

## Termine 1. + 2. Quartal 2023

18.02.	<b>Essener Azur Cup RSG / Offene Essener Stadtmeisterschaften RSG</b> <b>WK-Beginn:</b> 08.30 Uhr Wettkampf Jg. 2017-2012 14.05 Uhr Wettkampf Jg. 2011-2007+	<b>SH Haedenkampstr.</b>
25.02.	<b>GET-Stadtmeisterschaften Gymnastik K-Übungen</b> <b>WK-Beginn: nach Meldeschluss</b> Meldeschluss: 04. Feb 2023	<b>TH GE Bockmühle</b>
01.03. 25.03.	08.30 h RTZ 4/2023 Redaktionsschluss Erste Hilfe bei Sportverletzungen - Grundausbildung	TH Haus des Sports
01.04. 03.04. 22.-23.04.10.00 h	RTZ 5/2023 Redaktionsschluss Beginn der Osterferien KAHA®-Instructor	NRW TH Theodor Goldschmidt RS
01.05. <b>13.05.</b>	RTZ 6/2023 Redaktionsschluss <b>Junior-RTB-Cup Gymnastik 2023 K-Übungen</b>	<b>SH Comeniuschule</b>
26.-27.05.17.00 h	DTB - KursleiterIn Gleichgewicht und Stabilisation	TH Theodor Goldschmidt RS
28.05.	09.00 h Sturzprophylaxe	TH Theodor Goldschmidt RS
08.06. 22.06.	RTZ 7-8/2023 Redaktionsschluss Beginn der Sommerferien	NRW

## ↑ Rauf und Runter ↓

### ES GIBT IM RTB KEINE RUHE MEHR!

Nach der Neuwahl Ende Oktober 2021 dauerte es keine 2 Monate, bis die neue Präsidentin und zwei Vizepräsidentinnen aus Verzweiflung über die Umgangsformen in diesem Präsidium ihre Ämter niederlegten. Die Präsidentin Ilona Gerling schrieb dazu: **„Ich sehe keine Perspektive, dass ich mit der Zusammensetzung dieses Präsidiums etwas im Verband bewirken kann.“**

Der Rücktritt und diese Aussage löste bei den meisten TG/TV Entsetzen aus, noch verstärkt durch die **unsensible** Reaktion einer Vize-Präs.: Das stimme, aber die hätten ja mitgemacht.

Eine außerordentliche Mitgliederversammlung wurde selbst nach der Entscheidung des REA nicht einberufen. Damit liegt ein klarer **Satzungsverstoß** vor!

Auch die andauernde Debatte über die Verwendung der Tonaufnahmen zur Klärung von Einsprüchen spricht Bände über **intransparentes Vorgehen** des Präsidiums. Und die so gut angelaufene Arbeit der Steuerungsgruppe Satzung & Strukturänderung wird vom Präsidium kaltgestellt. Und jetzt geht es auf den Turnsport los.

**Das völlig inakzeptable, nicht satzungskonforme Vorgehen bezüglich des TK GTw schränkt nun auch noch die Basis ein.**

**Aus meiner Sicht ist das Verhalten des Präsidiums verbandsschädigend. In dieser Situation kann nur eine baldige a.o. MV mit Ab- und Neuwahlen unser Ziel sein.**  
gege

### ESSENER AZUR CUP 2023 RSG

**Veranstalter:** GET e.V.  
**Ausrichter:** Essener TB SW 1881 e.V.  
**WK-Beginn:** 8.30-13.15 Uhr (Jg. 2017-2012)  
14.05 Uhr (Jg. 2011-2007+)

**Kontakt:** Oxana Kohl; kohl\_oxana@gmx.de  
(Deutsch, Russisch)  
Elvira Kohl; kohl.elvira@web.de  
(Deutsch, Englisch)

Die Ausschreibung inkl. Wettkampfprogramm steht auf der GET-Website zum Download bereit.

**Essener  
AZUR CUP**  
RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK

**18. Februar 2023**

Haedenkampstr. 72  
45143 Essen  
Wettkampfbeginn 9.00 Uhr

Gemeinschaft Essener Turnvereine e.V. Essener Turnerbund Schwarz-Weiss 1881 e.V. Abteilung RSG

# Fortbildungen 1. und 2. Lizenzstufe/Fachqualifikationen

## KaRI - AUSBILDUNG ENTFÄLLT

- **Termine:** 25./26.02.23 - 04./05.03.23  
Prüfung am Sonntag, 12.03.23
- **Leitung:** Melanie Müller, KaRI-Wartin

So wurde die KaRI-Ausbildung vom AK GTw auf der Sitzung am 01. Feb. 2023 beschlossen. Zwei Tage später war dies nur noch Makulatur.

