



Fast der komplette geschäftsführende Vorstand 2025

Im Heft:

- Nachlese zur TBF-Mitgliederversammlung
- neue Beitragssätze ab 2026
- Ausgründung der Tennisabteilung
- Jubilarehrungen
- jede Menge Urlaubsgrüße
- Vereinsnachrichten

„Ein Anagramm von SPORT ist PROST“
Falls euch das noch nicht aufgefallen ist.
Kann man übrigens wunderbar bei Willi
an der Vereinsheimtheke machen.



Liebe Mitglieder des Turnerbundes Essen-Frintrop 1903 e.V.,
etwas verspätet haltet ihr unsere Vereinszeitung in Händen. Tja, wir arbeiten eben fast alle ehrenamtlich und in der Freizeit und ausgerechnet unsere beiden Redakteure Karoline und Rainer sind umgezogen und die Nachwehen eines solchen Umzugs sind eben noch lange spürbar. Also danke für das Verständnis.
Im TBF ist die Jahreshauptversammlung gelaufen und es gibt einige Neuerungen, über die wir hier berichten werden.

Ansonsten merkt man, dass es Herbst ist. Da muss man sich schon ´mal ein Jäckchen überziehen, wenn es zum Sport geht. Am 8. November ist dann auch schon wieder unser traditionelles Martinstreffen für Jung und Alt am Vereinsheim. Also: Zug gucken und danach ab zum Vereinsheim. Wir freuen uns auf euch.

Glückauf und bleibt alle gesund,
euer Gesamtvorstand

In Heft 131 lest ihr:

2	Vorwort / Impressum
4	Rückblick auf die Jahreshauptversammlung
11	Vereinsnachrichten
15	Spenderkästchen
18	Terminkalender
20	Unsere Turnerbundfamilie
23	Unser Übungsangebot
24	Urlaubsgrüße
28	Abteilungsnachrichten

Nachdruck in Wort und Bild ist nur mit Genehmigung des TBF gestattet. Alle Nachrichten werden nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr veröffentlicht. Der „turnschuh“ ist das Vereinsorgan des Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V. und wird den beitragspflichtigen Mitgliedern im Rahmen ihrer Mitgliedschaft ohne besonderes Entgelt geliefert.

III/2025 - 131/38. Jg.

Impressum

Herausgeber: Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.
Werkhausenstraße 16, 45359 Essen
(VR 146, Amtsgericht Essen-Borbeck)

Redaktion: Leitung (V.i.S.d.P.):
Rainer W. Seck & Karoline Seck

Anzeigenvertrieb: Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.
i.V.m. Deutsche Sportmarketing GmbH

Satz: Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.

Druck: Infotex-digital, Bahnhofsweg 2
82008 Unterhaching

Sportpictogramme: ©DOSB/Sportdeutschland

Anzeigenberatung: Rainer W. Seck

Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.:

Vereinsheim und Geschäftsstelle: Werkhausenstr. 16, 45359 Essen-Frintrop

Bürozeiten:

montags in der Zeit von 19.30 Uhr bis 20.30 Uhr, Geschäftsstelle, Werkhausenstraße 16

Telefon und Fax der Vereinsanlagen

Vereinsheim und Geschäftsstelle (60 12 58 und Fax 69 59 486)
Tennisanlage Schemmannsfeld (69 97 14)
Sporthalle Helmstraße (69 90 20)

Internet

www.tbf03.de, E-Mail: vorstand@tbf03.de und verschiedene Abteilungsadressen (siehe Homepage)

Abteilungen und Gruppen

Abenteuersport, Badminton (Hobbygruppe), Basketball (ab 18 Jahre), BOP (Bauch-Oberschenkel-Po), Breitensport (Männer und Frauen), C-Gymnastik, Freizeitgruppe, Geräteturnen, Gymnastik Frauen, Jedermann, Jiu Jitsu, Kinderturnen, LaGym, Lauftreff, Mutter/Vater & Kind-Turnen, Nordic-Walking, Radfahren, Seniorensport - fit im Alter, Skigymnastik, Tennis, Theatergruppen für Erwachsene, Trampolin, Walking, Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Zumba®

Sportstätten

- vereinseigenes Clubhaus und Geschäftsstelle mit Gymnastiksaal, Kraftraum und Außensportanlagen: Werkhausenstraße 16, 45359 Essen-Frintrop
- Sporthalle (ehem. Hauptschule an der Dellwiger Straße), Dellwiger Str. 85, 45357 Essen in eigenverantwortlicher Nutzung durch den Turnerbund Frintrop
- vereinseigene Tennisanlage Schemmannsfeld mit fünf Außenplätzen und Clubheim, Schemmannsfeld 27, 45359 Essen
- Turnhalle Schlossschule, Schlossstraße 192, 45355 Essen
- Turnhalle Traugott-Weise-Schule, Wüstenhöferstr. 175, 45355 Essen
- Turnhalle Altfriedrichschule, Frintrop Str. 432a, 45359 Essen
- Turnhalle Unterstraße (ehem. Sitterschule), Unterstr. 67, 45359 Essen in eigenverantwortlicher Nutzung durch den Turnerbund Frintrop
- Sporthalle Bergeborbeck, Friedrich-Lange-Str. 15, 45355 Essen

Bankverbindung

Sparkasse Essen, Konto DE78360501050004201984 (bei Spenden bitte Namen und Adresse ggf. Zweck angeben)

Vorstand

Hans Hahnen (Vorsitzender), Sascha Fennel (2. Vorsitzender sowie Radgruppe), Patrick Plücker (Kassierer), Saskia Plücker (Geschäftsführerin, Sozialwirtin), Stefan Dujardin (sportlicher Leiter), Marlies Neuhaus (sportliche Leiterin), Annette Fennel (2. Kassierer), Ralf Schutz (3. Vorsitzender), Willi Riese jun. (2. Geschäftsführer sowie Hauswart und Jedermann), NN (Jugendvorsitzende(r)), René Prologer (1. Vorsitzender Tennis), Hans Hahnen und Britta H. (Abenteuersport und Breitensport Kinder), Ulli Braune (Volleyball), Ilse Grewe & Marlies Neuhaus (Frauen), Marlies Neuhaus (Wirbelsäulengymnastik), Lynn Heggemann & Chantal Neth (Trampolin), Claudia Spelz (Gerätturnen), Werner Högner (Skigymnastik), Saskia Högner (stv. Jiu Jitsu), Gabi Glaubitz (Senioren), Gabi Glaubitz (Trendsportarten), Britta H. (stv. Jugendvorsitzende), Karoline Seck (Presse- und Öffentlichkeitsarbeit), Rainer W. Seck (Ehrenvorsitzender), Ältestenrat: Brunhilde Hofman, Ilse Grewe, Günter Lüsser, Dieter Lösger, Kassenprüferinnen: Daphne Dorighi und Sabine Pfeiffer.

Mitgliedschaften

Essener Sportbund, GET - Gemeinschaft Essener Turnvereine, Landessportbund NRW, Rheinischer Turnerbund, Tennisverband Niederrhein, Leichtathletik-Verband Niederrhein, Deutscher Jiu Jitsu-Bund und Bürger- und Verkehrsverein Frintrop von 1922 e.V.

SPORT PRIDE



WIR SIND
SPORTDEUTSCHLAND



Üben, bis sich die Balken biegen.



**Und Schritt für
Schritt über sich
hinauswachsen.**

„Ich hab's geschafft!“ Für diesen Satz und diese Freude unterstützen wir regionale Sportvereine. Damit Ihre Kinder lernen, dass sie alles erreichen können. Mehr Informationen über unser Engagement finden Sie unter sparkasse-essen.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse Essen

Rückblick auf die Mitgliederversammlung

Sehr harmonische Mitgliederversammlung

- TBF und Tennisabteilung werden getrennte Wege gehen

Es war sicherlich der Hauptpunkt auf der diesjährigen, mit 82 stimmberechtigten Mitgliedern sehr gut besuchten Mitgliederversammlung (MV) beim Turnerbund Frintrop: die Ausgründung der Tennisabteilung als eigenständiger Verein, die schließlich unter dem Tagesordnungspunkt 9 einstimmig (bei 1 Enthaltung) erfolgte.

Über die Gründe und die vielen Vorteile der beschlossenen Ausgründung berichten wir umfangreich auf Seite 9.

Aber wie bei jeder MV ging es auch bei der diesjährigen Versammlung am Freitag, 4. Juli 2025 um 19.30 Uhr im Vereinsheim zunächst um Ehrungen.

Trauriger Beginn ist immer die Ehrung der Mitglieder, die uns im abgelaufenen Sportjahr für immer verlassen haben. So erhoben sich die Anwesenden auf Bitten vom TBF-Vorsitzenden Hans Hahnen von den Plätzen, um Gisela Ratmer, Elfriede Merz, Thomas Uecker und Doris Biesemann still zu gedenken.

Ehrung der Jubilare

TBF-Vize Sascha Fennel und die sportliche Leiterin Marlies Neuhaus führten diese Ehrungen durch. Leider gab es von manchen Jubilaren keine Rückmeldungen oder sie waren im Urlaub. Schade. Wir hätten ihnen sehr gerne persönlich für ihre jahrelange Loyalität zum TBF gedankt. Ehre, wem Ehre gebührt.

Umso mehr freuten wir uns über die Jubilare, die anwesend waren und die mit ihrer Jubiläumsurkunde und einem Blumenstrauß bedacht wurden.

Auf der Nebenseite findet ihr die Bilder unserer Jubilare und Jubilarinnen.

25 Jahre im Verein

Norbert Badura, Ulrike Schaad, Nadine Multhaupt, Michelle Bartilla, Elke Berndt, Andrea Eisenburger, Ulrike Fath, Birgit Meissner, Beate Pfandhöfer, Margarete Wittpahl

40 Jahre im Verein

Alina Gabrisch, Anni Jauernig und Monika Jung

50 Jahre im Verein

Ilse Grewe, Waltraud Lunnemann, Rainer Schlüter

Bericht des Vorstandes

Hierzu verwies Geschäftsführerin Saskia Plücker auf die regelmäßigen Berichte in unserer Vereinszeitung „Turnschuh“ hin. Trotzdem gab es unter diesem Tagesordnungspunkt noch zusätzliche aktuelle Erläuterungen, besonders im Bezug auf den Mitgliederbestand und Kündigungen, Veranstaltungen und weitere anstehende Aktionen, den Neubau des Gerätehauses und die aktuelle Übungsleitersituation.

Die Kasse stimmt

Kassierer Patrick Plücker und die 2. Kassiererin Annette Fennel legten den Kassenbericht vor.

Einnahmen in Höhe von 170.369,04 Euro standen auf der Soll-Seite Ausgaben in Höhe von 179.054,94 Euro gegenüber: Es ergab sich also eine Differenz von -8.685,90 €. Hört sich jetzt erst einmal nicht so gut an, aber auf der Ausgaben-seite schlägt der dringend notwendig gewesene Neubau des Gerätehauses mit 67.517,71 Euro zu Buche. Ausgaben, die Gott sei Dank nicht jedes Jahr anfallen.

Anhang des Kassenergebnisses machte Ehrenvorsitzender Rainer W. Seck die Anwesenden auf die hervorragende Arbeit des Vorstandes aufmerksam.

weiter auf Seite 6

SPORTDEUTSCHLAND IST

**EHRENAMTLICH
ENGAGIERT**

Über 22,9 Mio. Arbeitsstunden leisten die Ehrenamtlichen pro Monat.

Herzlichen Glückwunsch!



25 Jahre im TBF
Norbert Badura



25 Jahre im TBF
Ulrike Schaad



25 Jahre im TBF
Nadine Multhaupt



40 Jahre im TBF
Monika Jung



40 Jahre im TBF
Anni Jauernig



40 Jahre im TBF
Alina Gabrich



50 Jahre im TBF
Ehrenmitglied Ilse Grewe



50 Jahre im TBF
Waltraud Lunnemann

„Ein Vereinsjahr, in dem alleine Ausgaben in Höhe von rund 67.500 Euro für das Gerätehaus anstanden, mit einem Minus von nur 8.685,90 Euro abzuschließen, zeugt von sauberer und solider Arbeit.“

Seit 2017 keine Beitragsanpassung

Auf der MV 2017 wurden das letzte Mal die Beiträge angepasst, die dann zum 1. Januar 2018 wirksam wurden. Seitdem ist einiges passiert. Wir durchlebten Coronakrise, die dem Verein erhebliche Einnahmeverluste bescherte. Energiekosten stiegen durch den immer noch anhaltenden kriegesischen Angriff Russlands auf die Ukraine erheblich. 100 Euro von 2017 sind heute nur noch rund 80 Euro wert. Das ist ein Verlust von rund 20 %.

