeden, der noch mitmachen möchte!

gez. Ina Brand



Turnabteilung

Trainingszeiten

*in der Turnhalle der Offenen Ganztags-Grundschule Zons,
Deichstraße und im Sportzentrum*

Wochentag:	Zeit:	Gruppe:	Übungsleiter:
Montag: Sportzentrum	9.00 - 10.30 Uhr	Stepp - Aerobic	Ulrike Wagner
Montag: Deichstraße	17.00 - 18.30 Uhr	Mädchen - Turnen (Leistungsgruppe)	Christa Hyrbaczek
dto.	18.30 - 20.00 Uhr	Damen-Gymnastik (auch nach Pilates)	Ingrid Sievers
dto.	20.00 - 21.30 Uhr	Aerobic – Fitness Stepp - Aerobic	Marilyn Szafran
Dienstag: Sportzentrum	09.30 - 10.30 Uhr	Mutter und Kind / Gruppe 1	Yoly Oliveros
dto. Sportzentrum	10.30 - 11.30 Uhr	Mutter und Kind / Gruppe 2	Yoly Oliveros
Mittwoch: Deichstraße	15.00 - 16.00 Uhr	Kleinkinder 3 -4 Jahre	Ingrid Sievers
dto. Deichstraße	16.00 - 17.00 Uhr	Vorschulkinder 5 – 6 Jahre	Ingrid Sievers + Marcia Fornol
dto. Deichstraße	17.00 - 18.30 Uhr	Mädchen - Turnen (Breitensport)	Ingrid Sievers + Iris Hoffschlag
dto. Deichstraße	18.30 - 20.00 Uhr	Mädchen - Turnen (Leistungsgruppe)	Christa Hyrbaczek
dto. Deichstraße	20.00 - 21.30 Uhr	Damen-Gymnastik	Sigrid Ritterfeld
Donnerstag Sportzentrum	10.00 - 11.30 Uhr	Rückenschule Gesunde Bewegung am Vormittag für Sie u. Ihn	Sigrid Ritterfeld
Freitag: Deichstraße	9.00 - 10.00 Uhr	Gymnastik für Mütter mit Betreuung für Babys u. Kleinkinder	Ina Brand

Stand 11/2008

Information: Ingrid Sievers ☎ 215574 oder die jeweiligen Übungsleiterinnen

Tennisabteilung

2008? Gut gelaufen!

Das Resümee der zurückliegenden Saison fällt, nach genauer Betrachtung, wieder einmal durchaus positiv aus! Beginnend mit der Arbeitsintensiven Platzinstandsetzung, bei der die Einsatzfreude weiterhin ungebrochen zu sein scheint. Auffallend ist aber das überwiegend die gleichen Gesichter wie in den vorangegangenen Jahren auf den Bildern zu erkennen sind. Die Saisoneroöffnung ging einher mit dem außerordentlich erfolgreichen Aktionstag Deutschland spielt Tennis. Bei Spaß, Sport, Spiel und geselligem Zusammenhocken wurde der Grundstock für eine abermals erfreuliche Mitgliederentwicklung gelegt, die sich im Saisonverlauf fortsetzte. Bis zum heutigen Tag konnten über zwanzig Mitglieder mit dem Slogan willkommen im Club begrüßt werden. Zum besseren Kennenlernen wurde an den besonders stark frequentierten Spieltagen, hier besonders der Dienstag, ein Speisenangebot eingeführt für das Robert Lonnes und seine sympathische Cousine Kiki verantwortlich zeichneten.

So konnte nach den anstrengen sportlichen Aktivitäten mit schmackhaften Kreationen der Kalorienhaushalt bei freundlichem Smal Talk wieder ins rechte Lot gebracht werden. Ebenfalls ein gutes Instrument zum gegenseitigen Kennenlernen ist das, in der Regel, 14 tägig stattfindende Bier-Gerten-Tennis. Übrigens kann an diesen Tagen auch Boule gespielt werden, was eine gute Gelegenheit wäre, auch mal die oder den Partnerin / Partner mitzubringen die/der nicht Tennis spielen. Ja und dann kommen sie, die Spiele die eigentlich kaum einer wirklich liebt, aber trotzdem immer wieder über sich ergehen lässt. Den Verlauf kann man als Hopp und Topp bezeichnen. Hopp bezüglich der Herren 50, musste man doch tatsächlich nach dem Euphorisch gefeierten Aufstieg der letzten Saison wieder dahin wo man hergekommen war. Es war kurz gesagt total der Wurm drin. Topp in Bezug der Herren 30, die sich nach einer Saison der Standortbestimmung und "viel viel" Lehrgeld deutlich steigern konnte. Dies drückt sich noch nicht unbedingt in den Gesamtergebnissen aus, aber hier fehlt jetzt wahrscheinlich nur

Tennisabteilung

noch die Spielpraxis um die Spiele die "gaaanz" knapp verloren gingen positiv zu beenden.