Das Präsidium des RTB hat die Vorsitzende des Technischen Komitees Gerätturnen weibl. (TK GTw) Jasmin Bretz ihres Amtes enthoben, welches sie fast ein Jahr erfolgreich ausgeübt hat und sie in die Position der stellv. Vorsitzenden zurück gesetzt. Als Vorsitzende wurde dann die vom Präsidium berufene kommissarische Vizepräsidentin Olymp. Sport eingesetzt. Dieter Koch, der sich im letzten Jahr für die Mitarbeit in dem TK GTw für Nachwuchs- und Leistungsförderung zur Verfügung gestellt hat, wurde vom Präsidium aus dem TK rausgeworfen. Als Begründung wurde angegeben, dass es diese Position laut Satzung nicht gibt. Aber die Satzung sagt, dass die Zusammensetzung der TKs in der Ordnung für die Fachliche Arbeit festgelegt ist.

Das TK GTw hat als Reaktion auf diese Entscheidungen des Präsidiums seine Arbeit niedergelegt und alle, die im GTw eingebunden sind, zu einem Online-Meeting eingeladen. Sie erklärten den mehr als 100 Teilnehmenden ihre Handlungsweise. Diese äußerten ihr Unverständnis über das Vorgehen des Präsidiums und konnten die Arbeitsniederlegung nachvollziehen. Alle vereinte die Sorge von ausbleibenden Turnveranstaltungen ( POYCI!! ) und somit von ausbleibenden Turnereignissen.

Unsere Kampfrichter-Ausbildung ist von dieser Situation natürlich auch betroffen. Das Präsidium fordern wir auf seine Entscheidung zurück zu nehmen zum Wohle des „Turnens“!!!

## ERSTE HILFE BEI SPORTVERLETZUNGEN

### F 2023-23174:

#### Grundausbildung

(9 LE) Seit dem 01.04.2015 ist der Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses (9 LE) zur Lizenzvergabe im Ausbildungsgang Übungsleiter C und Jugendleiter erforderlich. Dieser darf zum Zeitpunkt der Lizenzierung nicht älter als zwei Jahre sein.

Dieser Lehrgang richtet sich an alle angehenden Übungsleiter, die diesen Nachweis benötigen sowie an alle Interessierte, die ihre Erste-Hilfe-Kenntnisse auffrischen möchten.

#### Hinweis:

Diese Aus- und Fortbildungen können nur zur ÜL C-Lizenzverlängerung anerkannt werden, wenn eine weitere Fortbildung aus dem sportlichen Bereich mit mindestens 8 LE zusätzlich wahrgenommen wird.

- **Termin:** Sa 25.03.23, 8.30 - 16.30 Uhr
- **Ort:** TH Haus des Sports
- **Leitung:** Malteser Hilfsdienst e.V.  
Lehrteam Essen
- **Preis:** Teilnahme kostenlos;  
Kooperation mit der VBG  
Stornierungen bis 14 Tage vor  
Lehrgangsbeginn kostenlos; danach 46 €.



Alle Lehrgänge detailliert auf  
[www.turnen-in-essen.org](http://www.turnen-in-essen.org)

## KAHA®-INSTRUCTOR

### FQ 2023-97720:

(15 LE) KAHA® heißt übersetzt aus der Sprache der Maori „energiegeladen“ und wurde von Bernhard Jakszt mit Unterstützung von Simone Müller, Physiotherapeuten und Sportwissenschaftlern entwickelt. Es ist inspiriert vom Taiji, Qigong, AROHA® und dem klassischen Yoga. Langsam und fließend geht eine Bewegung in die andere über, sodass immer genügend Zeit bleibt, diese kontrolliert auszuführen und einen sofortigen Effekt zu spüren – eine gesunde Balance zwischen Beweglichkeit und Stabilität des Körpers.