Trotzdem erfolgt die Beitragsanpassung zum 1. Januar 2026 mit rund 10 % moderat. Das war auch die Auffassung der Versammlung und stimmte dem Antrag einstimmig zu. Auch der Beginn des Rentenalters wurde angepasst. Wer ab dem kommenden Jahr das 67. Lebensjahr vollendet

(bislang 65 Lebensjahre) wird automatisch in die Beitragsgruppe der Rentner eingestuft. Wer aus welchen Gründen auch immer vorher ins Renten- oder Pensionsalter eintritt, muss dies dem Verein kurz mitteilen. Eine Mail reicht da aus. Auch der Passus der Selbstentzähler entfällt, da ausschließlich nur noch Einzüge vom Konto erfolgen.

Die ab 1. Januar gültigen Beiträge sind der nachfolgenden Tabelle zu entnehmen. Seitens der Mitglieder ist nichts zu unternehmen, da die Beiträge automatisch mit den neuen Sätzen abgebucht werden.

Und dann wurde es urgemütlich

Und wie es üblich auf den Jahreshauptversammlungen des TBF ist, ging man nach den Schlussworten vom Vorsitzenden



Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.
Werkhausenstr. 16, 45359 Essen
Beiträge: gültig ab 1. Januar 2026

Zahlung

Die Beitragszahlung erfolgt durch SEPA-Lastschrift jeweils zum 1. April des Jahres.
Bei Eintritt im laufenden Jahr erfolgt der Einzug im folgende Quartal (anteilig)
Andere Zahlungsmöglichkeiten sind nicht möglich

Verbands- und Versicherungsabgaben, Bezug der Vereinszeitung, GEMA

Alle Verbands- und sämtliche Versicherungsabgaben sowie der Bezug der quartalsmäßig erscheinenden Vereinszeitung "turnschuh" sind im Mitgliedsbeitrag enthalten. Weiterhin muss der Verein je Mitglied Nutzungsgebühren an die GEMA für die Aufführung von Musikstücken während der Übungsstunden bezahlen.

Beitragsgruppe		jährlicher Beitrag
1.	Mitglieder bis 18 Jahre, Schüler, Auszubildende und Studenten (jährlich nachweispflichtig. Erfolgt der Nachweis nicht, erfolgt automatisch die Einstufung in die Beitragsstufe der Erwachsenen* Erstes und zweites Kind je jedes weitere Kind	72,00 € 44,00 €
2.	Mitglieder ab 18 Jahren	112,00 €
3.	Mitglieder ab 67 Jahren und Rentner**	79,00 €
4.	Familienbeiträge a) Ehepaar oder Elternteil mit einem Kind b) Ehepaar mit einem Kind oder Elternteil mit zwei Kindern c) jedes weitere Kind	156,00 € 200,00 € 44,00 €

* Der Nachweis zur Beitragsgruppe 1 (Schüler, Auszubildende oder Studenten) ist jährlich, unaufgefordert bis zum 15. Januar des Jahres zu erbringen. Erfolgt der Nachweis nicht, kommt es zu einer Einstufung in die Beitragsgruppe 2.
Bei nachträglicher Vorlage erfolgt keine Rückerstattung der Beitragsdifferenz.

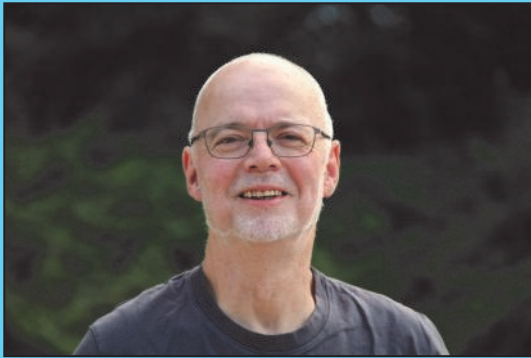
** Der Nachweis zur Beitragsgruppe 3 (Rentner) vor dem vollendeten 67. Lebensjahr ist dem Verein durch eine entsprechende Bescheinigung nachzuweisen.

Hans Hahnen in den letzten, den längsten Tagesordnungspunkt über: das gemütliche Beisammensein im Kreise lieber TBF'ler. Bei kleinen Leckereien vom Büffet und kühlem Stauder soll es noch sehr lange lustig und harmonisch zugegangen sein und auch das Wetter spielte mit, so dass man noch ausgelassen auf der neuen Terrasse mit den großen Sonnenschirmen ausharren konnte.

**Das Bildungs- und Teilhabepaket
und seine Umsetzung in Essen**

Kinder und Jugendliche aus Familien, die Bürgergeld, Sozialhilfe nach dem SGB XII, Asylbewerberleistungen, Kindergeld mit Kinderzuschlag oder Wohngeld erhalten, können auch Hilfen für "Bildung und Teilhabe" bei der Stadt beantragen. Der Vereinsbeitrag gehört dazu.

Unser geschäftsführender Vorstand im Sportjahr 2025



Hans Hahnen, 1. Vorsitzender



Sascha Fennel, 2. Vorsitzender



Patrick Plücker, 1. Kassierer



Saskia Plücker, 1. Geschäftsführerin



Annette Fennel, 2. Kassiererin



Willi Riese, 2. Geschäftsführer



Stefan Dujardin, Sportlicher Leiter



Marlies Neuhaus, Sportliche Leiterin



Ralf Schutz, 3. Vorsitzender



Britta H. komm. Jugendvorsitzende

Gesamtvorstand im Sportjahr 2025

Mit diesem Gesamtvorstand geht der Turnerbund Essen-Frintrop ins neue Vereinsjahr.

Alle arbeiten ehrenamtlich, um allen Mitgliedern im Verein Sport und Gemeinschaft bieten zu können. Es wird allerdings immer schwieriger, Menschen zu finden, die sich für andere engagieren. Dabei kann man den Verein auf sehr vielfältige Art und Weise unterstützen. Auch eine kleine Unterstützung z.B. bei irgendwelchen Veranstaltungen hilft dabei.

Am besten man wendet sich einfach an vorstand@tbf03.de, wenn man sich einmal selbst einbringen möchte.

Vorstand nach & 26 BGB

Hans Hahnen (Vorsitzender), Sascha Fennel (2. Vorsitzender),
Patrick Plücker (Kassierer), Saskia Plücker (Geschäftsführerin)

Geschäftsführender Vorstand

Vorstand nach § 26 BGB sowie

Ralf Schutz (3. Vorsitzender), Annette Fennel (2. KassiererIn), Willi Riese (2. Geschäftsführer),
Marlies Neuhaus (Sportliche Leiterin), Stefan Dujardin (Sportlicher Leiter), N.N. (tuju-Vertreter)

Gesamtvorstand

Geschäftsführender Vorstand sowie

Renè Prologer (1. Vorsitzender Tennis), Hans Hahnen und Britta H. (Abenteuersport und Breitensport Kinder),
Ulli Braune (Freizeitsport), Marlies Neuhaus (Frauen), Lynn Heggemann & Chantal Neth (Trampolin),
Claudia Spelz (Geräturnen), Werner Högner (Skigymnastik), Saskia Högner (stv. Jiu Jitsu),
Gabi Glaubitz (Senioren und Trendsportarten), Britta H. (stv. Jugendvorsitzende), Alina Gabrisch (Wirbelsäulengymnastik),
Willi Riese (Hauswart), Sascha Fennel (Radsport), Karoline Seck (Presse- und Öffentlichkeitsarbeit),
Rainer W. Seck (Ehrenvorsitzender und Leiter Walkinggruppe).

Ältestenrat

Ilse Grewe, Brunhilde Hofman, Dieter Lösger, Günter Lüsser

KassenprüferInnen

Daphne Dorigi und Sabine Pfeiffer

8. November 2025

ab 18 Uhr

Nach dem Martinszug traditionelles
St. Martinstreffen am TBF-Vereinsheim
mit leckeren Getränken für Groß und
Klein, Gegrilltem und anderen
Köstlichkeiten.

Ausgründung der Tennisabteilung

von Rainer W. Seck

Wenn ein Verein gut durchfinanziert ist, wie es beim Turnerbund Frintrop über Jahrzehnte der Fall ist und man eine selbstständige Abteilung wie die Tennisabteilung hat, die es unter ihrem aktuellen Vorstand versteht, wieder auf gesunde Füße zu kommen, was Mitgliederzahlen und auch eine gute Durchfinanzierung betreffen, ist es kaum zu vermeiden, dass auf einmal doch finanzielle Hürden und Grenzen entstehen, die der Gesetzgeber für gemeinnützige Vereine geschaffen hat.

Sowohl Gesamtverein, als auch Tennisabteilung sind wirtschaftlich tätig. D.h., es gibt Bereiche, da schaut der Fiskus den Vereinen, was die Steuerpflicht betrifft, kräftig auf die Finger und manchmal klopft er dann auch auf dieselben.

Wenn ein Verein also wirtschaftlich tätig ist und Einnahmen oder andere wirtschaftliche Vorteile erzielt, spricht man von einem wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb.

Falls dieser Betrieb den Satzungszwecken dient, ist er ein steuerbegünstigter **Zweckbetrieb**. Ansonsten ist der wirtschaftliche Geschäftsbetrieb steuerpflichtig. Das sind in unserem Verein z.B. Thekenumsätze in den Vereinsheimen, Einnahmen für Werbung (z.B. Bandenwerbung), Vermietungen, Eintrittsgelder, Verkauf von Sportartikeln, Kursgebühren und vieles andere..

Einnahmen aus dem wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb unterliegen in der Regel der Körperschaftsteuer, Gewerbesteuer und Umsatzsteuer, sobald bestimmte Freibeträge überschritten werden. Dies bedeutet, dass Vereine sorgfältig dokumentieren müssen, welche Einnahmen aus dem wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb stammen, um steuerliche Pflichten korrekt zu erfüllen.

Dies geschieht im Turnerbund Frintrop mit Hilfe eines Steuerberaters.

Wird ein Verein als gemeinnützig anerkannt, erlässt das Finanzamt den so genannten Freistellungsbescheid. Der Verein ist dann von bestimmten Steuern befreit, wie zum Beispiel der Körperschafts- sowie unter Umständen der Gewerbesteuer.

Was ist ein Freistellungsbescheid?

Unter einem Freistellungsbescheid wird ein vom Finanzamt ausgestellter Bescheid verstanden. Darin wird festgestellt, dass der Verein von der Körperschaftsteuerpflicht freigestellt ist.

Für den Fall, dass ein Verein auch steuerpflichtige Einnahmen erzielt, erlässt das Finanzamt gegebenenfalls einen Körperschaftsteuerbescheid. Der stellt dann immer zugleich auch klar, dass Ihr Verein nur die festgesetzte Körperschaftsteuer zahlen muss, darüber hinaus aber von der Körperschaftsteuer freigestellt ist.

Wirtschaftlicher Geschäftsbetrieb: die 45.000-Euro-Freigrenze

Steuern fallen an, wenn der Umsatz aus allen wirtschaftlichen Geschäftsbetrieben (ohne Zweckbetriebe) einschließlich der Umsatzsteuer 45.000 Euro im Jahr oder mehr ausmacht und der Gewinn 5.000 Euro überschreitet. Außerdem muss der Verein dann schon aus steuerlichen Gründen Buch über Einnahmen und Ausgaben führen und die nötigen Steuererklärungen beim Finanzamt einreichen.

Die Umsatzfreigrenze ist schneller überschritten als erwartet. Den wir sprechen hier vom Umsatz, also der Bruttobetrag der Einnahmen ohne Abzug von Ausgaben.

Wenn ein eingetragener Verein viele Abteilungen hat, kann die Freigrenze rasch erreicht sein. Umso mehr, als die Freigrenze inklusive Umsatzsteuer gilt. Wenn durchweg der normale Umsatzsteuersatz von 19 Prozent anfällt, ist die Freigrenze schon bei Einnahmen von 37.815,13 Euro erreicht.