Top-Top natürlich die Damen 40, die nach dem letztjährigen Abstieg im Stile einer Spitzenmannschaft sofort den Wiederaufstieg schafften. Und dies dadurch, dass die engen Spiele die letztes Jahr leider verloren wurden diesmal in der Mehrzahl gewonnen wurden. Bei unseren jüngsten den Junioren AK III/IV kann man die Saison mit Durchschnittlich bezeichnen. Da sind halt Vereine wie GW Neuss oder auch RW Grevenbroich (noch) im Vorteil, da diese aus dem vollen Schöpfen können. Keine Luftblase sondern eine gelungene Premiere stellte die nach 20 Jahren erstmals wieder ausgetragene Stadtmeisterschaft dar. Erstmals haben sich die drei noch verbliebenen Tennisvereine Dormagen`s zusammengetan und mit vereinten Kräften eine, natürlich mit Unterstützung potenter Sponsoren, gelungene Veranstaltung auf die Beine gestellt. Für die Stadtmeister(innen) gab es imposante Pokale als auch Sachpreise. Durch die erwähnte Sponsorenunterstützung gingen aber auch die Platzierten nicht leer aus und wurden ebenfalls mit Sachpreisen ausgezeichnet. Nur Schade, das mit Martin Endres nur ein Spieler aus Zons an dem Turnier teilnahm. Eine überaus gelungene Sache war das, nun schon zum zweiten Mal, anlässlich der Fussball-EM veranstaltete öffentliche Gucken (Public Viewing).

Die Teilnahme war Ansprechend und die Stimmung, außer gegen Spanien, hervorragend. Eine ganz tolle Geschichte war das von Petra und Thomas Krumm initiierte Hamburger Wettessen. Die wunderbare Idee hatte wahrlich mehr Teilnehmer verdient, besonders da der Erlös aus diesem Wettkampf der Jugendkasse zugute kam. Die Freude der wahrscheinlich total gesättigten Sieger, Angelika Priebe bei den Frauen und Horst Seifen bei den Männern, über die ausgelobten Preise wurde dadurch aber nicht geschmälert. Das absolute Highlight dieser Saison war aber ganz klar das Jubiläum das am ersten Septemberwochenende auch in der Öffentlichkeit und der heimischen Presselandschaft die gebührende Aufmerksamkeit fand. Dies trug der Tatsache Rechnung, dass die Tennisabteilung bereits 25 Jahre existiert und seit 20 Jahren auf der eigenen, herrlich gelegenen, Anlage ihren Sport betreibt. Daher

Tennisabteilung

konnten auch, wie sonst üblich, diesmal nicht die Clubmeisterschaft als Saisonhöhepunkt ausgerufen werden. Nichts desto trotz wurden auch dieses Jahr in zum Teil sehr spannenden und interessanten Begegnungen in fünf Konkurrenzen die Clubmeister ermittelt. Ein Saisonabschluß-Brunch mit sehr guter Beteiligung war dann ein würdiger Abschluss dieser, siehe oben, durchaus positiven Saison.

Bleibt nur noch allen Mitgliedern, deren Familien sowie unseren Freunden und Gönnern eine besinnliche Adventszeit frohe Weihnachten und ein gesundes und erfolgreiches neues Jahr zu wünschen.



Tennisabteilung

Die Tennisabteilung feierte Jubiläum

Anlässlich des 25-jährigen Jubiläums der Tennisabteilung der SG Zons zeichnete der Vorsitzende Werner Kock im Beisein von Bürgermeister Heinz Hilgers jetzt 16 von 44 Gründungsmitgliedern für 25 Jahre Vereinstreue und ehrenamtliches Engagement im Sport aus. Im Kreis vieler Gäste aus Politik, Verwaltung, Schule



befreundeten Vereinen und den Mitgliedern ließ Kock 25 Jahre Tennis in Zons im Zeitraffer Revue passieren. Nach der Gründung im Jahre 1983 folgten 15 Jahre Tennisboom, geprägt durch Boris Becker und Steffi Graf. Ende der 90er Jahre ließ der Tennisboom nach und wie in allen Tennisvereinen musste auch die SG Zons mit einem erheblichen Mitgliederrückgang kämpfen. Viele Aktionen, Zusammenarbeit mit Schule, dem Trainerteam um Robert Lonnes und starkes Engagement der Mitglieder konnten den Mitgliederschwund stoppen. Seit 2005 konnten wieder viele junge Familien für den Tennissport gewonnen werden. Heute zählt die Tennisabteilung der SG wieder 150 Tennisbegeisterte, wobei ein Drittel Neumitglieder aus den vergangenen drei Jahren sind.

Tennisabteilung

Da auch der Wettergott mitspielte, konnte die Sportgemeinschaft an zwei Tagen ihr jährliches Sommerfest nebst Jubiläum der Tennisabteilung mit vielen Besuchern, reichlich Spaß, Sport und guter Laune feiern. Für Kinder und Jugendliche gab es ein eigenes Programm mit Zeltlager, Torwandschießen, Hüpfburg, Pänzmobil, Boule und Face-Painting.

Weitere Infos gibt es im Internet unter "www.sg-zons-tennis.de".

Aufstieg!
Wenn das kein Grund zum Feiern ist!
Gratulation!



Satzungsänderung

Delegiertenversammlung statt Hauptversammlung

Die SG ZONS hat in der Mitgliederversammlung am 14.11.2008 die Satzung geändert und der Regelung gefolgt, wie sie in anderen großen Vereinen schon seit einiger Zeit praktiziert wird. Was bedeutet dies? Ab dem Jahr 2009 gibt es keine Hauptversammlung in Form einer Mitgliederversammlung mehr, zu der alle Mitglieder eingeladen waren. An die Stelle der Hauptversammlung tritt die Delegiertenversammlung, die die gleichen Aufgaben behandelt, wie die Hauptversammlung, d. h. Vorlage der Geschäftsberichte der SG ZONS und seiner Abteilungen, des Kassenberichtes der SG ZONS, Wahl des Vorstandes alle zwei Jahre usw.

