



## Mein Turnverein

Styrumer Turnverein von 1880 e.V.

Gymnastik

Handball

Hip Hop

Jedermannsport

Jiu Jitsu

Leichtathletik

Line Dance

Präventionskurse

Tischtennis

Triathlon

Turnen

ZUMBA®

*Liebe Vereinsmitglieder*

*Der Sportbetrieb läuft nach der Sommerpause wieder auf vollen Touren. Mit hohem Einsatz bringen unsere Übungsleiter\*innen ihre Kursteilnehmer in Schwung - in der Halle wie auch auf Ausflügen und am Grill. Diese gelebte Mischung aus Sport und Geselligkeit ist für ein lebendiges Vereinsleben unverzichtbar - aber nicht selbstverständlich. Deshalb gilt unser ungeteilter Dank allen, die hierzu ehrenamtlich ihren Beitrag leisten. Aber lasst sie dabei nicht allein - unterstützt sie aktiv in der Arbeit, unseren Verein sportlich wie auch gesellschaftlich auf eine sichere Zukunft vorzubereiten. Seid dabei, der Verein braucht Euch!*

*Der Vorstand*

# Aus der Vereinsfamilie

## Geburtstage

09.09.	Neumann Wilfried	60
15.09.	Overhoff Manfred	85
29.09.	Paashaus Wolfgang	75
02.10.	Westphal Gisela	80
03.10.	Bechert Werner	85
04.10.	Stannowski Rosemarie	84
04.10.	Holtmann Traute	81
06.10.	Plewe Marlene	90
08.10.	Bruns-TenhagenHeidemarie	81
19.10.	Krzisowski Werner	81
22.10.	Rühl Christel	83
22.10.	Reime Ursula	85
26.10.	Stoffel Jürgen	87
26.10.	Raspl Hanni	86
28.10.	Schneimann Gerti	81
30.10.	Schroer Marlies	81
31.10.	Hübinger Edward	83
01.11.	Tantarn Karl-Heinz	84
02.11.	Dinstuhl Rolf	85
02.11.	Hösch Inge	88
02.11.	Breitenstein Margret	81
03.11.	Nappenfeld Gertrud	92
07.11.	Wichert Christel	86
09.11.	Einig Helmut	84
13.11.	Fehlbier Tobias	50
22.11.	Zacharias Brigitte	91



*Herzlichen Glückwunsch*

## Gedenk- und Ehrentag 2025

Am **16. November 2025** (Volkstrauertag) werden wir wieder in guter Tradition mit einem Rundgang auf dem Friedhof der verstorbenen Vereinsmitglieder gedenken sowie auch allen Menschen, die durch Gewaltherrschaft und Völkermord ihr Leben verloren haben. Dabei machen die vielen aktuellen Kriegsschauplätze deutlich, dass unser bisheriges Motto „ERINNERN, MAHNEN, HOFFEN“ die Kriegstreiber nicht davon abhalten konnte, wieder Leid und Tod in unsere Welt zu bringen. Deshalb müssen wir unsere freiheitliche und friedliche Gesinnung klar und eindeutig zum Ausdruck bringen und leben – zum Beispiel auch mit der symbolischen Friedhofsbegehung!

Wir treffen uns um **13:30 Uhr** auf dem Parkplatz an der Augustastraße.

Um **15:00 Uhr** beginnen wir in unserem Verein mit der **Ehrung** unserer Turnschwestern und Turnbrüder, die in diesem Jahr ein „rundes“ Jubiläum feiern, und zwar für:

<b>15 Jahre</b>	Felix Roberding Frank Lichtenberger	<b>25 Jahre</b>	Wilhelm Hoffmann Petros Sarantopoulos Simon Graeber
<b>40 Jahre</b>	Helene Teicher Silke Matthäus Britta Hansen	<b>50 Jahre</b>	Mathilde Filipiak Tim Holtmann Horst Kleibrink
<b>60 Jahre</b>	Brigitte Paashaus Martha Brüggemann Wolfgang Pils	<b>65 Jahre</b>	Manfred Overhoff
	<b>80 Jahre</b>		Helga Wiek

Alle genannten Jubilare werden noch persönlich eingeladen. Dabei sind auch begleitende Verwandte, Freunde und Weggefährten herzlich willkommen.