Drei Anmerkungen dazu:

1. Die Freigrenze wurde zum Jahresbeginn 2021 erhöht. Zuvor lag sie nur für Sportvereine und Sportveranstaltungen bei 45.000 Euro, für alle anderen gemeinnützigen Organisationen dagegen bei 35.000 Euro. Im Jahr 2020 war die Freigrenze also noch früher erreicht.
2. Freigrenze bedeutet: Sobald die Umsätze aus Wirtschaftsbetrieben diese Grenze überschreiten, sind die gesamten Einnahmen steuerpflichtig, nicht nur der darüber liegende Teil.

Selbst wenn die Umsatzfreigrenze von 45.000 Euro (oder 35.000 Euro bis Ende 2020) überschritten sein sollte, muss die gemeinnützige Organisation nicht in jedem Fall Steuern zahlen. Und zwar dann nicht, wenn der Gewinn aus wirtschaftlichen Geschäftsbetrieben nicht mehr als 5.000 Euro beträgt. Sowohl bei der Körperschaftsteuer wie bei der Gewerbesteuer gibt es einen Steuer-Freibetrag in dieser Höhe.

Verlust der Gemeinnützigkeit

Folge der Überschreitung der Umsatzfreigrenze ist dann auch der Verlust der Gemeinnützigkeit.

Was ist mit der Körperschaftsteuer?

Die Besteuerungsgrenze von 45.000 € im wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb *entfällt*. Sollte der Verein bei den steuerpflichtigen wirtschaftlichen Geschäftsbetrieben eine Gewinnpauschalierung in Anspruch genommen haben, *entfällt* auch diese. Der Freibetrag von 5.000 Euro wird dennoch gewährt und der Steuersatz von 15 Prozent entspricht dem der gemeinnützigen Vereine.

Was ist mit der Gewerbesteuer?

Zahlen Vereine Körperschaftsteuer, dann unterliegen Sie mit ihrem wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb auch der Gewerbesteuer. Diese kann je nach Gemeindezugehörigkeit aufgrund des Hebesatzes bei gleichem Ertrag unterschiedlich hoch sein. Der Freibetrag bei der Gewerbesteuer bleibt dennoch erhalten und beträgt wie bei der Körperschaftsteuer auch 5.000 Euro.

Was ist mit den Zuwendungsbestätigungen?

Nur gemeinnützige Vereine dürfen Zuwendungsbestätigungen ausstellen. Sie sind dadurch begünstigt, dass die an sie geleisteten Zuwendungen beim Zuwendenden steuerlich abziehbar sind.

Was ist mit den Freibeträgen für Übungsleiter und Ehrenamtliche?

Die Einnahmen aus nebenberuflichen Tätigkeiten als Übungsleiter oder als ehrenamtlich Tätiger sind nach § 3 Nr. 26 EStG / § 3 Nr. 26a EStG nur dann steuerbefreit, wenn sie für eine steuerbefreite gemeinnützige Körperschaft ausgeübt werden. Nach Wegfall der Gemeinnützigkeit **entfallen** daher auch die Steuerbefreiungen der o.a. Personen.

Was ist mit der Umsatzsteuer?

Ist der Verein in seinen Tätigkeitsbereichen (Vermögensverwaltung, Zweckbetriebe, wirtschaftlicher Geschäftsbetrieb) unternehmerisch tätig und unterliegt er der Umsatzsteuer, dann **entfällt** die Anwendung des ermäßigten Steuersatzes, so dass die Umsätze dem vollen Steuersatz von 19 Prozent unterliegen. Lagen gemeinnützigkeitsrechtliche Steuerbefreiungen vor, sind auch diese als steuerpflichtig zu behandeln. Allerdings verbleiben die vollen oder ermäßigten Steuerbefreiungen erhalten, die auch für nicht gemeinnützige Vereine gelten.

Was ist mit der Grundsteuer?

Nur der Grundbesitz einer gemeinnützigen Körperschaft, die auch gemeinnützigen Zwecken dient, ist von der Grundsteuer befreit.

Man sieht aus diesem steuerlichen Juristendeutsch, dass der Wegfall der Gemeinnützigkeit dazu führt, dass alle die Vorteile, die der Verein bisher hatte, zu erheblichen finanziellen Verlusten führen würde. Dazu käme auch noch, dass wir finanzielle Förderungen wie wir sie bisher von der Stadt, dem Essener Sportbund oder auch der Sportstiftung der Sparkasse und anderen erhalten, nicht mehr möglich wären. Verluste in großer fünfstelliger Höhe. Übungsleitergelder müssten komplett versteuert werden und vieles andere.

(Quelle: VIBSS = Vereins-, Informations-, Beratungs- und Schulungssystem des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen e.V.)



Dies führte in enger Abstimmung mit dem Hauptverein zur Antragstellung des Tennisvorstandes für die Jahreshauptversammlung am 4. Juli 2025, der von den beiden verantwortli-

chen Vorsitzenden Hans Hahnen (Gesamtverein) und René Prologer (Tennis) erklärt und erläutert wurde.

Der Antrag im Wortlaut:

1. Die Tennisabteilung des Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V. wird vorbehaltlich der Zustimmung durch die zuständigen Vereinsgremien und die Vereinsregisterstelle aus dem Hauptverein ausgegliedert und als eigenständiger, eingetragener Verein fortgeführt.
2. Der neue Verein soll den Namen Tennisclub Frintrop e.V. (kurz „TC Frintrop“) tragen.

Der Vorstand der Tennisabteilung wird beauftragt, alle notwendigen Schritte zur rechtssicheren und geordneten Ausgründung einzuleiten, einschließlich:

- Erstellung einer Satzung für den neuen Verein,
- Beantragung der Gemeinnützigkeit,
- Eintragung ins Vereinsregister
- Abschluss einer Übergabvereinbarung mit dem Hauptverein über Vermögenswerte, Mitgliedschaften und Nutzung der Anlagen.

Die Mitglieder der Tennisabteilung erhalten die Möglichkeit, durch eine einfache Beitrittserklärung dem neuen Verein beizutreten. Für die Übergangszeit soll sichergestellt sein, dass der Sportbetrieb ohne Unterbrechung fortgeführt wird

Begründung: Die Ausgründung der Tennisabteilung verfolgt das Ziel, eine flexiblere und eigenverantwortliche Vereinsführung zu ermöglichen, die sich noch stärker an den spezifischen Bedürfnissen des Tennissports orientieren kann. Durch die Eigenständigkeit sollen Entscheidungsprozesse beschleunigt, Ressourcen gezielter eingesetzt und die Attraktivität für neue Mitglieder gesteigert werden. Gleichzeitig wird angestrebt, die gute Zusammenarbeit mit dem Hauptverein in partnerschaftlicher Form weiterzuführen.

Diesem Antrag wurde durch das oberste Beschlussorgan des Vereines, die ordentliche Mitgliederversammlung, nach ausreichender Vorstellung und Begründung einstimmig bei einer Enthaltung stattgegeben.

Kurz danach setzten sich Vertreter der beiden Vorstände unter rechtsanwaltlicher Begleitung zusammen, um die Ausgründung der Tennisabteilung umzusetzen. Planungsziel ist hierbei die Ausgründung zum 1. Januar 2026.

Vereinsnachrichten & mehr



Danke für tolle Spiele von Rainer W. Seck

Essen kann sich rühmen, eine der Veranstaltungsstädte gewesen zu sein, die Gastgeber für die World University Games waren. Und Essen hat sich in dieser Zeit von seiner allerbesten Seite gezeigt und das Ruhrgebiet hat eine sehr eindrucksvolle Visitenkarte für die Bewerbung möglicher olympischer Spiele an Rhein & Ruhr zu sein.

Die Spiele brachten internationales Flair

Vom Erzählen und Hörensagen weiß ich, dass sehr viele Mitglieder unseres Vereines die Gelegenheit genutzt haben, um hautnah mit dabei zu sein. Ob Stadion Am Hallo, Sporthalle Am Hallo, Grugahalle, Tennisgelände des ETUF oder die Messehallen in Essen, überall reges Treiben, tolle sportliche Leistungen mit vielen Europameistern, Weltmeistern, Kontinentalmeistern u.v.a. herausragenden Sportlerinnen und Sportler waren hautnah zu bewundern. Dazu kam eine enorme Technik, die alles ins rechte Licht setzte, damit die Live-Übertragungen via Mediastreams oder direkt live im TV wie z.B. bei EUROSPORT in die weite Welt gestrahlt werden konnten. Hightech auch bei der Abwicklung der Wettkämpfe. Ob Kinoleinwand-große LED-Monitore oder Anzeigetafeln nach den neuesten Wettkampfvorgaben: Hier wurde nicht gekleckert, hier wurde geklotzt.

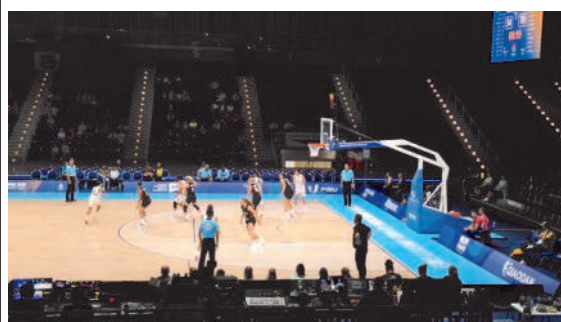


Günstige Tagestickets

Und die Eintrittspreise waren sehr erschwinglich. Ein Daily-Ticket, das z.B. Zugang an einem Tag zu allen Wettkämpfen ermöglichte, kostete knapp über 10 €. Nutzung der Ruhrbahn inklusive. Und Essen selbst hatte sich toll herausgeputzt. Überall wehten die Fahnen der Nationen im Wind und auch die Athletinnen und Athleten (gut 10.000 waren es insgesamt) waren von unserer Stadt angetan. Tolle Spiele, toller Sport. Macht Lust auf mehr.



Sport ohne Ende wie z.B. Fechten in den Messehallen.



Basketball mit Riesens Stimmung in der Grugahalle.



Fabian Ham-büchen schaute beim Turnen vorbei.



Bobbele gab in einem Interview 40 Jahre nach seinem ersten Wimbledon-erfolg interessante Einblicke in die Tenniswelt.



Mit dem FISU-Präsidenten Leonz Eder aus der Schweiz (links) und einem riesigen Presseangebot auf

Tuchführung

Warum die Vereinszeitung erst jetzt kommt

von Rainer W. Seck

Viele haben schon mitgeteilt, dass sie keinen Turnschuh bekommen haben. Doch, der Turnschuh kommt und zwar jetzt mit diesem Heft.

Meine Tochter Karoline und meine Wenigkeit sorgen seit Jahren für das Erscheinen. Das ist sehr viel Arbeit. Texte schreiben oder gelieferte Texte korrigieren. Bilder sichten und meist im Fotoprogramm nacharbeiten, damit sie druckfähig sind. Dann die Texte und die Bilder zusammenbringen und einen Drucksatz für unseren Medienpartner Infotex erstellen.

Das war bei dieser Ausgabe nicht möglich, weil wir beide umgezogen sind und eine lange Zeit nicht einsatzfähig waren. Aber watt mutt, datt mutt.

30 Jahre Kooperation mit Infotex

von Rainer W. Seck

Vor mehr als 30 Jahren kam unser 3. Vorsitzender Ralf Schutz auf der Begleitmesse zum Deutschen Turnfest 1994 in Hamburg mit der Firma KDS Infotex in Kontakt, einem Servicepartner für Vereine. Wir haben diesen Kontakt dann vertieft und eine Kooperation für den Druck und Versand unserer Vereinszeitung geschlossen, die in diesem Jahr ihr 30jähriges Jubiläum gefeiert.

1995 ging dann die erste von Infotex gedruckte Turnschuh-Ausgabe noch per Post nach München, um dort gedruckt und versandt zu werden: das Heft 1/1996. Damals noch nicht digitalisiert, sondern mit Kleber und Schnipseln die Druckvorlage erstellt. Das Format damals noch in A5 und die wenigen Fotos im Heft alle noch in schwarzweiß. Erst mit Heft 2/2000 wurde wenigstens das Titelblatt farbig und zierte das 50jährige Geburtstagskind Günter Lüsser von unseren Bauchtanzfrauen Petra Kaiser, Anne Maaßen und Andrea Zwilich-Seck umringt. A4 wurde der Turnschuh dann mit Heft 3/2004 (die 47. Gesamtausgabe). Durchgehend farbig geht es in unserer Vereinszeitung seit Ausgabe 2/2014, der insgesamt 86. Ausgabe.