Die Delegiertenversammlung setzt sich aus den Mitgliedern des satzungsgemäßen Vorstandes und den Delegierten zusammen, die die Abteilungsversammlungen wählen müssen. Die Zahl der Delegierten soll einerseits die Stärke der Abteilung repräsentieren, andererseits aber eine Übermacht über die kleineren Abteilungen möglichst vermeiden. Die Mitgliederversammlung ist am 14.11.2008 dem Vorschlag des Vorstands gefolgt und hat folgende Regelung für die Wahl der Delegierten durch die Abteilungsversammlung beschlossen:

Bis zu 200 Mitglieder werden 1 Delegierter je angefangene 50 Mitglieder und ab 201 Mitglieder 1 Delegierter je angefangene 100 Mitglieder gewählt, mindestens aber 2 Delegierte je Abteilung. Für die Anzahl der Delegierten ist die gleiche Anzahl an Ersatzdelegierten zu wählen. Beispiel: Eine Abteilung hat 366 Mitglieder. Dies ergibt für die ersten 200 Mitglieder 4 Delegierte. Dazu kommen 2 Delegierte für die nächsten 166 Mitglieder und der Abteilungsleiter, also insgesamt sind es 7 Delegierte.

Zu den Delegiertenversammlungen haben alle Mitglieder Zutritt, jedoch kein Stimmrecht.

1. Delegiertenversammlung: Freitag 27. März 2009

Badmintonabteilung

Badminton der kleine
Unterschied ob Feder- oder
Kunststoffball

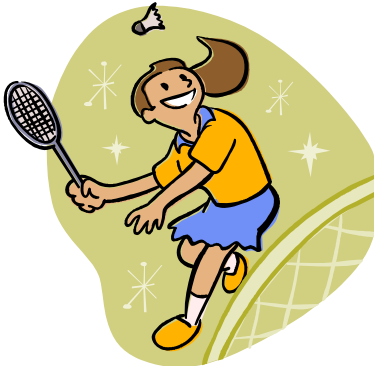


Der Federball

Die Naturfederbälle finden ihre Anwendung beim Badminton und sehr selten beim Federballspiel. Der Kopf ist aus Kork, der Federkranz besteht in der Regel aus 16 Gänse- oder Entenfedern, die in den Kork eingeklebt und miteinander verschnürt sind. Gefertigt werden sie per Hand hauptsächlich in Asien. Sie zeichnen sich durch besondere Flugeigenschaften aus. Bei Spitzenspielern erreicht der Federball, beim SMASH (sehr harter und schneller Schmetterball), kurzzeitig über 300km/h. Durch die spezielle Anordnung der Federn wird der ca. 5 g leichte Ball während des Fluges von der durchströmenden Luft in Rotation um seine Längsachse versetzt, wodurch der Flug stabilisiert wird. Dennoch wird er im besonderem Maße von den Umgebungsbedingungen wie Temperatur, Luftdruck und Luftfeuchtigkeit beeinflusst. So können Flughöhe, Geschwindigkeit und Reichweite des Clears (lang geschlagener Ball) in Hallen unterschiedlicher Höhenlage stark variieren. Die Ballgeschwindigkeit kann durch das Knicken der Spitzen nach innen und nach außen beeinflusst werden. Der Ball bietet dadurch mehr oder weniger Luftwiderstand. Naturfederbälle brechen relativ leicht, besonders bei unsauber ausgeführten Schlägen. Bedingt durch den größeren Verschleiß und den höheren Kosten von Naturfederbällen haben sich im Freizeit – und Jugendbereich Imitate aus Kunststoff durchgesetzt. Sie sind günstiger und haltbarer, haben allerdings andere Flugeigenschaften und bieten weniger Möglichkeiten für ein variantenreiches schnelles Spiel. Fällt ein Echtfederball bei einem Clear fast senkrecht, folgt der Kunststoffball noch weitgehend einer parabelförmigen Flugbahn, wodurch diese Bälle leichter erlaufen werden können. Den Kunststoffball gibt es in verschiedenen

Badmintonabteilung

Ausführungen, mit denen man dann auch im Freien spielen kann. Egal ob Natur- oder Kunststoffball, das Wichtigste ist der Spaß am Spiel und wie heißt es: Sport ist im Verein (Gemeinschaft) am schönsten. Besuchen sie uns zu einem unverbindlichen Probetraining in der Dreifachhalle in Zons.



Minimannschaft

U13 in guter Form

U13 steht für unter 13 Jahre, das sind die Jahrgänge 1996,97 und jünger. Die Spielerinnen und Spieler der SG Zons sind bis jetzt sehr erfolgreich und führen die Tabelle ohne Verlustpunkte an. Hier zeigt sich die gute Aufbauarbeit die in den letzten Jahren von der Abteilung geleistet wurde. Was nutzt die beste Trainingsarbeit, wenn die Spielerinnen und Spieler das Potenzial und die Freude an dieser tollen Sportart nicht mitbringen würden. Zu einer erfolgreichen Trainingsarbeit gehört auch die Unterstützung vom Elternhaus, denn ohne deren Mitwirken, gäbe es keine Fahrten zu den Meisterschaftsspielen und Turnieren. In diesem Alter steht noch das spielerische Erlernen im Vordergrund, wobei eine Portion Talent förderlich ist. Dazu kommen Einsatzwille, schnelle Auffassungsgabe und das Umsetzen des erlernten. Beim Spiel müssen die Stärken und Schwächen des Gegners schnell erkannt werden und Gegenmaßnahmen zu starten. Eine der Maßnahmen ist das ideenreiche Spiel. Vom Ergeiz gepackt, kämpfen die Mädels

Badmintonabteilung

und Jungen um jeden Ball. körperliche Nachteile, (Größe, Reichweite) werden mit Technik und Kampf kompensiert und wettgemacht. So wurden manche Spiele gegen ein bis zwei Köpfe größere Gegner gewonnen. Es macht auch dem Trainerteam Spaß dem Nachwuchs zuzuschauen. Trifft man auf einen besseren Gegner und man hat alles gegeben, gibt es lobende Worte und Anerkennung.