KAHA® ist mobilisierend, fordernd und beruhigend • Kräftigt, dehnt und entspannt entscheidende Muskelgruppen • Ist von jedem Teilnehmer und in jedem Alter durchführbar, besonders hinsichtlich der Koordination, Konzentration und muskulären Voraussetzungen • Gibt innere Ruhe und Gelassenheit.

Enthaltene Materialien: Manual, 1 Audio CD, ein Video, das über einen Link heruntergeladen werden kann.

**Abschluss:** Die Teilnehmer erhalten das Zertifikat KAHA®-Instructor. Mit diesem Zertifikat ist der Teilnehmer berechtigt, Kurse unter dem Namen KAHA® anzubieten.

**Voraussetzung:** mind. TR/ÜL C oder gleich- bzw. höherwertige berufliche Ausbildung.

#### Verlängerung für:

ÜL B, DTB-Rückentrainer sowie TR/ÜL C

- **Termine:** 22./23.04.23  
Sa 10 - 18.15 | So 9 - 15 Uhr
- **Ort:** TH Theodor Goldschmidt Realschule
- **Leitung:** Simone Müller, DTB
- **Preis:** 260 €, 205 € mit QZ BEMO-Empf.  
160 € GET-Mitglieder  
GymCard-Frühhucherrabatt: 10 €, bis 28.02.23

## Jugendländerkampf und Pre-Olympic-Youth-Cup 2022

Mit dem Jugendländerkampf (JLK) des DTB und dem Internationalen Pre-Olympic-Youth-Cup (POYC) des RTB fanden in Essen gleich zwei Turn-Highlights statt. Die GET richtete die beiden internationalen Wettkämpfe im Gerätturnen der weiblichen Jugend am 05. Nov. 2022 in der SH Haedenkampstraße aus. Das hohe turnerische Niveau hat uns und alle Anwesenden begeistert.

Beim 4-Länderkampf gingen Turnerinnen aus Belgien, Frankreich, der Schweiz und Deutschland an den Start. Das Team aus Frankreich konnte sich mit 141,700 Punkten ganz knapp vor das belgische Team (141,500 Punkte) setzen; Platz Drei ging an die Schweiz (140,450 Punkte). Die Turnerinnen aus Deutschland mit Anni Bantel, Charleen Bach, Line Mayer, Emilia Müller, Mayada Hassan und Jesenia Schäfer belegten mit 136,200 Punkten den vierten Platz.

Am Pre-Olympic-Youth-Cup nahmen Turnerinnen aus ganz Deutschland und Belgien teil.

Ein ausführlicher Bericht ist auf der GET-Website [www.turnen-in-essen.org](http://www.turnen-in-essen.org) veröffentlicht.



JLK 2022 - Boden, Team SUI



JLK 2022 - Balken, Team GER



JLK 2022 - Barren, Team GER



# Wettkampf

D-Cup Rhönradturnen 2022

## ZWEI TITEL BEIM DEUTSCHLAND-CUP FÜR DEN KETTWIGER SV



v.l.: Lilly Haas, Helena Wehmeyer, Chiara Rosenbaum, Timon Happe und Eliza Essers Tostado

Punkten erhielt sie die einzige siebener Wertung in ihrer Altersklasse und sicherte sich den Titel in der AKL 11/12w mit fast einem Punkt Vorsprung.

Lilly Haas zeigte ebenfalls eine sehr schöne Geradekür mit lediglich einer kleinen Unsicherheit. Bei einem Wettkampf auf diesem hohen Niveau muss es aber perfekt laufen, um sich einen Treppchenplatz sichern zu können. Sie belegte dennoch mit 7,70 Punkten den undankbaren vierten Platz in der AKL 17/18w.

Ihre zweite Chance auf einen Pokal nutzte sie in der Disziplin Sprung der AKL 17/18. Besonders das Aufbücken wurde zuletzt im Training intensiv trainiert und es zahlte sich aus. 6,90 Punkte erhielt sie für ihren Sprung mit Salto vorwärts gebückt und sicherte sich nach Platz zwei beim D-Cup 2019 erstmals den Titel in dieser Disziplin.

Timon Happe startete in der AKL 19-24m und turnte ebenfalls eine sehr schöne Geradekür. Mit 7,50 Punkten bekam er bei der Siegerehrung den Pokal für den dritten Platz.

In der Mannschaftswertung belegte der Rheinische Turnerbund den zweiten Platz hinter dem Westfälischen Turnerbund und vor dem ausrichtenden Niedersächsischen Turnerbund.