**Vielen Dank Brigitte für**

**60 Jahre Engagement im Styrumer Turnverein**



Seit mehr als sechs Jahrzehnten ist Brigitte Paashaus Mitglied im Styrumer TV und hat das Vereinsgeschehen über diesen Zeitraum nachhaltig gestaltet und geprägt. Dabei ist das breite Spektrum ihres Engagements für den Verein bemerkenswert.

### **Die Leichtathletin**

Mitte der 60er Jahre startete ihre sportliche Laufbahn in der Leichtathletikabteilung. Nach einer vielseitig ausgerichteten Grundausbildung in allen leichtathletischen

Disziplinen zeigte sich ihr Talent für die Wurfdisziplinen. Sie spezialisierte sich

auf Kugelstoß und Diskuswurf, war über ein Jahrzehnt Abonnement-Meisterin bei den Mülheimer Stadtmeisterschaften, wurde mehrfach Nordrhein-Senioren-Meisterin im Diskuswurf und startete in dieser Disziplin erfolgreich bei Deutschen und Europäischen Seniorenmeisterschaften. Noch heute steht ihr Mülheimer Stadtrekord im Diskuswurf mit 40,66m aus dem Jahr 1978.

### **Die Triathletin**

1984 war Brigitte Gründungsmitglied der ins Leben gerufenen Triathlonabteilung. Nach dem Ende ihrer Aktivitäten in den durch Schnellkraft geprägten Wurfdisziplinen zeigte sie sich auch am anderen Ende des Disziplinspektrums – im Ausdauerbereich – sehr zielstrebig und erfolgreich. Neben ihrer anspruchsvollen beruflichen Tätigkeit als OP-Schwester erarbeitete sie sich im Schwimmen, Radfahren und Laufen ein Leistungsniveau, mit dem sie sich 1991 beim Ironman Europe in Roth für den Hawaii-Ironman qualifizierte, den sie im gleichen Jahr gemeinsam mit ihrem Mann erfolgreich bewältigte. Die damals 12- und 9jährigen Kinder Vera und Arno begleiteten die Eltern bei diesem 12tägigen Hawaii-Abenteuer.

### **Die Trainerin**

Ende der 90er Jahre übernahm Brigitte das Training des Leichtathletiknachwuchses. Dabei förderte sie die leistungsorientierten Kinder und Jugendlichen bis hin zur erfolgreichen Teilnahme an Stadt-, Kreis- und Nordrheinmeisterschaften, bot aber auch den Kindern ein vielseitiges und spaßbetontes Training, die nicht primär den Wettkampfsport anstrebten. Im Frühjahr 2025 beendete Brigitte ihre mehr als zwanzigjährige Engagement als Trainerin in der Kinder-Leichtathletik, nachdem für die große Gruppe von 30 Kindern ein qualifizierter Nachfolger gefunden wurde.

### **Die Sportwartin**

2015 übernahm Brigitte das Amt des Sportwarts. Vor dem Hintergrund ihrer eigenen leistungssportlichen Vergangenheit kümmerte sie sich vorrangig um die rein sportlichen Belange im Verein. Darüber hinaus war ihr die Förderung der Kommunikation zwischen den verschiedenen Abteilungen ein besonderes Anliegen. Sehr viel Energie und Nervenkraft investierte sie als Hauptverantwortliche in den letzten 10 Jahren in die Planung, Organisation und Durchführung des alljährlichen Straßenlaufs, dessen 42. Auflage im Oktober 2025 stattfinden soll.

Seit einem Jahr ist Brigitte in der Funktion als Sportwartin nicht mehr allein verantwortlich sondern Teil eines dreiköpfigen Teams. Ebenso sind auch die Aufgaben bezüglich des Straßenlaufs auf mehrere Ehrenamtler verteilt, sodass der Stress für Brigitte dem Alter angemessen reduziert werden konnte.