Dies hier ist die 115. Ausgabe des „Turnschuh“, die wir in stets sehr guter Kooperation mit Infotex herausgegeben. Vor einigen Jahren ist noch unser Mitgliederverwaltungsprogramm hinzugekommen, die unsere Zusammenarbeit noch weiter intensiviert hat.

Heute führt Arne Jensen das Unternehmen. Mit ihm und seinen Mitarbeitern stehen wir in einem sehr guten und engen Kontakt, was die Belange des Turnerbundes betrifft. Inzwischen ist daraus eine sehr vertrauensvolle Verbindung geworden und man tauscht sich inzwischen auch über andere Dinge aus von RWE– zu Mönchengladbach-Fan. Der sitzt tapfer dort unten in Unterhaching (München) und verteidigt sich tapfer gegen die Bayern und Sechziger.

Lieber Arne und Mitarbeiter, ganz herzlichen Dank für das jahrzehntelange gegenseitige Vertrauen und wir hoffen auf weiterhin gute Zusammenarbeit.

REWE-Scheine für Vereine - dank euch sind wir die Scheine los

von Stefan Dujardin

Auch in diesem Jahr konnte der Turnerbund wieder tolle Prämien über die Vereinsaktion von REWE "Scheine für Vereine" erhalten. Vielen Dank für Eure Unterstützung. Dank eurer uns zugeteilten Vereinsscheine konnten die einzelnen Abteilungen des TBF in diesem Jahr insgesamt acht verschiedene Prämien eintauschen. Die Abteilungen Tennis, Kindersport und Old Iron Guys können sich über neue Sportmaterialien freuen. Alle Prämien sind inzwischen in den Abteilungen angekommen und werden im Sport eingesetzt.



Die Supermarkt-Kette REWE bietet uns so erneut die Möglichkeit hochwertige Sportgeräte und andere Hilfsmittel "kostenlos" zu erhalten und damit das individuelle Sportangebot aufzuwerten.

In diesem Jahr wurden uns durch Eure Hilfe 4470 Vereinsscheine zugeteilt,

welche wie vorab beschrieben, eingelöst werden könnten. Wir freuen uns schon auf die "Scheine für Vereine"- Aktion im kommenden Jahr.

11. Frintroper Shopping Nacht Bestes Wetter und leckere Cocktails zur Frintroper Shopping-Nacht von Stefan Dujardin

Nachdem wir im letzten Jahr aus organisatorischen Gründen leider keinen Cocktailstand auf der Frintroper Shopping-Nacht anbieten konnten, sind wir in diesem Jahr wieder voll durchgestartet. Zu finden waren wir vor den Garagen von St. Josef in der Himmelpforten.

Mit dem Blick auf die Wettervorhersage waren wir zunächst

BEINERT-KNOTTE ELEKTRO



- Elektro-Gebäudetechnik
- Sicherheitstechnik
- Kommunikationstechnik
- Energietechnik

Elektro-Gebäudetechnik
Basisinstallation
Lichttechnik
Daten- & Netzwerktechnik
Gebäudesystemtechnik (EIB/KNX)
Gerontotechnik (Wohnen im Alter)

Sicherheitstechnik
Einbruchmeldetechnik
Überspannungsschutz
Brandmeldetechnik

Kommunikationstechnik
Türkommunikation
Antennentechnik
Satellitenanlagen

Energietechnik
Speicherheizsysteme
Warmwassergeräte
Raumklimatisierung
Photovoltaik
Wärmepumpen

Oberhauser Straße 8-10
45359 Essen
0201 - 86 928-0

www.beinert-knotte.de



Nur Umziehen war gestern: Komplettservice ist heute!

Umzüge um die Ecke und um alle Welt

Montagen Systeme wie HÜLSA, INTERLÜBKE etc. ♦ Ein- und Auspacken von Hausrat, Glas, Porzellan etc ♦ Regale, Lampen, Bilder, Spiegel, Gardinen abnehmen und aufhängen ♦ Teppichböden entfernen und auslegen, Laminat verlegen ♦ Wohnungsendreinigung, Restmöbelentsorgung, Möbeländerungen, ♦ Tapeten und Fliesen entfernen, Wohnungsrenovierung, ♦ Erledigung der Ab- und Anmeldeformalitäten und Behördengänge

Küchenmontagen

Komplett mit Anschlüssen, Lieferung neuer Arbeitsplatten, Blenden, etc ♦ Umbau von Küchenschränken in eigener Tischlerei

Lagerservice

Lagerungen von Einzelstücken und kompletten Haushalten ♦ Containerlagerungen in klimatisierter und bewachter Halle ♦ Aktenarchivlager mit Abhol- und Bringservice

Do it yourself Service

Containergestellung für Umzug und Lager bis vor die Tür ♦ Mietkartons, Verpackungsmaterial bundesweiter Lieferservice

Seniorenspozialservice

Umzüge, Küchenmontagen, Lagerservice zu versprochenen Festpreisen ♦ Sachlich, seriös und sauber arbeiten- des deutschsprachiges Fachpersonal

Weitere gute Gründe, die für uns sprechen:

Inhabergeführtes Familienunternehmen ♦ DIN-ISO 9001 zertifiziert ♦ langjährig erfahrenes und geschultes Fachpersonal ♦ luftgefederte, lärm- und abgasarme Fahrzeuge ♦ Außenaufzüge ♦ wachdienstgeschütztes und alarmgesichertes Lagerhaus

über 100 Jahre
Umzüge **Meinrich**®

45355 Essen, Wolfsbankring 40 ♦ Fon: 02 01 - 67 73 73 ♦ www.meinrich.de ♦ meinrich@meinrich.de

... der freundliche Familienbetrieb



Nicht nur Stefan Dujardin und Patrick Plücker waren auf dem TBF-Cocktailstand schwer in Action. Ganz viele fleißige Hände vom TBF halfen mit



froh, keinen Glühwein-Stand angeboten zu haben. Bei sommerlichen Temperaturen von über 20 Grad waren wir mit unseren Cocktails perfekt vorbereitet. Zusammen mit unseren zahlreichen Helfenden konnten wir sogar unsere Leistung zur letzten Cocktailbar leicht erhöhen und fast 500 Cocktails an zufriedene Besucherinnen und Besucher der 11. Frintroper Shopping-Nacht verkaufen.

Dabei kühlten 70 Kilogramm Crushed-Eis die sommerlichen Getränke gemixt aus 25 Flaschen Spirituosen und 30 Litern gesunden Säften.

Wie schon in den Vorjahren bleibt der klassische Caipirinha der beliebteste Cocktail der Frintroperinnen und Frintroper. Ein Riesen-Dank gilt den fleißigen Helfenden hinter der Cocktailbar, welche Obst geschnitten, neue Getränke gereicht, Becher gespült und einfach gute Laune versprüht haben. Oh-



ne euch sind solche Aktionen nicht umsetzbar! Wir freuen uns schon auf den TBF-Cocktailstand auf der 12. Frintroper Shopping-Nacht im Jahr 2026, die voraussichtlich am 25. September stattfinden wird.

Gemeindefest St. Josef

Auch hier nahmen wir teil

von Britta H.

In diesem Jahr war der TBF 03 erneut beim Gemeindefest der Kirchengemeinde St. Josef in Frintrop mit einer Spielstation dabei. Nach einem erfolgreichen Aufbau des Parcours und Probeläufen durch die Helferinnen, konnten die kleinen und großen Besucher kommen.

Die Kinder und Jugendlichen konnten ihre Geschicklichkeit im Parcours testen. Erschwert wurde dieser Lauf dadurch, dass gleichzeitig ein Ei auf einem Löffel balanciert werden sollte. Von Klein bis Groß haben viele die Spielstation aus-



Dein Name für den Turnerbund: Danke allen Spendern!
Mit 5 € je Kästchen deinen Verein unterstützen. Natürlich steuerlich absetzbar!

Gerlinde & Alfred Giepen	Elke Zimmnau	Anne & Peter Dieler	Brunhilde Hofman & Manfred Bigell	
	Rosita & Gerd Ortner	Ella, Luca, Daphne & Thorsten	Doris & Werner Klank	Conni & Jörg D.
Ilse und Dieter Lösger		Heike & Olaf Hellmold	Familie Eisenburger	Elke & Ralf Esser
Geli Gollan	<i>Rita & Günter Lüsser</i>	Familie Hahnen	Heidrun & Norbert Günther	
Anne & Heinz Maaßen		Margaret, Heipe, Lucy + Emma freuen sich auf goldenes Laub.	<i>Irmgard & Siegfried Schwarz</i>	
Heidi & Peter Zimmer	Monika & Josef Jung	www.muetze- bedachungen. de	Ilona Praß & Rennbanane	Karola Stöckel
Klaus & Christiane	Ilse Grewe	Karin & Kurt Litzki	Annelie Ritter & Dr. Werner Becker	Marlies Neuhaus
<i>Einen tollen Herbst wünscht Familie Seck!</i>	Jessica, Beate & Michael Riese	Bottrop wünscht einen schönen Herbst! Norbert Badura & Peter Seiler		Elke & Peter Berndt
	L.	<i>Sabine Pfeiffer & Vater Werner</i>	Ralf & Silvia Schutz	
	Ria Osenar		Annette & Sascha Fennel	Sandra Müller
Ulla & Bernd Plappert	Hier könnte eure Spende stehen!	Uschi Fennel	Angelika & Werner Högner	Willi Riese
Familie Kaufhold	Eddi & Kurt Hartwig	Nicole & Manfred Funke-Kaiser		Hier könnte eure Spende stehen!

probiert, waren mit Spaß dabei und kamen teils sogar mehrmals, um den Parcour zu absolvieren. Für jeden gab es auch eine Kleinigkeit als Belohnung für die sportlichen Anstrengungen.

Die Spielstation wurde von den Sportler/innen der Gerätturn- und der 2. Abenteuerfreizeitgruppe betreut. Dazu gehörte auch den Kindern und Jugendlichen die Spiele zu erklären und ggf. vorzumachen.

Bei dem sehr guten Wetter in diesem Jahr sind viele zum Gemeindefest gekommen und die Kinder haben mit Eifer und Freude die verschiedenen Spielstationen ausprobiert. Wir möchten uns auch bei dem Orga-Team der Pfarrgemeinde St. Josef für die gute Vorbereitung und Organisation bedanken.

Vielen Dank an alle Helfer/innen der Gerätturn- und 2. Abenteuerfreizeitgruppe für eure Unterstützung beim Gemeindefest.



teuerfreizeitgruppe für eure Unterstützung beim Gemeindefest.

Einführung einer Ehrenamtskarte in Essen

Rat gab grünes Licht von Rainer W. Seck

- Die neue Karte ersetzt die bisherige Freiwilligenkarte und kann auch digital per App beantragt werden.
- Anerkennung für ehrenamtliches Engagement: Ehrenamtlich Aktive erhalten damit unter bestimmten Voraussetzungen Zugang zu über 5.400 Vergünstigungen landesweit.

Der Ausschuss für die Sport- und Bäderbetriebe Essen (SBE) hat in seiner Sitzung am 17. Juni die Einführung der Ehrenamtskarte NRW, zur Stärkung und Weiterentwicklung der Anerkennungskultur für bürgerschaftliches Engagement empfohlen. Der Rat der Stadt Essen hat im Juli zugestimmt. Die Einführung der Ehrenamtskarte NRW ergänzt die bisherige Förderung von ehrenamtlichem Engagement in Essen, die 2015 mit der Essener Freiwilligenkarte einen ersten Meilenstein setzte. Mit der Ehrenamtskarte NRW wird Essen nun einen Schritt weitergehen: Sie verbindet ideelle Anerkennung mit einem praktischen Mehrwert und schafft für ehrenamtlich engagierte Bürger*innen Zugang zu über 5.400 Vergünstigungen im gesamten Landesgebiet Nordrhein-Westfalen – darunter auch zahlreiche Angebote aus der Privatwirtschaft.