Zu dieser erfolgreichen Mannschaft gehören:

Jan Thewald, Jessica und Patricia Boglowska, Katharina Georg, Michel Schwitalla und Alexander Schuster.

Ausgestattet mit Trikots von unserem Sponsor Reifen Wüsthoff und der Aufschrift SG Zons Badminton macht unsere Mannschaft auch optisch einen guten Eindruck.



Bild der Minimannschaft Saison 2008 /2009

Badmintonabteilung

Von links: Jessica Boglowska, Jan Thewald, Patricia Boglowska, vorne Michel Schwitalla

Nikolausturnier



Jedes Jahr, so um den, 6 Dezember herum, haben wir unser Nikolausturnier. Dies ist kein gewöhnliches Badmintonturnier mit Spielerinnen und Spielern aus anderen Vereinen, sondern es ist ein Turnier nur für uns. Das besondere an diesem Turnier ist der Ablauf und die Atmosphäre. Bei den bekannten Rang- und Qualifikationsturnieren geht es einzig und alleine um Punkte und Platzierungen, bei uns geht es um Spaß und Unterhaltung. Das Badmintonspielen ist nur Beiprogramm. Jeder Teilnehmer bringt zum Turnier eine Kleinigkeit mit. Kuchen, Plätzchen, Nüsse, Schokolade, Lebkuchen, Salat, oder was zu trinken. Es gibt Glühwein, Punsch und alkoholfreie Getränke. Gespielt werden nur Doppel, zum Teil auch gemischte Doppel und diese auf Zeit und Punkte. Die Paarungen werden per Los entschieden. Junge mit Älteren, Mannschaft – mit Hobbyspieler. Gekämpft wird um jeden Punkt, aber das dicke Ende kommt nach Ablauf der Zeit, denn dann entscheidet wiederum das Los wer gewonnen und die Punkte gutgeschrieben bekommt. Hat zum Beispiel das Doppel A gegen Doppel B mit 21:8 gewonnen, aber das Los meine es gut mit B, dann bekommt die Paarung B die Punkte gutgeschrieben. Zwischen den einzelnen Spielrunden wird sich an den Leckereien vergangen und der Punsch mundet auch immer sehr gut. So werden an diesem Abend 6 – 8 Doppel mit immer neuen Paarungen gespielt. Am Ende hat nicht immer der beste Spieler gewonnen, sondern der Spieler mit dem meisten Glück. Den obligatorischen Weckmann gibt es als Wegzehrung für den Heimweg. Denn der Nikolaus soll auch bei uns in guter Erinnerung bleiben.

Badmintonabteilung

Mit Badminton fit bleiben

Weitere Infos:

F + S Passmann

Telefon: 02133/81285

Klaus Stange

Telefon: 02133/91116

Sabine Bleich

Telefon: 02133/71440

Trainingszeiten: ***Vorübergehend***

Montag	18:30 – 20:00 Uhr	Schüler, Jugendtraining
	20:00 - 22:00 Uhr	Senioren, Mannschaft
Mittwoch	18:00 - 19:30 Uhr	Schüler, Jugendtraining
	18:45 - 20:15 Uhr	Senioren, Mannschaft

Schnupperkurs, Anfänger und Einzeltraining nach Vereinbarung

Spielergebnisse und Termine der Abteilung www.sg-zons.de



Leichtathletikabteilung

Abschiedsgrüsse von Judith Müller

Liebe Leichtathletikfreunde, meine liebe Sportgruppe!

Der Zug der Zeit kommt zwar immer pünktlich, aber nicht immer zur rechten Zeit. Für mich war es definitiv nicht die rechte Zeit euch, meine liebe Gruppe, abzugeben. Wie gern würde ich weiter diese Gruppe leiten, hätte ich mehr Zeit. Aber nein, mein „böses“ Studium funkt dazwischen. Ihr dürft mir glauben, diese Entscheidung ist mir keineswegs leicht gefallen, aber es ging leider nicht anders.

So bleibt es mir nun nur, euch für die schöne Zeit und die unvergesslichen Sportstunden zu danken. Es ist schön zu sehen und mitzuerleben, wie viel Spaß euch der Sport bereitet hat. Bewahrt euch bitte diese Freude, denn sie ist etwas sehr wertvolles!

Gern erinnere ich mich an viele zusätzliche Aktivitäten neben den gemeinsamen Sportstunden. Der Nachmittag im Tannenbusch, der gemeinsame Kinobesuch und auch die Jugendherbergszeit waren für mich unvergessliche Momente. Danke, dass ihr stets so zahlreich teilgenommen habt.

Auch dir, liebe Hilde, möchte ich an dieser Stelle danken. Es ist unvergleichlich, wie du dich für die Kinder der SG Zons engagierst. Das ist alles andere als selbstverständlich! Für mich persönlich war es immer sehr schön zu wissen, dass du da bist. Ich bewundere deine Tatkraft und hoffe, dass du diese auch zukünftig beibehalten wirst. Du tust den Kindern damit einen riesigen Gefallen.