## **Ball oder Kugel: Hauptsache rund!**

Für drei Wochen schließen wir unsere Sportanlage in den Sommerferien. Dass damit auch der Sport und die Geselligkeit ausfällt, wollten einige „Volleyballer“ nicht akzeptieren. So trafen sie sich zu gewohnten Freitagszeiten und übten auf dem benachbarten Gelände des SportParks das Boule-Spiel. Auch wenn hier alles anders als beim Volleyball ist, eines bleibt gleich: Gemeinsamkeit, Freude - und der „Ball“ ist rund!



## **Vereinswanderung 2025**

Auch in diesem Jahr haben Hedwig und Bernd wieder einmal ein attraktives Wanderziel ausgesucht: den Kemnader See, einem Ruhrstausee zwischen Bochum, Witten und Hattingen.

Schon früh ging es für uns, den 16 Teilnehmern, am 26. Juli am Bahnhof Styrum bei herrlichem Sonnenschein los. Dank kundiger ÖPNV-Nutzer konnte der Ausfall des gewählten Zuges nach Bochum keinen aus der Ruhe bringen – der Blick aufs Smartphone zeigte die Alternative über Hattingen. Von dort – so war der Plan – sollte uns der Bus zur Haltestelle „Haus Kemnade“ bringen. Abgelenkt von intensiven Gesprächen sind wir ungewollt eine Station weitergefahren und haben so die Wanderroute entsprechend verlängert.

Aber noch vor Beginn der Wanderung galt unser Blick dem Haus Kemnade, zu dem uns Bernd die erklärende Historie lieferte. Leider war die lockende



Gastronomie noch nicht eröffnet, so dass wir uns jetzt auf den Weg machen mussten – über das Wehr und dann auf der linken Uferseite des Sees. Ziel war nach etwa 4 km das traditionelle Picknick in der Hütte am See . Es fiel nicht allen leicht, die früher erreichten Herausforderungen wie die Gaststätten „Haus Oveney“ oder „Haus am See“ zu ignorieren. Das reichhaltige Picknick belohnte aber so später die vorher gezeigte Wehrhaftigkeit.

Nach dem Picknick lagen noch rd. 2 km bis zur „Kemnader Lounge“ vor uns. Der Gedanke an ein Kaltgetränk (früher hätten wir Bier gesagt) verleiht bekanntlich Flügel – und so war es auch.



Nach einer ausgedehnten Pause mit interessanten Gesprächen machten wir uns auf den Weg zurück nach Styrum – bis Witten mit dem Bus und danach mit der Bahn. Der fruchtbare Stärkungstrunk, mit dem uns Hedwig und Bernd am Zwischenstopp überraschten, war am Ende noch ein weiterer Höhepunkt unseres Wandertags.

Es war wieder einmal sehr schön, gemeinsam zu wandern und uns über „Gott und die Welt“ auszutauschen – so auch über unseren Verein und unsere zu Hause gebliebenen Turnschwestern und Turnbrüder. Sie wären deshalb vielleicht besser mitgekommen – Hedwig und Bernd hätten es in Wertschätzung ihrer Planungsarbeiten auf jeden Fall verdient. So bleibt uns nur, an dieser Stelle den Dank aller Teilnehmer zu wiederholen: Herzlichen Dank Hedwig und Bernd für die gelungene Planung und Führung – sogar das mit dem Wetter habt ihr hervorragend hinbekommen. Es gibt keine bessere Empfehlung für 2026!

Walter Grawenhoff

### **Neuer Schlüsselplan in Vorbereitung**

Mit den baulichen Maßnahmen der letzten Jahre haben wir in unserer Vereinsanlage eine Vielzahl neuer Türen und Tore erhalten – es sind jetzt fast insgesamt 25 Stück. Darunter befinden sich einbruchssichere Eingangstüren wie auch Türen in Flucht- und Rettungswegen, die immer leicht und ohne Hilfsmittel in Fluchtrichtung zu öffnen sein müssen. Mit Blick auf Notfälle ist damit die richtige Zuordnung und Ausstattung der Türen von großer Bedeutung.