Voraussetzung für die Ehrenamtskarte NRW

Anspruchsberechtigt sind Personen, die mindestens fünf Stunden ehrenamtliche Tätigkeit pro Woche ausüben. Dieses Engagement kann auch bei unterschiedlichen Trägern oder verteilt auf einzelne zeitintensive Einsätze mit insgesamt 250 Stunden pro Jahr erfolgen. Die Kartenausgabe erfolgt unabhängig vom Wohnort, sofern das Engagement in Essen erbracht wird.

Die Stadt Essen folgt außerdem der Empfehlung der Staatskanzlei NRW zur Förderung des Jugendengagements. Damit

sollen Inhaber*innen der Jugendleiter*in-Card (Juleica) die Ehrenamtskarte unabhängig vom Nachweis geleisteter Stunden erhalten.

Die Vergünstigungen im Überblick

Alle bisherigen Leistungen der Essener Freiwilligenkarte werden in das Vergünstigungsportfolio der Ehrenamtskarte NRW übernommen. Dazu zählen:

- Vergünstigungen in Höhe von 20 Prozent auf ausgewählte Angebote der Theater und Philharmonie Essen (TUP),
- ermäßigter Benutzerausweis (Servicekarte) bei der Stadtbibliothek Essen in Höhe von 10 Euro,
- vergünstigte Geldwertkarte sowie 10 Prozent Rabatt auf den Eintritt bei den Sport- und Bäderbetrieben Essen,
- 50 Prozent Ermäßigung auf die Jahreskarte des Grugaparks Essen.

Darüber hinaus werden neue städtische Leistungen ergänzt. Karteninhaber*innen erhalten damit freien Eintritt zu Einzelveranstaltungen der Volkshochschule (VHS) Essen, zu Sonderausstellungen im Museum Folkwang sowie zu Ausstellungen des Ruhr Museums in der Kohlenwäsche.analoger Form als auch digital über die "Ehrenamtskarten-App" beantragt und verwaltet werden.

Gültigkeit und Beantragung der Karten

Die bisher ausgegebenen Freiwilligenkarten behalten bis zu ihrem regulären Ablauf (maximal drei Jahre) ihre Gültigkeit. Nach Einführung der Ehrenamtskarte NRW werden keine neuen Freiwilligenkarten mehr ausgestellt. Inhaber*innen der Essener Freiwilligenkarte können diese gegen die Ehrenamtskarte eintauschen, wenn die Voraussetzungen erfüllt werden.

Die Ehrenamtskarte NRW hat eine Gültigkeit von zwei Jahren und wird fortlaufend vergeben – ohne festgelegten Stichtag. Die Karten können sowohl in analoger Form als auch digital über die "Ehrenamtskarten-App" beantragt und verwaltet werden.

**Wir danken allen unseren Inserenten, dass
sie uns mit ihrer Anzeige unterstützen.
Bitte bevorzugt diese
Inserenten bei euren
Planungen.**

**Ein guter Rat spart Ihnen
Zeit und Geld.**



Siggi Schwarz
Mitarbeiter der Bezirksdirektion Markus Rohmann
Tel. (02325) 46 65 66, markus.rohmann@signal-iduna.net



SIGNAL IDUNA
gut zu wissen



**Ehrenamt ist
keine Arbeit, die
nicht bezahlt wird.
Ehrenamt ist
eine Arbeit, die
unbezahlbar ist!**



Spenden an den Turnerbund per PayPal möglich

**Wie kann man an den Turnerbund spenden?
von Rainer W. Seck**



Das ist einfach und es gibt
mehrere Wege.

- Man überweist einen Betrag X auf das Konto des Vereins bei der Sparkasse Essen, gibt unter Verwendungszweck „Spende“ und den Namen des Spenders an. Die IBAN des Turnerbund Frintrop bei der Sparkasse Essen lautet:
DE78360501050004201984
- Man spendet ein oder mehrere Kästchen wie eines hier auf der vorherigen Seite. Wer Interesse hat, kann sich gerne über vorstand@tbfo3.de an den Verein wenden.
- Ganz neu ist die Spende über das „PayPal“ an den Turnerbund. Voraussetzung ist, ein PayPal-Konto zu haben. Das haben inzwischen viele. Den entsprechenden QR-Code zur PayPal-Spende an den Turnerbund haben wir hier abgebildet. Einfach die Handykamera auf den QR-Code richten, den Link öffnen und spenden.

Was sagt die Finanzverwaltung NRW dazu?

Spenden können Sie in Ihrer Einkommensteuererklärung als Sonderausgaben absetzen.

Voraussetzung für den Spendenabzug ist eine förmliche Zuwendungsbestätigung (amtlicher Vordruck), die auch Spendenbescheinigung genannt wird. Diese erhalten Sie von der von Ihnen unterstützten Organisation.

Bis zu 300 Euro spenden reicht ein einfacher Nachweis

Bei Zuwendungen bis zu einem Betrag von 300 € gilt der vereinfachte Nachweis. Das heißt, dass dann ein Kontoauszug oder ein Überweisungsbeleg genügt.

Sie müssen die Belege über Ihre getätigten Spenden nur dann vorlegen, wenn Ihr Finanzamt Sie dazu auffordert. Bitte bewahren Sie die Nachweise aber auf jeden Fall bis zum Ablauf eines Jahres nach Erhalt Ihres Steuerbescheids auf.



Terminkalender:

Turnerbund Essen-Frintrop 1903: verantwortlich für 122 Jahre Sport und Freizeit in Frintrop

2025			
25.10.2025	16 Uhr	40 Jahre DJJB: Live-Interview mit Dieter Lösger und Dieter Maes	Youtube
02.11.2025	11 bis 13 Uhr	Monatlicher Frühschoppen im Vereinsheim. Auch Gäste, die nicht Mitglied sind, sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
08.11.2025	18.30 Uhr	Traditionelles Nachmartinstreffen für Jung & Alt mit Speis & Trank am TBF-Vereinsheim	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
21.11.2025	19.30 Uhr	„Ein Zimmer für immer“ - Mitraterkrimi der vereinseigenen Theatergruppe „tur-bu-lent-03“ - Einlass um 19 Uhr	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
22.11.2025	19.30 Uhr	„Ein Zimmer für immer“ - Mitraterkrimi der vereinseigenen Theatergruppe „tur-bu-lent-03“ - Einlass um 19 Uhr	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
07.12.2025	11 bis 13 Uhr	Monatlicher Frühschoppen im Vereinsheim. Auch Gäste, die nicht Mitglied sind, sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
07.12.2025	10 Uhr	Sparkastenleerung mit gemeinsamen Frühstück	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
10.12.2025	17.30 Uhr	Weihnachtsessen der Old Iron Guys (Turnen für Best Ager)	
2026			
04.01.2026	11 bis 13 Uhr	Monatlicher Frühschoppen im Vereinsheim. Auch Gäste, die nicht Mitglied sind, sind herzlich willkommen.	Vereinsheim Werkhausenstraße 16
25.09.2025	18 bis 22 Uhr	12. Frintroper Shopping Nacht - unser Cocktailstand ist im Himmelpforten zu finden	Frintroper City
10.2026		WM und Kongress der United Nations of Ju Jitsu	Sizilien in Italien
2028			
125 Jahre Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.			
2029			
2029		Internationales Deutsches Turnfest	München
2036			
2036		Olympia im Revier?	

**Termine können sich ändern.
Daher auch immer einen Blick in den aktuellen Terminkalender
auf unserer Homepage werfen oder einen Blick in facebook.**

JIU JITSU IM TBF

**FÜR KINDER
&
JUGENDLICHE**

**DONNERSTAGS
17–19 UHR**



KOMMT ZUM PROBETRaining!

**Wir stärken gemeinsam den
Geist, Körper und unsere
Konzentration und lernen dabei
die Grundlagen der
Selbstverteidigung.**

**Für Kinder ab 7 Jahren
Trainerin: Saskia Plücker**

Kontakt: Saskia Plücker, 0176 57 61 22 07
s.pluecker.tbf@outlook.de

Turnhalle Helmstraße
Zufahrt über den
Schulhof Helmstraße 5



Unsere Turnerbundfamilie

Die schönen Nachrichten: rechts die Geburtskinder im IV. Quartal

von Rainer W. Seck

Herzlichen Glückwunsch an alle Geburtstagskinder, die im kommenden Quartal 50, 60, 65, 70, 75, 80, 85 und 95 Jahre alt werden. Allen anderen Jubilaren natürlich auch unsere besten Glückwünsche. Gerne berichten wir an dieser Stelle auch über Hochzeiten, Hochzeitsjubiläen, Geburten oder andere schöne Dinge, die die Mitglieder betreffen. Einfach eine Nachricht an uns.

Noch schöner wäre es, wenn es zu dem freudigen Ereignis auch noch ein Foto geben würde.

turnschuh@tbfo3.de

Ganz lieben Dank euch allen für eure Unterstützung. Wir sind eben eine große Familie.

Ehrenmitglied Wilhelmine „Helmi“ Noll wird 95

von Rainer W. Seck

Am 20. Oktober feiert unser Ehrenmitglied Wilhelmine „Helmi“ Noll ihren 95. Geburtstag. Helmi ist bereits seit 1961 Mitglied im TBF.

1975 brachte sie sich erstmals in die Vorstandsarbeit im Turnerbund Frintrop ein und löste seinerzeit Josef Münch im Vorstand ab, von dem sie die Führung der Kassengeschäfte übernahm.

Sie führte diese sehr wichtige Vorstandsposition bis 1983 äußerst gewissenhaft und umsichtig aus.

Wegen ihres herausragenden Einsatzes erfolgte auf der Jahreshauptversammlung vom 14. Januar 1983 die Ernennung zum Ehrenmitglied unseres TBF. Abgelöst im Amt wurde sie seinerzeit wiederum von Gisela Lückhoff.

Sie blieb dem Ehrenamt im Verein aber treu und war von 1983 bis 2014 Kassenprüferin. 2010 wurde sie für einige Zeit in den Ältestenrat unseres Vereines berufen. Mit ihren zarten 95 Lenzen ist Helmi auch das älteste weibliche Mitglied in unserem Verein

Wir wünschen Helmi für die Zukunft weiterhin viel Gesundheit und Frohsinn.



Ralf & Elke Esser zum 70.

von Rainer W. Seck

Zwei liebe Menschen wurden/werden 70.

Durch die Turnschuh-Verzögerung können wir Ralf Esser „nur“ nachträglich in der Vereinszeitung zum Geburtstag gratulieren. Er wurde am 11. Oktober 70 Jahre alt. Auch auf diesem Weg noch einmal herzlichen Glückwunsch.

Ralf leitete viele Jahre als Vorsitzender die Tennisabteilung und stand über Jahrzehnte dem Turnerbund Frintrop als „unser“ Steuerberater mit Rat, aber vor allem mit viel ehrenamtlicher Tat zur Verfügung. Als Dank für seinen enormen Einsatz erhielt er 1997 die Ver-



8. November 2025 ab 18 Uhr

Nach dem Martinszug traditionelles St. Martinstreffen am TBF-Vereinsheim mit leckeren Getränken für Groß und Klein, Gegrilltem und anderen Köstlichkeiten.

**Wir gratulieren
den Geburtstagskindern im IV. Quartal 2025**

**95 Jahre
Ehrenmitglied
Wilhelmine „Helmi“ Noll**

**80 Jahre
Rita Völker
Gisela Warntjes**

**75 Jahre
Norbert Müller**

**70 Jahre
Dorothea Oeffelke
Ralf Esser
Elke Esser**

**65 Jahre
Ralf Siegel
Dagmar Brodrück
Petra Milleni**

**50 Jahre
Daniel Zbick
Tanja Nonnenmacher
Hans-Joachim Petersen**

dienstnadel unseres Vereines.

Heute golft er und begleitet seinen Enkel regelmäßig zu seinen Fußballspielen. Nix Eislaufmutter - Fußballopa.

Fit hält er sich unter den kräftigsten Männern des Vereins, den Old Iron Guys und seine Verbundenheit zeigt er zusammen mit seiner Frau Elke bei regelmäßigen Besuchen an der Vereinsheimtheke.



Am 28. November folgt ihm dann seine liebste Ehefrau Elke mit dem „70-werden“. Auch Elke hat sich über immens viele Jahre als 1. Kassiererin der Tennisabteilung viel Anerkennung erarbeitet. Immer da. Immer hilfreich und als Mitarbeiterin in der Kanzlei Esser auch immer ehrenamtlich in die Kassengeschäfte eingebunden.