Ich hoffe, dass es der Leichtathletikabteilung der SG Zons in Zukunft weiterhin gut gehen wird und, dass der tolle Verein, seinen Kindern weiterhin so viel bieten kann. Kinder, nutzt das auch in Zukunft, behaltet eure Begeisterung für die Bewegung in Spiel und Sport und genießt die Zeit mit eurer neuen Trainerin, Jasmin. Ich bin überzeugt davon, dass sie es mindestens genauso gut, machen wird wie ich und ihr auch mit ihr viel Spaß haben werdet. Ich werde euch nicht vergessen und wer weiß, vielleicht erlaubt die Zeit mir bald einen Wiedereinstieg! Bis hoffentlich bald!

Eure Judith

Leichtathletikabteilung

4. Bahnserie der Leichtathleten in Zons

Das war ja schon wieder eine Steigerung gegenüber dem Vorjahr. 42 Läufer/innen nahmen an der Bahnserie (15.08.2008) über 3000m oder 5000m teil. Einige liefen sogar beide Strecken. Das tolle an dieser (noch) vereinsinternen Veranstaltung ist, dass wirklich alle Leistungsklassen vertreten sind. Am Ende gibt es auch keine Siegerehrung, sondern es wurde gemütlich bei Pizza und Getränke zusammen gegessen.

Frei nach dem Motto: FUN & RUN



Start über 5000m

Leichtathletikabteilung

Trainingsgruppen stellen sich vor

Schüler/innen Leichtathletikgruppe 3. und 4. Schuljahr:

Die Leichtathletikgruppe der Kinder 3. und 4. Schuljahr trifft sich jeden Donnerstag von 16.15 bis 17.30 Uhr in der Zonser Dreifachhalle. Zum Aufwärmen wird meistens gespielt, z.B. Brennball, Völkerball, Linienhexe oder Schwänzchenfangen.

Dann finden verschiedene Leichtathletikübungen, hauptsächlich im Bereich der Koordination und Ausdauer, statt. Das können Staffelspiele, Wettläufe, Sprünge, Wurfspiele usw. sein. Darüber hinaus werden die Kinder an weniger geläufige Disziplinen wie Hochsprung oder Hürdenlauf herangeführt. Aber auch Badminton, Trampolinspringen, Turnen, Fußball oder Basketball werden in das Training eingebaut.

Im Sommer wird auf dem Sportplatz trainiert oder es findet mal ein „Ausflug“ auf den Spielplatz in der Heide statt. Die Kinder sollen sich austoben und in den Spielen soll der Teamgeist gefördert werden. Natürlich gehören zum Programm auch Jugendherbergsfahrten oder andere Freizeitaktivitäten. Übungsleiterin: Jasmin Müller

Bei Interesse einfach mal anrufen: 02133 / 72888

Leichtathletikabteilung

„Kappes Walk“ 2008

Bei der diesjährigen Veranstaltung „Kappes Walk“ am 19.10.08 in Pulheim gingen die SG Zons Walker und Nordic Walker bei idealem Wetter als drittstärkster teilnehmender Verein an den Start. Walker sowie Nordic Walker waren motiviert sowie bei bester Laune und erzielten auf den Strecken von 6km, 10km und 15km persönliche Bestzeiten.

Mit an den Start gingen auf die:

6km Walkingstrecke

Gruendler Diana 0:46:57, Nowak Sylvia 0:47:33, Weber Claudia 0:48:38, Henschel Martina 0:48:47, Lambert Andrea 0:48:53, Seidel Barbara 0:49:00

6km Nordic-Walkingstrecke

Wiemer Peter 0:45:42, Krack Harald 0:49:04, Düring Hilde 0:50:53, Köker Margarete 0:50:53, Melsheimer Sylvia 0:51:03, Kämpf Tamara 0:51:43

10km Walkingstrecke

Schnitzler Wilfried 1:18:22, Tillmann Beate 1:33:42

15km Walkingstrecke

Heß Ute 1:48:51, Littwinski Edith 1:52:12

Leichtathletikabteilung

Wie auch die zwei vorangegangenen Veranstaltungen war auch diese wieder gut organisiert, wurde durch leckere Verpflegung sowie ein Rahmenprogramm abgerundet. Unter anderem konnte man sich nach dem Lauf mit einem leckeren kühlen Erdinger Weißbier, natürlich alkoholfrei, belohnen. Ein Grund um auch wieder im nächsten Jahr mit dabei zu sein!!!

Schon einmal zum vormerken: 25.10.2009

Mit sportlichen Grüßen

Hilde Düring,
Tamara Kämpf, Ute Heß



Vorankündigung

20. Zonser Staffelmарathon 15.03.2009



4 Läufer/innen teilen sich die Marathonstrecke

Laufklassen: Männer, Frauen, Gemischt

Keine Vereinszugehörigkeit erforderlich

Freizeitstaffel willkommen

Super Rahmen-Programm

Weitere Infos: www.sg-zons.de

Leichtathletikabteilung

32. Zonser Nachtlauf von Zons über 7 Meilen (11263m) & 12. Jedermannlauf über 3,1 Meilen (5000m)

Bei strahlendem Sonnenschein, sogenanntes Kaiserwetter, lockte der 32. Nachtlauf von Zons über 7 Meilen wieder deutlich mehr als 1000 Läufer/innen nach Zons. Aber auch der Jedermannlauf konnte in diesem Jahr eine neue Rekordbeteiligung verzeichnen. Nach 3,1 Meilen, exakt 5000m, liefen 154 Läufer über die Ziellinie.