Gleich wichtig ist die Kontrolle darüber, wem der Verein Schlüssel zur Vereinsanlage anvertraut – und welche. Um die Vielzahl der so im Umlauf befindlichen Schlüssel zu minimieren, werden möglichst alle Türen zu den Sportbereichen mit einem identi-

schen Zylinder ausgerüstet, so dass ein Übungsleiter möglichst nur einen Schlüssel für seinen Vereinszugang benötigt.

Unsere Schlüsselplanung berücksichtigt die obigen wie auch alle sonstigen einschlägigen Anforderungen. Das hat Mühen und Zeit gekostet – aber jetzt können wir sie sehr bald umsetzen. Für viele Vereinsmitglieder heißt das, die bisher anvertrauten Schlüssel zurückzugeben und dafür neue Schlüssel zu empfangen. Die Einzelheiten werden zeitnah bekanntgegeben.

Der Vorstand

## Unsere Planungen für die zweite Jahreshälfte

Die Investitionen unter dem NRW-Förderprojekt „Moderne Sportstätten 2022“ sind weitestgehend abgeschlossen. Sie finden allgemeine Anerkennung und unterstützen die Arbeit unserer Übungsleiter/innen und Helfer/innen. Die wenigen verbliebenen Restarbeiten werden „im laufenden Sportbetrieb“ erledigt.

Ungeachtet konnten im Rahmen des vorgenannten Projektes nicht alle „Baustellen“ beseitigt werden – und die Wesentlichen davon wollen wir noch in diesem Jahr angehen:

- Der Mehrzweckraum im OG der Gymnastik-Halle wurde seinerzeit bauamtlich als Kraftraum deklariert und die vorhandenen Flucht- und Rettungswege lassen im Raum nur bis zu 20 Personen zu. Zu wenig für die Zukunft - und deshalb haben wir mit dem Notausgang im hinteren Bereich einen zweiten Fluchtweg über das Dach der neuen Gerätehalle vorbereitet. Dieser muss aber – und das verlangt die Feuerwehr und das Bauamt – absturzsicher und durch eine fest installierte feuerfeste Stahltreppe ergänzt werden. Die Kosten dafür liegen bei knapp unter € 30.000!
- Der Parkettboden in der Turnhalle ist in einem desolaten Zustand und muss dringend aufgearbeitet werden. Dank ausreichender Materialstärke ist dies durch mehrere Schleifvorgänge der Oberfläche mit abschließender Versiegelung möglich. Die Fachfirma beziffert die Kosten mit rd. € 10.000!
- Der „alte“ Eingangsbereich muss dringen „aufgehübscht“ werden. Die Gittertüre klemmt, Blätter, Dreck und Kälte dringen im Herbst und Winter bis in die Turnhalle wie auch in die Hausmeisterwohnung. Wände und Decke des Innenbereichs müssen gestrichen und ein vorhandenes WC soll wieder in Betrieb gesetzt werden. Auch hier liegen die Kosten bei rd. € 10.000.

Pläne haben wir – was uns fehlt, ist das Geld. Und hier suchen wir nach geeigneten Fördertöpfen. Wenn Ihr dazu Ideen habt oder auch Anregungen zu den Plänen, meldet Euch bitte beim Vorstand oder in der Geschäftsstelle. Dabei sind Spenden jederzeit willkommen.

Der Vorstand

## Veränderungen bei der Entschädigung unserer Übungsleiter\*innen

Die Haushaltssituation des Vereins bleibt auch weiterhin angespannt.

Obwohl das 1. Halbjahr 2025 ausgeglichen war (Einnahmen und Ausgaben mit ca. 52.000 Euro in etwa gleicher Höhe), ist bereits absehbar, dass anhaltende Kostensteigerungen unseren Verein vor weitere Herausforderungen stellen werden. So müssen wir steigende Personal- und Versicherungskosten sowie kommunale Gebührensteigerungen hinnehmen, auch bei den Bankgebühren für unser Vereinskonto wurden deutliche Erhöhungen angekündigt.