Die beiden mitgereisten Trainerinnen Chiara Rosenbaum und Eliza Essers Tostado sind stolz auf die Leistungen ihrer Schützlinge und freuen sich, dass jeder der drei einen Pokal mit nach Hause nehmen konnte.

## Ein Titel für die SG Heisingen



v.l.: Konstantin Remy, Pauline Hinz, Marieke Jaeger, Larissa Klick

## DVMM Rhönradturnen

Bei den Deutschen Vereins-Mannschafts-Meisterschaften, die auch an diesem Wochenende am gleichen Wettkampfort ausgetragen wurden, belegte das Rhönradteam der SG Essen Heisingen den 5. Platz, nur 0,05 Punkte hinter Platz 4.

Die kurzfristige personelle Umbesetzung, die durch den verletzungsbedingten Ausfall von Ida Glingener notwendig wurde, zerrte leider an den Nerven des gesamten Teams. Fast alle mussten Punktverluste wegen Unsauberkeiten oder auch Stürzen hinnehmen. Einzig Finja Süßelbeck zeigte gute Nerven und turnte ihre Musikkür in Bestform. Sie erhielt 10,1 Punkte dafür.

DM Rhönradturnen 2022

## ZWEIMAL BRONZE FÜR HEISINGER RHÖNRADTURNERINNEN

In Bielefeld trafen sich Ende Oktober die besten deutschen Rhönradturnerinnen und Turner der Altersklasse 19+ zu den Deutschen Meisterschaften. Von der SG Heisingen hatten sich hierfür vier Heisinger Turnerinnen bei den Norddeutschen Meisterschaften qualifiziert.

Tami Süßelbeck präsentierte alle drei Disziplinen, den Sprung, das Spiraleturnen und das Geradeturnen zur Musik sehr sicher und sehr gut. An der Spitze gibt es allerdings Ausnahmetalente, an denen kaum ein Weg vorbei führt, daher freute sie sich sehr über ihren 5. Platz.

Mit ihrem gestreckten Salto vorwärts mit  $\frac{1}{2}$  Drehung vom Rad bewies Fabienne Beckmann ihre Stärke. In der Musikkür musste sie aufgrund kleiner Fehler leider Punktverluste hinnehmen, behielt aber die Nerven und schaffte es, die Abweichungen von der ursprünglich einstudierten Kür gut zu überspielen. Auch Fabienne war mit ihrem 14. Platz sehr zufrieden.

Celina Schmidtke zeigte eine ordentliche Musikkür im Geradeturnen. In ihrer Spiralekür musste sie leider einige Punktabzüge der Kampfrichter hinnehmen und durch ihre derzeitig schwächere Disziplin, dem Sprung, erzielte sie leider nur Platz 20.

Ida Glingener musste leider verletzungsbedingt absagen.

Große Freude kam bei der Verkündung der Teilnehmer der Finalwettkämpfe auf. Tami Süßelbeck gehörte zu den sechs besten Turnerinnen der Musikküren und Fabienne Beckmann zu den sechs Besten im Sprung. So traten sie abends noch ein weiteres Mal an.

Bei der anschließenden Siegerehrung war die Freude noch Mal doppelt so groß! Beide gewannen für ihre Übungen in den jeweiligen Disziplinen die Bronzemedaille!



Tami Süßelbeck

## Wettkampf

Gymnastik P- und K-Übungen / Rhythmische Sportgymnastik

### Gymnastik/Tanz



### GET-STADTMEISTERSCHAFTEN GYMNASTIK 2023 K- ÜBUNGEN

**Veranstalter:** GET e.V.  
**Ausrichter:** TV 1887 Cronenberg e.V.  
**Termin:** Sa, 25. Feb 2023  
**Ort:** TH GE Bockmühle  
 Mercatorstraße, 45143 Essen

**Zeitplan:**  
 Wird nach Meldeschluss bekannt gegeben

**Meldungen an:** Kathrin Diepenbrock  
 kathrin.diepenbrock@gmx.de

Jeder Verein meldet **mindestens zwei KampfrichterInnen.**

**Meldeschluss:** Sa, 04. Feb. 2023

#### K-Wettkämpfe - Einzel

Bei den K-Übungen handelt es sich um Kürübungen mit Pflichtelementen. Die Pflichtelemente sind der diesjährigen Ausschreibung des RTB/DTB zu entnehmen, ebenso die weiteren Anforderungen.