Im Ziel des 7 Meilenlaufes (11263m) wurden 1080 Läufer „erfasst“. Das ist schon ein tolles Ergebnis, wenn man berücksichtigt, dass an diesem Wochenende die Herbstferien losgingen.

Der Startschuss über die 3,1 Meilen fiel um 19:00 Uhr im Zonser Sportzentrum.

Auf einer schönen Rundstrecke rund um die Zonser Heide, begleitet vom Applaus der Zuschauer, liefen die Läufer im Alter zwischen 8 – 78 Jahre los. Bei diesem Lauf handelt es sich um einen Jedermannlauf, wo es keine Siegerehrung der Ersten mit Preisen gibt, sondern eine große Tombola, wo jeder zweite Teilnehmer einen schönen Preis „ergattern“ konnte.

Natürlich werden die Läufer im 3,1 Meilen-Lauf nach Altersklassen gewertet und die ersten sechs Läufer und sechs Läuferinnen wurden an diesem Abend „aufgerufen“ und mit einer Urkunde ausgezeichnet.

Dass dieser Lauf ein Jedermannlauf ist, sieht man auch an den Zeiten. Die Zeiten lagen zwischen 17:55 und 52:44 Minuten.

Schon wenige Minuten nachdem der letzte Läufer beim 3,1 Meilenlauf die Ziellinie überquert hatte, wurde das 7 Meilen-Läuferfeld auf die 11,263 km (7 Meilen) langen Strecke geschickt.

Der Startschuss erfolgte pünktlich um 20:00 Uhr mittels Leuchtspurmuniten, sodass alle Läufer den Startschuss nicht nur hören, sondern auch sehen konnten.

Leichtathletikabteilung

Die 7 Meilen Läufer liefen erst Richtung Stürzelberg, wo schon beim Kilometer 2 die Sambagruppe „Quasi Samba“ aus Dormagen stand und mit heißen Rhythmen die Läufer anfeuerte. Schon kurz danach ging es durch die Zonser Straßen, wo unzählige Zuschauer den Läufern zu applaudierten. Die Strecke wurde durch 250 Pechfackeln erhellt, über 400 bunte Kerzen zeigten den Läufern den Weg. Außerdem, wo es besonders dunkel war, erleuchteten rund 25 Scheinwerfer den Läufern den Weg.

Im Ziel war dann auch schon wieder „Quasi Samba“ aktiv, um unter Zuschauerrufen, wie z.B. da geht noch was oder du siehst noch gut aus, alle Läufer rhythmisch ins Ziel zu leiten.

Allen Frauen im Ziel wurde, so wie in den Vorjahren, eine rote Rose überreicht. Vielleicht auch ein Grund mit, dass der Frauenanteil im 7 Meilenlauf über 30% beträgt.

Die Zieleinlaufzeiten betragen zwischen 37:16 und 87:11 Minuten. Natürlich lässt sich diese Veranstaltung nur mit vielen ehrenamtlichen Helfern verwirklichen. Rund 170 Helfer waren an diesem Abend und im Vorfeld aktiv, denn die Planungen für den 33. Nachtlauf fangen direkt nach dem jetzigen Lauf schon wieder an.

Die Helfer kommen nicht nur aus der SG ZONS, sondern aus vielen „Ecken“.

Alle Helfer zu nennen, ist natürlich nicht möglich, aber u.a. folgenden Helferteams gilt unser Dank.

Dies wären: Team Raphaelshaus und freiwillige Feuerwehr von Zons. Nicht zu vergessen, die gute Zusammenarbeit mit der Stadt Dormagen, Polizei, die externen Dienstleister (ohne ihnen „läuft“ es nicht) und ganz wichtig, unsere Sponsoren und Unterstützer.

Außerdem bedanken wir uns bei allen Zonser Bürgern für das Verständnis, dass während der Veranstaltung mit Verkehrsbehinderungen gerechnet werden musste.

Leichtathletikabteilung

Sie möchten mehr über das Laufereignis wissen? Dann einfach auf der SG ZONS Homepage unter www.sg-zons.de auf Entdeckungsreise gehen. Dort findet man noch viel mehr Infos.



Start zum 12. Jedermannlauf



Start des 32. Zonser-Nachlaufs

Leichtathletikabteilung

Fitness – Step-Aerobic plus Flexibar!

Wer kennt sie nicht, die Zerlegung der Trainingswilligen in Ihre Bestandteile! Da wird gezieltes Training für Bauch-Beine-Po angeboten, aber die Schultern hängen bis zum Boden. Oder Rückenkräftigung, und der Bauch wird total vernachlässigt. Da wird einseitig nur von den Füßen bis zur Hüfte trainiert, oder umgekehrt.

Wir bieten das Training nicht nur für Brust oder Keule, sondern für den ganzen Körper. Sowohl die Förderung der Ausdauer, als auch die Stärkung der Muskulatur, und das von Kopf bis Fuß, zählen bei uns ganz selbstverständlich zu einer Trainingseinheit.

Zum Step für die Ausdauer kommen bei uns noch Gymnastikhandeln und Flexibars zum Einsatz! Dies garantiert ein optimal auf Kräftigung und Ausdauer abgestimmtes Training!