Ihr jahrzehntelanges ehrenamtliches Engagement würdigte der Turnerbund mit der Verleihung der Verdienstnadel im Jahr 2019.

Euch beiden gebührt auf diesem Weg nochmals unser allerherzlichster Dank.



**PODOLOGIE
KÖRNER** Ihre Praxis für
medizinische Fußpflege

Abrechnung mit
allen **Kassen-** und
Privatpatienten

Adresse Bocholder Straße 2
45355 Essen

Telefon 02 01 - 760 921 17

E-Mail podologie-koerner@vodafoneemail.de

Web www.podologie-koerner.de

Mo 10-18 Uhr Di & Mi 8-16 Uhr Do nach Vereinbarung Fr 8-15 Uhr

Wir freuen uns auf eure Familiennachrichten.

Schickt uns eure Bilder von Hochzeiten, Taufen, Geburtsanzeigen an

frintrop@online.de



Wir suchen Unterstützung!

Die Gerätturn-Abteilung mit ca. 50 Turnerinnen sucht
Trainer*innen / Helfer*innen.

mögliche Trainingszeiten:

Di, 18 – 20 Uhr

Mi, 18 – 20 Uhr

Fr, 16 – 19 Uhr

TH Altfriedschule, Essen-Frintrop

Hast du Lust und Zeit Mädchen zwischen 5 – 18 Jahren beim Gerätturnen zu unterstützen?

Wünschenswert sind Erfahrung im Gerätturnen / Kinderturnen, ein Übungsleiterschein kann bei Interesse erworben werden.

Wir freuen uns auf deine Mail an:
Geraetturnen@tbf03.de



Aktuelles Sportprogramm des TBF im Jahr 2025 (Änderungen vorbehalten!)
Tennis wird auf der Tennisanlage Schemmannsfeld 27 mit fünf Plätzen gespielt.

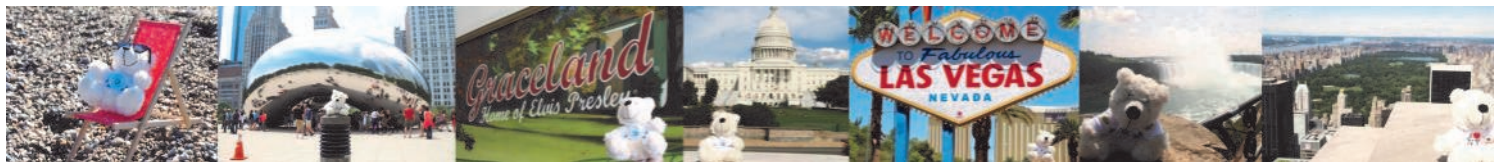
Erläuterungen: Turnhalle Helmstraße, Helmstr. 5 - Turnhalle Schloßschule, Schloßstr. 192
Turnhalle Altfriedschule, Frintroper Str. 432a - Turnhalle Unterstraße, Unterstr. 67
Sporthalle Bergeborbeck, Friedrich-Lange-Str. 15 -
Turnhalle Traugott-Weise-Schule, Wüstenhöferstr. 175

Da viele Gruppen momentan sehr gut besucht sind, bitten wir Mitglieder oder Interessierte vor dem Besuch einer neuen Gruppe zunächst Kontakt zur sportlichen Leitung unter sport@tbf03.de aufzunehmen.

So ist im Vorfeld eine Absprache mit den jeweiligen Übungsleitungen möglich.

Montag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Old Iron Guys	10:00 - 11:00	Vereinsheim	
Stuhlgymnastik für Senioren	15:00 - 16:00	Vereinsheim	
Zumba Gold	16:30 - 17:30	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Wirbelsäulengymnastik	18:00 - 19:00	Vereinsheim	
Freizeitgruppe Herren	18:00 - 20:00	TH Helmstraße	Fußball
Skigymnastik	18:15 - 20:00	TH Altfriedschule	
Radsport	18:00 Abfahrt	Vereinsheim	In der Sommerzeit - Winterzeit im Fitnessraum
Gymnastik für Frauen	18:30 - 20:00	TH Unterstraße	
C-Gymnastik	19:15 - 20:15	Vereinsheim	
Trampolin	17:00 - 19:30	SH Bergeborbeck	Leistungsgruppe
Dienstag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Wirbelsäulengymnastik	8:30 - 9:30	Vereinsheim	
Eltern-Kind-Turnen	16:30 - 18:00	TH Helmstraße	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Kinderturnen	16:30 - 17:45	TH Altfriedschule	
Wirbelsäulengymnastik	17:15 - 18:15	Vereinsheim	
Gerätturnen	18:00 - 20:00	TH Altfriedschule	Fortgeschrittene & Wettkämpfer
Zumba	19:00 - 20:00	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Gymnastik für Frauen	20:00 - 21:45	TH Unterstraße	
Zumba Step	20:00 - 21:00	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Mittwoch	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Wirbelsäulengymnastik	8:30 - 9:30	Vereinsheim	
Zumba Gold	16:00 - 17:00	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Kinderturnen	16:30 - 18:00	TH Altfriedschule	
Zumba	17:15 - 18:15	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Gerätturnen	18:00 - 20:00	TH Altfriedschule	Fortgeschrittene & Wettkämpfer
Walking / Nordic-Walking	18:00 - 19:00	Treffpunkt Vereinsheim	Einstieg jederzeit
Trampolin	18:45 - 21:15	SH Bergeborbeck	Leistungsgruppe
Freizeitsport für Herren	19:30 - 21:45	TH Helmstraße	Fußball
Donnerstag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
TaDiFi (Tanz Dich fit)	8:30 - 9:30	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Jiu Jitsu	17:15 - 19:15	TH Helmstraße	für Kinder ab 7 Jahre (Anfrage Erw. unter sport@tbf03.de)
Trampolin	16:00 - 18:00	SH Bergeborbeck	Anfänger ab ca. 6 Jahre
BOP - Bauch Oberschenkel Po	19:00 - 20:00	Vereinsheim	
Zumba Step	20:15 - 21:15	Vereinsheim	hier fallen zusätzlich Kursgebühren an
Freitag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Old Iron Guys	10:00 - 11:00	Vereinsheim	
Gerätturnen	16:00 - 17:30	TH Altfriedschule	Gerätturnen-Breitensport
Gerätturnen	17:30 - 19:00	TH Altfriedschule	Gerätturnen-Breitensport
Trampolin	19:00 - 21:30	SH Bergeborbeck	Leistungsgruppe
Badminton	19:00 - 21:30	TH Altfriedschule	Hobbygruppe
Samstag	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
Abenteuer Breitensportgruppe	10:00 - 11:30	TH Helmstraße	6 bis 14 Jahre
Gerätturnen	10:00 - 12:00	TH Altfriedschule	Wettkampfstraining bei Bedarf
Abenteuer Breitensportgruppe	11:30 - 13:00	TH Helmstraße	ab 15 Jahre

Im Turnerbund ist Sport am schönsten!



Reisebüro Peter Lotz

Frinroper Str. 430 · 45359 Essen

Tel.: 0201 - 69 00 63 - 64 · Fax: 0201 - 8 69 50 09

Email: info@reisebuerolotz.de · www.reisebuerolotz.de

Ständig aktuelle Angebote vorrätig!
Flüge · Pauschalreisen
Kreuzfahrten · Busfahrten · etc

Macht es wie unser T-Bär-F-Maskottchen: Schickt uns Fotos mit euch oder Grüße aus eurem Urlaub.

Einfach eine Karte an TBF, Werkhausenstraße 16, 45359 Essen oder noch besser eine Mail an urlaubsgruesse@tbf03.de.



Grüße aus Paguera von Schautermann Peter Zimmer und seiner Heidi!



Ist eben die Lieblingsinsel der Turnerbundler: Nicole und Manfred Funke-Kaiser grüßen vom Cap Formentor auf Mallorca.



Ella, Luca und Daphne Dorigi grüßen aus dem Wochenende in Wilhelmshaven.



Rhodos 2025, die Erste. Sonnige Juli-Grüße von Regina und Bernie-Bärchen Spieker.



Schöne Grüße aus Gretsiel von Manni Schmitt (rechts)



Grüße vom größten Leuchtturm Europas in Plougerneau/Finistere von Erika und Wilfried Küpper.



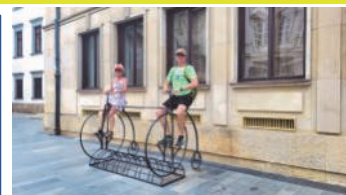
Grüße vom Ruhrtalradweg von Heipe mit Radkumpel Willi. Hier vorm Bio-Bike-Museum in Fröndenberg.



Kos in der östlichen Ägäis. Es grüßen die Werners.



Von der Ostseekreuzfahrt grüßen ganz herzlich Christiane und Klaus.



Ilse und Ralf im Juni 2025 in Bratislava - Kurz vor dem U21 EM Endspiel auf Schiff-Radtour von Passau nach Budapest



Grüße aus Davos, da, was besonders schön ist vom Ehepaar Praß.



Frinroper Schützen in Kroatien. Elke & Peter Berndt, Lydia Henzeleit Michael Klein sowie Andrea & Karl-Heinz Mütze.



Teil 1 der Urlaubsgrüße aus dem Südbrookmerland von Familie Maaßen.



Grüße vom Brocken, dem Berg der Deutschen, von Andrea und Fast-Pensionär Frank Eisenburger.



Teil 2 der Urlaubsgrüße aus dem Südbrookmerland von Familie Maaßen.



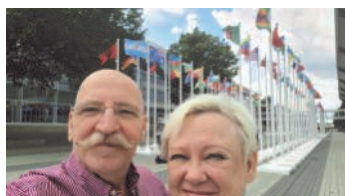
Sie trieben es 'mal wieder auf die Spitze: die Zugspitze. Grüße von Annette und Sascha Fennel.



Mit der AIDA nach Stockholm. Es grüßen Angelika & Werner Högner



Teil 1 der Grüße von den FISU-World Games von Geli Gollan, Ria Osenar und Moni Petek.



Teil 1 der Grüße von den FISU-World Games von Andrea Zwillich-Seck und Ehrenpräsi Rainer W. Seck.



Vom Idrosee in Italien grüßen Detlef Köppen und Enkel.



Aus Ostkapelle grüßen Annelie Ritter und „Dr.“ Werner Becker.



Angelika & Werner Högner auf Wanderschaft am Jägersee.



Petra Scholz & Michael Andersch grüßt von Norderney.



Die Mädels Moni, Ria, Irene und Rosi grüßen von Egmont an Zee.



Nix schönes blaue Donau. Schöne blaue Maas mit Heipe Genter.



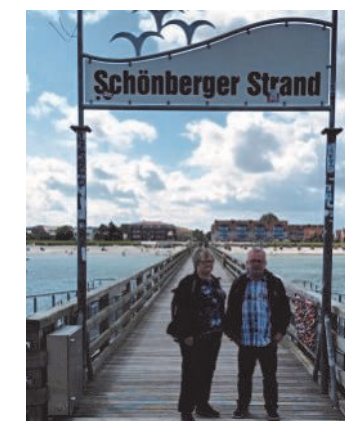
Der Manni Schmitt grüßt aus Neßmersiel.



Noch ein Detlef Köppen-Grüß vom Kalterer See in Italien.



Familie Dujardin grüßt von Fehmarn.



Vom Schönberger Ostsee-Strand grüßen Karin und Kurt Litzki.



Hier könnte er auch wohnen, unser Ehrenpräsi: Turnerweg. Von der Ostseetour Kiel-Wismar-Warnemünde-Rostock und Schwerin grüßen Rainer w. Seck und seine wertee Gattin Andrea Zwillich-Seck.



Algarve, Cadiz, Gibraltar und Analusien
Es grüßen die Maaßens.



Rhodos 2025 die Zweite:
Regina und Bernie-Bärchen
Spieler grüßen ganz herzlich.



Die Hand Essens an der Hand
Gottes.
Grüße von Jörg Thiesling aus
„O mia bella Napoli“.



Wenn bei Capri...
Gruß vom Monte Solana mit
dem Blick auf Capri von
Jörg Thiesling.



Grüße aus Fiss in Tirol senden
Conny und Jörg Danielewski.