6 - 8 Jahre	Jg. 2017 - 2015	K5	ohne Handgerät
8 - 10 Jahre	Jg. 2015 - 2013	K6	ohne Handgerät, Keulen
10 - 11 Jahre	Jg. 2013 - 2012	K6/K7	Band, Keulen
11 - 14 Jahre	Jg. 2012 - 2009	K7/K8	Band, Keulen
15 - 17 Jahre	Jg. 2008 - 2006	K8/K9	Band, Keulen
18+ Jahre	Jg. 2005 und älter	K9/K10	Ball, Band, Keulen
25+ Jahre	Jg. 1998 und älter	K9/K10	Ball, Band, Keulen

#### K-Wettkämpfe - Gruppe

Die Pflichtelemente sind der diesjährigen Ausschreibung des RTB/DTB zu entnehmen, ebenso die weiteren Anforderungen.

Bis 8 Jahre	Jg. Bis 2015	(keine andere AK)	K5 ohne Handgerät
9 - 11 Jahre	Jg. 2014 - 2012	(keine andere AK)	K6 ein Handgerät nach Wahl
11 - 15 Jahre	Jg. 2012 - 2008	(keine andere AK)	K8 Reifen oder Seil oder Ball
15+ Jahre	Jg. 2008 und älter	(keine andere AK)	K8 Reifen oder Seil oder Ball

### KTV Ruhr-West turnt 3. Bundesliga Nord

Mit dem ersten Wettkampf gegen die TSG Sulzbach (vsl. am 23.09.23) beginnt für die KTV-Turner die Saison 2023 in der 3. Bundesliga Nord der DTL mit einem Auswärts-Wettkampf. Drei ihrer sieben Wettkämpfe finden in heimischer Halle im **Leistungsstützpunkt MH, Mühlenfeld 92-96** statt.

- 1. Heimwettkampf:** vsl. 30. Sept. 2023 gegen TV Weißkirchen
- 2. Heimwettkampf:** vsl. 14. Okt. 2023 gegen TG Pfalz
- 3. Heimwettkampf:** vsl. 11. Nov. 2023 gegen TuS Leopoldshöhe

Wir hoffen auf Eure zahlreiche Unterstützung!

Die GET gratuliert dem Vorsitzenden der KTV Ruhr-West Dirk Reinhardt und Stützpunkttrainer Jozsef Kakuk herzlich zu diesem Erfolg!

## Sportlerwahl

Sportlerwahl des Jahres 2022

### ARTUR SAHAYAN NOMINIERT

Beim Sportforum der Stadt Essen am 14. Dezember 2022 wurden Essens Sportler des Jahres gekürt. In fünf Kategorien konnte vom 01.-14. Dez. 2022 online abgestimmt werden.

Zu den Nominierten gehörte Artur Sahakyan vom TB Altendorf. Der Gerätturner war in der Kategorie "Sportler des Jahres" nominiert. Die GET hatte sich sehr darüber gefreut, dass ein Turner bei der Wahl vertreten war.

Artur hatte bei den NRW-Meisterschaften in Bochum das Ticket für die Deutschen Meisterschaften mit einer bärenstarken Vorstellung an den Ringen gelöst. Mit 74,50 Punkten erreichte er die Qualifikationsnorm und wurde bester Rheinischer Turner der Männer. Doch es kam noch besser: Mit 13,166 Punkten wurde er hinter Dario Sissakis (13,666 Punkte) und vor Carlo Hörr (12,933 Punkte) Deutscher Vizemeister bei den Finals in Berlin.



Gern geben wir Ihnen weitere Informationen über das „Turnen in Essen“.

Besuchen Sie unsere Geschäftsstelle montags 14 - 16 Uhr, dienstags 14 - 18 Uhr mittwochs und donnerstags 9 - 13 Uhr

oder sprechen Sie Ihre Wünsche auf Band.



Haus des Sports · Planckstraße 42 · 45147 Essen  
 Telefon (0201) 81 46-2 20 · Telefax (0201) 81 46-2 29  
[www.turnen-in-essen.org](http://www.turnen-in-essen.org)  
[mail@turnen-in-essen.org](mailto:mail@turnen-in-essen.org)