Unsere Trainingszeiten (Dreifachhalle Zons):

- Montag: 18:30 – 19:30 Uhr Fitness Step-Aerobic - Alwin
- Montag: 19:30 – 20:30 Uhr Fitness Step-Aerobic - Ingrid
- Mittwoch: 19:30 – 20:15 Uhr Fitness Step-Aerobic - Alwin
- Freitag: 18.30 – 19.30 Uhr Fitness Step-Aerobic - Alwin



Leichtathletikabteilung

Trainingszeiten der Leichtathletikabteilung

Tag	Zeit	Gruppe	Übungsleiter/innen
Montag	15.30 - 17.00 Uhr	<u>Dreifachhalle im Zonser Sportzentrum</u> 50 Plus - Bewegung und Gymnastik Step Aerobic / Gymnastik Frauen - Gymnastik / Aerobic	Edith Wenzel (02133/477140)
	18.00 - 19.00 Uhr		Alwin Freischmidt (02133/40513) Ingrid Bückendorf (02133/3261)
Dienstag	18.00 - 19.00 Uhr	Dance-Aerobic von 12-18 Jahren Pilates	Bodo Kurz (02133/71338) Metaline Ehaer (02133/39664)
	18.00 - 19.00 Uhr		Alwin Freischmidt (02133/40513)
Mittwoch	19.30 - 20.30 Uhr	Fitness-Step Aerobic / Gymnastik	Alwin Freischmidt (02133/40513)
Donnerstag	15.00 - 16.00 Uhr	Kinder von 3 - 5 Jahren Vorschulkinder Kinder 1. und 2. Schuljahr Kinder 3. und 4. Schuljahr Breitensport für Frauen und Männer 50 Plus - Bewegung und Spiele Jugend+Schüler/innen 5. - 9. Schuljahr	Tamara Kämpf (02133/219469)
	15.00 - 16.00 Uhr		Hilde Düring (02133/42761)
	16.15 - 17.30 Uhr		Jasmin Müller (02133/72888)
	16.15 - 17.30 Uhr		Hans Lorenz (02133/70355)
	17.30 - 19.00 Uhr		Edith Wenzel (02133/477140)
	17.30 - 19.00 Uhr		Judith Müller (02183/6588)
Freitag	18.30 - 19.30 Uhr	Step Aerobic / Gymnastik	Alwin Freischmidt (02133/40513)
Montag	10.30 - 12.30 Uhr	<u>Kraftraum in der Dreifachhalle</u> Kraftsport Frauen / Männer 16 Jahre - Ende offen Kraftsport Frauen / Männer 16 Jahre - Ende offen Rückenschule	Mike Klippel (02133/885729)
	17.30 - 19.30 Uhr		Alwin Freischmidt (02133/40513)
	20.00 - 21.30 Uhr		Edith Wenzel (02133/477140) - KSB
Mittwoch	09.00 - 10.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik 50 Plus Wirbelsäulengymnastik für junge Frauen Kraftsport Frauen / Männer 16 Jahre - Ende offen Thai chi chuan	Edith Wenzel (02133/477140)
	10.30 - 12.00 Uhr		Edith Wenzel (02133/477140)
	18.00 - 20.00 Uhr		Alwin Freischmidt (02133/40513) Harald Vallbracht (02133/81132)
Donnerstag	09.00 - 10.15 Uhr	50 Plus	Edith Wenzel (02133/477140)
	10.30 - 11.45 Uhr		Edith Wenzel (02133/477140)
Freitag	11.00 - 12.30 Uhr	Kraftsport Frauen / Männer 16 Jahre - Ende offen Kraftsport Frauen / Männer 16 Jahre - Ende offen	Udo Wenzel (02133/477140)
	17.30 - 19.30 Uhr		Alwin Freischmidt (02133/40513)
Mittwoch	18.00 - 19.00 Uhr	<u>Laufen & Walken</u> Kinder- & Jugendlauftreff. Bei der Zonser Heide (Lauf- & Walkingtreffpunkt)*	Jasmin Müller (02133/72888)
Mittwoch	18.00 - 19.00 Uhr	Lauf- & Walkinggruppen 10 verschiedene Lauf- & Walkinggruppen Sommerzeit: bei der Zonser Heide (Lauffreffpunkt), Winter: auf dem Sportplatz*	Klaus-Peter Hofstadt (02133/450180) & 9 weitere Lauffreife- und Walkingbetreuer/innen
Freitag	10.00 - 11.00 Uhr	Walken. Bei der Zonser Heide (Lauf- & Walkingtreffpunkt)	Tamara Kämpf (02133/219469)
Sonntag	10.30 - 12.00 Uhr	Laufen & Walken. Bei der Zonser Heide (Lauf- & Walkingtreffpunkt)	Individuell
Mittwoch	20.00 - 21.30 Uhr	<u>Dreifachhalle an der Neuenheimer Gesamtschule</u> Breitensport für Männer	Andreas Feind (02133/478219)

Info für Kinder und Jugendtrainingszeiten

Die Altersangaben oder die Einteilung nach „Schuljahren“ sind nur ungefähre Anhaltspunkte.

Bei Unklarheiten einfach die Übungsleiter/innen ansprechen.

dies und das

Termine 1. Halbjahr

15. Januar	19:30 Vorstandssitzung
27/28. Januar	Kassenprüfungen der Abteilungen
17. Januar	Beginn Wagenbau (Helfer gesucht)

6. Februar 20:11 Kostümball

Eintrittskarten sind ab 7. Dezember bei den Abteilungsleitern vorrätig.

25. Februar	19:00 Fischessen des Vorstandes
15. März	11:00 20. Staffelmarchon
19. März	19:30 Vorstandssitzung
27. März	19:00 Delegiertenversammlung

Laufen hält das Altern auf!