Auf Schutz'ens Lieblingsinsel.
Es grüßen Silvia & Ralf
Schutz.



Madeira: Grüße von Birgit Kru-
se, Geli Gollan und Ria Osenar.



In Callantsoog an denTurner-
bund gedacht.
Es grüßen Andrea und Frank
Eisenburger

Sie machen wieder Theater →

Die Theatergruppe Tur-bu-lent 03 im Turnerbund Frintrop betritt wieder die Bretter, die die Welt bedeuten. Und sie haben sich wieder einmal eine ganz besondere Kriminalkomödie zum Mitraten ausgedacht. Es geht um ältere Menschen, die sich zusammenfinden, um gemeinsam ein Haus zu bewohnen, das für einen Einzelnen doch dann wohl etwas zu groß wäre. Doch dann ändert jemand grundlegend seine Meinung und ein Mord geschieht.

„Ein Zimmer für immer“ heißt das neueste Theaterstück, das am 21. & 22. November erstmalig im Vereinsheim aufgeführt wird. Alle wichtigen Informationen entnehmt bitte dem Plakat auf der nächsten Seite.

Kleiner Eintritt & großes Theater. Geschauspielert wird das Stück von Elke & Peter Berndt, Ute Grieger, Heinz Maaßen, Marlies Neuhäus, Berni Spieker, Viola Wingen & Andrea Zwillich-Seck. Regie führt Beate Lascheit-Schumann.

**Übungsleiter/in Für den Bereich „Wirbelsäulengymnastik“
gesucht.**

Ihr kennt jemanden oder könnt es vielleicht selbst?

Bitte wendet euch an

vorstand@tbf03.de

Zimmer zu vermieten!
An ältere Semester.

Hast du Lust, mit ein paar netten
Leuten eine WG zu gründen?

Dann komm vorbei,
wir freuen uns.

Die Theatergruppe im Turnerbund
„tur-bu-lent 03“
präsentiert:

Ein Zimmer für immer
eine Miträte-Krimikomödie

7 Senioren. 1 Haus. 1 Mord.
geschrieben und in Szene gesetzt
von
„tur-bu-lent 03“

Vereinsheim Turnerbund Frintrop 1903

Werkhausenstr. 16, 45359 Essen (nähe Schildberg)

Freitag, 21. November 2025, 19.30 Uhr (Einlass 19 Uhr)

Samstag, 22. November 2025, 19.30 Uhr (Einlass 19 Uhr)

Kartenvorverkauf - 10 €

TBF-Vereinsheim. Mo ab 19.30 Uhr oder Mi ab 19 Uhr

Telefonisch unter 0176 52 55 21 50

oder Mail an theater@tbfo3.de

Sport- und Abteilungsnachrichten



Gymnastik für Frauen



Sommertreff

von Sascha Fennel

Am 7. Juli traf sich die Montagsgruppe um Elke Zimmern unserer Abteilung „Gymnastik für Frauen“ bei Lisa Wigge im Garten. Es war wie immer eine sehr gemütliche Runde, der

ich einen Besuch abstattete und die Grüße des Vorstandes übermittelte. Und wie so oft, wenn so viele lustige Menschen zusammenkommen, wurde an diesem Sommernachmittag viel gelacht.

Ganz herzlichen Dank an Lisa Wigge, die wieder einmal ihre Örtlichkeiten zur Verfügung stellte.



Trampolinturnen



Stadt und Sparkasse unterstützen

Vandalen hatten Trampolintuch zerschnitten
von Rainer W. Seck

Was mag in so Mini-Gehirnen vor sich gehen, deren dazugehörige Idioten anderer Leute Eigentum sinnlos zerstören. Passiert vor einiger Zeit in der Sporthalle Bergeborbeck, wo unsere Trampoliner im Leistungszentrum trainieren. Aus alter Verbundenheit zum Turnerbund Frintrop und zum Trampolinstandort Essen hat die Firma Eurotramp das teure Tuch für einen Gottes Lohn repariert. Eine Garantie, dass es lange hält, konnte man aufgrund des intensiven Schadens allerdings nicht geben. Nun hat das Tuch dann doch aufgege-

ben und war nicht mehr nutzbar. Ein neues musste her. Einfacher gesagt, als getan, denn das günstigste Angebot machte die bekannte Sportartikelfirma Spieth. 3.239,29 € Anschaffungskosten standen für das neue Tuch im Raum.

Viel Geld für die Gemeinschaft Essener Turnvereine GET und auch den Turnerbund Frintrop.

Vor den Ferien traf ich mich dann mit Gerd Gente, Ehrenvorsitzender und Geschäftsführer der GET und wir berieten, was man tun könnte. Schließlich stellte Gerd zwei Anträge auf Bezuschussung. Einen bei der Stadt via Essener Sportbund für aufwändige Sportgeräte und einen bei der Sparkasse Essen auf einen Zuschuss aus dem PS-Zweckertrag (also aus dem Erlös des sogenannten Prämiensparens). Beide Anträge wurden zu unserer aller Freude bewilligt. Die Fördersumme beläuft sich auf insgesamt 50 %. Für den Rest sorgen dann GET und TBF. Tausend Dank an Stadt und Sparkasse.

Aus der Klamottenkiste

von Rainer W. Seck

Was man bei einem Umzug doch so alles in die Hände bekommt. Da war die Zeit Ende der 70er-, Anfang der 80er-Jahre. Nix digitale Fotografie. Dias wurden da noch gemacht, die der heutigen Bildqualität nicht Paroli bieten können. So auch dieses Bild vom Kindertraining der Trampolinabteilung in der Altfriedschule, das so 1979/1980 entstanden sein müsste.

Kriegen wir noch die Namen zusammen? Vielleicht fällt euch ja noch was ein.

Vorne links: ???, Claudia Wolbeck, Petra Müller (heute Barth).

Die beiden einzelnen jungen Damen sind Schwestern. Marion ??? und Karin ??? (heute Lohmann. Reihe dahinter: ???, ???, Trainerin Heike Heinrich (heute Brinkmann, ???, Bettina Stemmer (heute Hufnagel), Trainer Peter Kaiser. Direkt hinter Peter Kaiser, na, habt ihr ihn erkannt? Sascha Fennel, heute 2. Vorsitzender unseres Vereines.

Links neben ihm der Trainer Wolfgang Hegh, leider schon



verstorben. In der hinteren Reihe v.l. Rüdiger Henning, letztes Jahr noch für 50jährige Mitgliedschaft geehrt), Trainer Rainer W. Seck (heute Ehrenpräsi), Stefan Merz und der damalige Abteilungsleiter Hans-Jürgen Michels, besser bekannt als Pingo.

Tja, das sind Erinnerungen.



„Tanz dich fit“ bei Alina



Noch freie Plätze

TaDiFi = Tanz Dich FIT 👍

JEDER kann mitmachen 😊

Du hast Spaß dich zu toller Musik zu bewegen?



Dann komm einfach vorbei 😊

Do 8:30-9:30 im Vereinsheim



In meinen Gruppen TaDiFi = Tanz dich fit am Donnerstag (8.30 Uhr) und Wirbelsäulengymnastik am Mittwoch (8.30 Uhr) sind aktuell noch freie Plätze.

Bei „Tanz dich fit“ bewegen wir uns zu toller Musik, jeder wie er kann. Der Begriff Wirbelsäulengymnastik klingt im ersten Moment wie etwas, das nur für Menschen im höheren Alter relevant ist. Doch das stimmt nicht: Wirbelsäulengymnastik ist im Grunde nichts anderes als Rückentraining. Und das können besonders die gebrauchen, die bei ihrer täglichen Arbeit viel sitzen müssen. Hallo, liebe Leute in den Homeoffices: Das ist also ganz bestimmt auch was für euch.

Beide Sportangebote finden in unserem Vereinsheim in der Werkhausenstraße 16 (Nebenstraße vom Schildberg) am Ende der Sackgasse statt. Einfach Sportzeug mitbringen und Probetraining machen.



Walking



Walking ist nahe an der natürlichen Alltagsbewegung Gehen, so dass keine neuen Techniken erlernt werden müssen. Walking ist ein aufrechtes, nicht verkrampftes, bewusstes Gehen mit verstärktem Armeinsatz. Eine aufrechte Körperhaltung und ein aktiver Armeinsatz sind die wichtigsten Punkte für eine gute Walking-Technik, so dass die gesamte Rumpfmuskulatur beansprucht wird. Wir treffen uns, außer, wenn es junge Hunde regnet, jeden Mittwoch um 18 Uhr zu einer gemütlichen Runde durch das Frintroper Pantoffelgrün. Wir sind zwischen 50 und 70 Jahre alt und haben große Freude daran, so etwas für unsere Gesundheit zu tun. Auch „das Quatschen“ kommt bei unseren Runden nicht zu kurz. Schaut doch einfach mal vorbei.



Walken/Nordic-Walking - Talking
mittwochs um 18 Uhr
ca. 1 Stunde

Treffpunkt am Vereinsheim
Werkhausenstraße 16 in Frintrop



Jiu Jitsu



50 JAHRE
DEUTSCHER JIU JITSU
BUND E.V.

Liveinterview mit den
Gründungsmitgliedern

Samstag, 25.10.2025

16:00 Uhr

Live auf YouTube

Mit Dieter Lösger & Dieter Mäß

Erlebt die Geschichte des Verbandes –
erzählt von denen, die ihn gegründet haben



<https://DJJB.de/50-jahre>

50 Jahre DJJB

Liveinterview mit den Gründungsvätern
Dieter Lösger & Dieter Mäß
von Rainer W. Seck

Der Deutsche Jiu Jitsu Bund (DJJB) feiert in diesem Jahr ein ganz besonderes Jubiläum – **50 Jahre DJJB**! Aus diesem Anlass lädt der Verband zu einem digitalen Highlight ein. Am **Samstag, 25. Oktober 2025 um 16:00 Uhr** führt der DJJB ein **Liveinterview mit den Gründungsmitgliedern Ehrenpräsident Dieter Lösger und Dieter Mäß**. Gemeinsam blicken sie auf die Anfänge des DJJB zurück, hören spannende Anekdoten und würdigen fünf Jahrzehnte voller Engagement, Bewegung und Gemeinschaft.

Alle sind ganz herzlich eingeladen, live mit dabei zu sein. Wie? Das ist ganz einfach.

Entweder ihr scannt den QR-Code und werdet von dort aus weitergeleitet oder ihr ruft die Seite des DJJB auf, die rechts neben dem QR-Code steht. Viel Spaß!



Ein Bild aus alten Tagen.



Gerätturnen



Freundschaftswettkampf

von Claudia Spelz

Vor den Sommerferien konnten wir mit einigen Turnerinnen am Freundschaftswettkampf teilnehmen. Für viele war dies der erste "Auftritt" vor großem Publikum. Einige Turnerinnen haben sich getraut, in der Kategorie "Kür" anzutreten.

Thalia schreibt dazu: "Ich habe Glück gehabt bei der Flugrolle. Und was nicht so schön war, dass meine Musik nicht angegangen ist. Der Tag hat mir gut gefallen."

LK 3 (2012 u.j.)

- 14. Platz - Mathilda Wallner - 38,75 Punkte
- 16. Platz - Sophia Dewever - 36,90 Punkte
- 18. Platz - Lotta Schulz - 34,55 Punkte

Jahrgang (Jg.). 2019 u.j.

- 7. Platz - Stella Rennecke - 40,05 Punkte

Jg. 2017

- 10. Platz - Ida Schachner - 46,20 Punkte
- 13. Platz - Vivian Rennecke - 43,05 Punkte

Jg. 2016

- 11. Platz - Lilly Armanski - 48,85 Punkte
- 12. Platz - Thalia Ril - 48,45 Punkte
- 15. Platz - Lina Richwy - 44,40 Punkte

Jg. 2014

- 4. Platz - Hanna Friedland - 53,15 Punkte



Jg. 2013

- 2. Platz - Madita Busse - 52,05 Punkte
- 4. Platz - Elisa Zipner - 51,20 Punkte

Jg. 2012

- 1. Platz - Mira Moschny - 54,60 Punkte
- 3. Platz - Emma Meyer - 50,55 Punkte
- 4. Platz - Esma Korkmaz - 46,60 Punkte





Zumba®



Mittwochs um 16 Uhr

ZUMBA GOLD®

Hier sind noch Plätze frei

**BIETET AKTIVEN
ÄLTEREN ERWACHSENEN:**

 **BESSERES GLEICHGEWICHT**

 **MEHR BEWEGUNGSFREIHEIT**

 **VERBESSERTE KOORDINATION**

 **DEN ULTIMATIVEN GUTE-LAUNE-KICK**

**ZUMBA
gold®**

Im Vereinsheim



Zumba® Fitness & Zumba® Step
Turnerbund Essen-Frintrop 1903 e.V.