Aus einer über 20 Jahre dauernden Studie in den USA geht hervor, dass regelmäßiges Laufen das Altern verzögern kann. Die Studie begann als die 500 Menschen 50+ Jahre alt waren. Die mehrmals die Woche joggenden Menschen waren körperlich weniger eingeschränkt, als die Nichtläufer. Das schon gute Ergebnis wurde noch getopt, dass nach 19 Jahren 34% der Nichtläufer gestorben waren, aber nur 15% der Läufer.

Hautkrebs-Rate verdoppelt!

22.000 Neuerkrankungen an Schwarzem Hautkrebs (Malignen Melanom) bedeuten, dass sich innerhalb eines Jahrzehnts die Rate in der Bundesrepublik verdoppelt hat. Etwa 2.300 Hautkrebs-Todesfälle pro Jahr verdeutlichen die Gefahr, die das ungeschützte Sonnenbaden mit sich bringt. Vorsicht ist die Mutter der Porzellan-kiste!

dies und das

DANKE!

Als der Hilferuf nach einem Weihnachtsbaum für unsere Nikolausfeier am 7. Dezember per Mail rund lief, war nicht anzunehmen, dass so schnell eine Reaktion aus dem Kreis der Mitglieder kam; denn solche Bäume stehen nun mal nicht so herum und warten auf Weihnachten. Aber wir hatten uns getäuscht. Eine edle Spenderin erklärte sich bereit, wenn kein Baum gefunden wird, würde sie einen bezahlen. Diese Meldung war wie aus einem Weihnachtsmärchen. Danke!

Noch ein Geschenk

Die VR Bank Dormagen hat dem Malteser Hilfsdienst eine Spende zukommen lassen, mit der mehrere Frühdefibrillatoren angeschafft werden konnten. Ein Gerät davon wurde der SG ZONS zur Verfügung gestellt und hat seinen Platz in der Sporthalle Zons gefunden. Der Malteser Hilfsdienst hat bereits mehrere Übungsleiter in der Bedienung des Gerätes geschult. Vorgesehen ist die Schulung aller Übungsleiter, die in der Sporthalle Zons tätig sind. Das Gerät ist verschlossen, damit es dem Gebrauch durch Ungeschulte entzogen ist. Jeder Übungsleiter erhält einen Schlüssel. Die SG ZONS bedankt sich bei der VR Bank Dormagen und dem Malteser Hilfsdienst für die Anschaffung und Schulung.

SPORTGEMEINSCHAFT ZONS 1971 E.V.



Geschäftsstelle: Saarwerdenstraße 38, 41541 Dormagen, Tel.: (02133) 3387 - Fax: (02133) 428485

Beitrittserklärung

Abteilung: _____ Name, Vorname: _____ Mitglied Nr.: _____

PLZ: _____ Ort: _____ Straße: _____

geb. am: _____ in: _____ Tel.: _____ E-Mail: _____

Ich erkenne die Satzung der SG ZONS an und verpflichte mich den Mitgliedsbeitrag ab Eintrittsdatum bis zum Ende des laufenden halben Jahres und danach halbjährig im Voraus zu entrichten. Ich erkläre mich einverstanden, dass der Mitgliedsbeitrag durch Bankeinzug erhoben wird und erteile die anhängende Einzugsermächtigung. Änderungen der persönlichen Daten (z.B. Anschrift, Konto-Nr. ...), melde ich umgehend schriftlich. Eine Kündigung ist gem. Beschluslage nur **schriftlich** zum **30. Juni oder 31. Dezember** möglich. Diese muss **1 Monat vorher** bei der SG ZONS eingegangen sein.

Der Beitrag beträgt für Erwachsene: _____ €/Monat,

für Schüler/Studenten: _____ €/Monat,

Kinder: _____ €/Monat.

Nach Vollendung des 18. Lebensjahres ist unaufgefordert eine Schul-/Studienbescheinigung vorzulegen. Ab 3 Familienmitgliedern in der SG ZONS: 20 % Rabatt für jedes Mitglied (außer Tennisabt.) Bedingung: Abbuchung von einem Konto!

Aufnahmegebühr: **5,- €**

_____, den _____ Unterschrift _____

(Bei Jugendlichen unter 18 Jahren die des gesetzlichen Vertreters, der mit seiner Unterschrift erklärt, für Forderungen des Vereins aus dem Mitgliedschaftsverhältnis einzutreten)

Die Mitgliederverwaltung erfolgt mit Hilfe der EDV. Die Daten der Mitglieder werden zu diesem Zweck unter Beachtung der Bestimmungen des Bundesdatenschutzgesetzes gespeichert.

Einzugsermächtigung

für die SPORTGEMEINSCHAFT ZONS 1971 e.V., Saarwerdendstraße 38, 41541 Dormagen

Hiermit ermächtige ich die SG ZONS bis auf Widerruf, den von mir lt. Satzung zu entrichtenden Mitgliedsbeitrag im Lastschriftverfahren einzuziehen, zu Lasten meines Kontos

Konto-Nr. _____ bei der _____ Bankleitzahl _____

_____, den _____ Unterschrift _____

Name des Kontoinhabers: _____

Der Empfang der Beitrittserklärung wird hiermit bestätigt!

SPORTGEMEINSCHAFT ZONS 1971 e.V., Saarwerdenstraße 38, 41541 Dormagen

Abteilung: _____

_____, den _____ Unterschrift _____

Weitere Informationen unter www.sg-zons.de (Mitgliederinfo)