Verschwende keine Zeit und melde dich jetzt zur
kostenlosen Probestunde an,
denn Ausreden verbrennen keine Kalorien!

Was ist Zumba®?

Zumba® ist ein Tanz-Fitness-Workout zu lateinamerikanischer Musik.
Bei uns steht der Spaß im Vordergrund.
Zumba® Step ist eine Mischung aus Zumba® und Step Aerobic.

Für wen ist Zumba® geeignet?

Zumba® ist für jeden geeignet, der Spaß an Bewegung und den
südamerikanischen Rhythmen hat.
Du benötigst keine Vorkenntnisse. Jedes Alter und jedes Fitnessniveau
ist willkommen.

Wann & Wo?

Werkhausenstraße 16, 45359 Essen-Frintrop

Zumba® Fitness mit Gabi
Mittwochs, 17:15 – 18:15 Uhr
☎ 0177 7468397

Zumba® Step mit Jenny
Dienstag, 20:05 – 21:05 Uhr
Donnerstags, 20:10 – 21:10 Uhr
☎ 01578 1296054

Tanz Dich Fit (TaDiFi) mit Alina
Donnerstags, 08:30 – 09:30 Uhr
☎ 0177 2680032

Noch Plätze frei!

Aktuell gibt es noch freie Plätze. Wer Interesse hat, kann gerne Kontakt aufnehmen.

Hier in der Vereinszeitung könnte Ihre Werbung
stehen! Unsere Vereinszeitung erreicht per Post rund
1.000 Mitglieder
und wird in deren Familien weitergelesen.
Dazu gibt es Tausende Internetabrufe von unserer Ho-
mepage. Interesse?
Preisgünstige Werbung gibt es über
vorstand@tbfo3.de.



Radgruppe am Montag



Rekord beim Stadtradeln

**Auch der TBF war mit kleiner km-Zahl dabei
von Rainer W. Seck**



Dieter Praß hatte uns fürs Stadtradeln angemeldet. Es war knapp in der Zeit, aber wir geloben, beim nächstjährigen Stadtradeln mit viel mehr Teilnehmern an den Start zu gehen und dann auch mit vielen, vielen Kilometern mehr abzuschließen. So wurden es leider nur 588 km. Beim STADTRADELN 2025 in Essen haben im Aktionszeitraum vom 3. bis 23. Mai 4.345 Teilnehmende in 221 Teams insgesamt 1.051.294 Kilometer auf dem Fahrrad zurückgelegt. Damit wurde nicht nur die bisherige Höchstbeteiligung, sondern auch erstmals die Marke von einer Million Radkilometern übersprungen. Wären alle geradelten Strecken mit dem Auto zurückgelegt worden, dann wären rund 172 Tonnen CO₂ freigesetzt worden.

Beim Stadtradeln geht es darum, in einem Team innerhalb

von 3 Wochen möglichst viele Radkilometer hinter sich zu bringen. Nächstes Jahr starten wir mit einem neuen Anlauf. Es wäre doch gelacht, dass unsere eifrigen Radler der Montagsradgruppe und unser Rentnerradlertreff „Old Guys Radler“ nicht viel mehr Kilometer auf die Uhr bekommen.

Der Termin 2026 steht noch nicht fest.



Essen ist wieder dabei!

Vom 03. bis 23. Mai 2025



**Lokale Koordination und Kontakt
STADTRADELN in Essen**

Stefan Wulter
Transportation Research & Consulting GmbH
wulter@trc-transportation.com
Moritz Wagner
Stadt Essen - Amt für Straßen und Verkehr
moritz.wagner@stadt.essen.de

Infos und Anmeldung unter:
www.stadtradeln.de/essen



Tradition: Saisonabschluss am 3. Oktober

von Rainer W. Seck

Ein frischer Wind fegte am „Tag der deutschen Einheit“ durch die Lande. Dies und das lange Wochenende für Berufstätige ließen nur wenige Eifrige am Vereinsheim aufschlagen. Start war wie immer um 10.00 Uhr am Vereinsheim Werkhäuserstraße und „Radwegedesigner“ Andreas Illigen hatte eine schöne Rund von 35 bis 45 km ausgeguckt, die es je nach Wetterlage zu befahren gab.

Wer die Touren von Andreas kennt, weiß, dass er es fast immer hinbekommt, auf Rad- und sonstigen grünen Wegen zu fahren.

Da von vornherein klar war, dass es keine Einkehrmöglichkeit gibt, hatten die Mitradler für Verpflegung vorgesorgt, die dann nach knapp der halben Distanz bei einer ausgedehnten Pause auch verkasematuckelt wurde.



Nach Abschluss der Saison geht es mit der Weihnachtsfeier der Montagsradgruppe weiter und dann werden schon die Tage runtergezählt, bis man in die Saison 2026 startet. Voraussichtlich wird dies am 30. März sein. Freuen wir uns drauf.

**Übungsleiter/in für den Bereich
„Wirbelsäulengymnastik“
gesucht.**

**Ihr kennt jemanden oder könnt es vielleicht selbst?
Bitte wendet euch an
vorstand@tbf03.de**

OIG - Old Iron Guys - Frintrops eiserne Männer

OIG - wer oder was ist das?

von Jörg Thiesling

OIG steht für - **Old Iron Guys**.

WIR sind nicht alt. WIR sind auch nicht aus Eisen (aber auch nicht aus Zucker). Aber WIR fühlen uns noch „Fit wie ein Turnschuh“.

Auch wenn es manchmal zwickt und zwackt, die eine oder andere Bewegung nicht mehr so geschmeidig ist wie früher und die Gewichte sich irgendwie immer schwerer anfühlen: WIR arbeiten dagegen, denn WIR haben erkannt – „Wer rastet der rostet“ – und das ist ab 65 nach oben nicht so gut.

WIR lernen uns wertzuschätzen und auf unsere Körper zu hören, verspüren den Drang, uns mehr zu bewegen, denn im Alter ist die „körperliche Trägheit“ ein zunehmend verbreitetes Problem.

Das wollen WIR angehen – Warum? Weil WIR es können –

WIR sind die OIG's

Viele verfallen im „Renten- bzw. Pensionsalter“ in eine gewisse Lethargie, wo körperliche Aktivitäten abnehmen. Wenn man einmal in so einer klassischen „Abwärtsspirale“ steckt, wird es immer schwerer, seinen Körper und Geist fürs

Alter zu festigen.

Das alles wollen WIR OIG's nicht.

WIR sind in Bewegung. Was heißt Bewegung im Alter?

„Bewegung“ umfasst alle Aktivitäten, bei denen die Skelettmuskulatur aktiviert wird, also die Muskeln, die der Mensch willentlich steuern kann, diese trainieren wir 2x die Woche. Ergänzend dazu kommen kognitive Bewegungsspiele, Dehn- und Entspannungsübungen. Alles in einem moderaten bis hin zum intensiven 75 Minuten Training.

All das lässt ein TBF-Mitglied zu einem OIG werden.

Was hilft, aktiv zu werden? Viele Menschen brauchen sichtbare Erfolge. Wenn die Konfektionsgröße kleiner wird oder man sich einfach wieder wohler in seinem Körper fühlt, steigt die Bereitschaft.

Außerdem setzt Sport Endorphine frei - Glückshormone!

Das motiviert natürlich enorm. „Es muss Klick machen im Kopf“

Dabei spielt Achtsamkeit eine entscheidende Rolle!

„Wer lernt, sich selbst wertzuschätzen und auf seinen Körper hört, verspürt den Drang, sich mehr zu bewegen“

All das haben Wir in der Gemeinschaft, im Team erkannt, und ich als Coach bin sehr stolz auf so eine „geile Truppe“.

Das musste mal gesagt werden!

SEITE 34

Wir können auch anderes

von Rainer W. Seck

Danke für die Blumen, lieber Jörg. Das ist sehr schön, dass du stolz auf uns bist. Wir geben uns aber auch größte Mühe. Denn unseren Sport machen wir ja nicht für dich, sondern

für uns. Für unsere Ge-

sundheit. Und schon die

Römer kannten - Alt-

Lateiner aufgepasst -

Mens sana in corpore sano.

Auf Neu-Hochdeutsch: ein

gesunder Geist in einem

gesunden Körper. Und da-

mit das so bleibt, unter-

nehmen wir auch regelmä-

ßig etwas gemeinsam.

Am 24. Oktober nehmen

wir an einer Besichtigung

der Hauptfeuerwache teil.

Am 9. Dezember gibt's

dann was zur Kräftigung

auf die Gabel: Weihnachts-

essen.

Für 2026 können wir uns

vorstellen, einmal an einer

Führung durch die Licht-

burg, Deutschlands schönsten

und größten Kino teilzunehmen.

Vielleicht klappt es auch mit einer Besichtigung der Stätte, in

der unser Zaubertrank produziert wird: die Stauder Brauerei.

Man sieht, wir machen nicht nur was für unseren Körper,

sondern auch für unseren Geist und natürlich für den Zusammen-

halt in der Gruppe.



Es sind nicht alle. Insgesamt sind wir gut 25 echte Männer.

Tennis



Aufsteiger! Nächstes Jahr Verbandsliga



VERBANDSLIGA

von Rainer W. Seck

Was soll man da sagen?

Herzlichen Glückwunsch an die Herren 40-1 zum Aufstieg. Tolle Leistung und der vierte Aufstieg in Folge.

Ausgründung der Abteilung

von Rainer W. Seck

Ab Seite 9 in diesem Heft ist ein ausführlicher Bericht über die Jahreshauptversammlung im Gesamtverein und dem Antrag auf Ausgründung. Tennisabteilung und Gesamtverein gehen diesen Weg Schulter an Schulter.

Vorgesehen ist die Ausgründung ab dem 1. Januar 2026.

Bis dahin ist es aber noch ein intensiver Weg.

Saisonende und Platzabbau

von Sven Büscher

Der Platzabbau ist für Samstag, 8. November um 10 Uhr geplant. Viele helfende Hände sind nötig. Marco Petek leitet den Arbeitseinsatz.

Weihnachtsfeier der Tennisjugend

von Sven Büscher

Über WhatsApp ist bereits abgefragt worden: Die Weihnachtsfeier der Jugend findet am 22. November ab 12.30 Uhr zunächst mit Bowling statt. Ab 15.15 Uhr geht es dann zu Kaffee & Kuchen und mehr ins Tennisvereinsheim. Es gibt Waffeln, Currywurst, Stutenkerle und natürlich eine Überraschung. Das Ende ist für 17.30 Uhr vorgesehen.

AZB Sportwagen Porsche - Ferrari - Maserati
KFZ - Stütze Gbr
Bocholder Straße 161
45355 Essen

AUTO ZENTRUM BORBECK

Tel: 0201 67 48 18
0201 67 48 98
Fax: 0201 65 17 44
www.autozentrumborbeck.de

GÜLTIG AB SOFORT!



LECKERES BROT KAUFEN & GUTES TUN?

DANN REICHE JETZT DEINEN BELEG BEIM
TBF03 TENNIS EIN UND DIE TENNISJUGEND
ERHÄLT 5% DER BELEGSUMME ALS SPENDE.

**ÄHRLICHES BROT BRAUCHT
ÄHRLICHES HANDWERK.**

Bäcker Siebers-Aktion

Ihr kauft Brot und Gebäck bei Bäcker Siebers? Prima. Lasst euch eine Quittung geben, denn 5 % des Umsatzes erhält die Tennisabteilung als Spende für die Tennisjugend in der Abteilung. Nicht nur eine tolle, sondern auch eine leckere Aktion.



**Löwenstark für
Ihre Gesundheit**

Reformhaus



Treffpunkt gesundes Leben

Mahmoud Adel
Frintroper Str. 432 . 45359 Essen

Telefon 0201 6958007

Internet: www.markusmed.de

e-Mail: mail@markusmed.de