Da wir erst im Sommer des vergangenen Jahres unsere Mitgliederbeiträge erhöhen mussten, möchten wir davon zunächst Abstand nehmen und haben uns andere Finanzposten angesehen. Dabei kommen wir zu dem Ergebnis, dass die Beitragsfreiheit für unsere Übungsleiter\*innen und Helfer\*innen ausgesetzt werden muss. Diese kostet den Verein aktuell ca. 3.500 Euro jährlich, wobei die Verteilung auf Seiten unserer Aktiven durch unterschiedliche Stundenumfänge sehr ungleich ausfällt. Der

Vorstand hat daher beschlossen, die Beitragsfreiheit zum 1. Januar 2026 aufzuheben. Dafür werden zeitgleich die Stundensätze in einem Umfang erhöht, welcher diese Kosten kompensiert - sofern regelmäßig Stunden im Verein geleistet werden. Da die Stundensätze bereits seit vielen Jahren nicht mehr erhöht wurden, wird eine weitere Anhebung derzeit geprüft.

Zeitgleich gibt es gute Neuigkeiten. Bei unserem Sommerfest haben wir auch den Abschluss der Sanierungsarbeiten des Projektes „Moderne Sportstätten“ gefeiert und den geladenen Gästen aus Sport und Politik unsere Räumlichkeiten vorgestellt. Im Nachgang der Gespräche haben wir nun eine weitere Finanzierungszusage der Leonhard-Stinnes-Stiftung für weitere Modernisierungsmaßnahmen in Aussicht gestellt bekommen. Wir haben damit die Chance, den Styruener Turnverein noch attraktiver zu gestalten, ohne eigene Mittel in größerem Umfang einbringen zu müssen.

Daniela Heimann

*Im Verein „Sportschule Mülheim e.V.“ haben über 20 Mitglieder aktiv die Bodenkampfsportart „Luta Livre“ trainiert – und sie haben jetzt den Entschluss gefasst, dies zukünftig als Mitglieder unseres Vereins zu tun. Ihr erstes Training hat bereits am 11.08.2024 stattgefunden.*

*Zum Start dieser in unserem Verein neuen Sportart schreibt der Trainer Jean-Claude Capanne:*

### **Luta Livre – Grappling mit Tradition und Leidenschaft**

Luta Livre ist eine brasilianische Form des Grapplings, die den Bodenkampf in den Mittelpunkt stellt. Anders als im klassischen Ringen oder Judo wird hier ohne Gi (Anzug) trainiert – stattdessen setzen wir auf funktionale Techniken,

Beweglichkeit und Kontrolle. Ziel ist es, den Gegner mit Hebeln oder Würgegriffen zur Aufgabe zu bringen.

Unser Training wird von einem **Trainer der ersten Generationen des Luta Livre in Deutschland geleitet, der den Schwarzgurt 3. Dan** trägt. Damit profitierst du von fundiertem Fachwissen, langjähriger Erfahrung und direkter Verbindung zu den Wurzeln dieser Sportart.

In unserem Training steht **die Freude am Sport** im Vordergrund. Egal ob du Wettkampfluft schnuppern möchtest oder einfach nur ein intensives, vielseitiges Training suchst – bei uns bist du richtig. Viele unserer Mitglieder trainieren, um **fit zu bleiben, Neues zu lernen und Teil einer starken Gemeinschaft zu sein**. Wer Lust hat, kann aber auch gezielt auf Turniere hinarbeiten und unsere Wettkampfmannschaft verstärken.

Wir legen Wert auf ein **familiäres und motivierendes Umfeld**, in dem Anfänger genauso willkommen sind wie erfahrene Kämpfer. Jeder bringt seine eigenen Ziele mit – ob Fitness, Technik, Selbstbewusstsein oder sportlicher Erfolg – und wir helfen dir, diese zu erreichen.

**Komm vorbei und erlebe Luta Livre – fair, dynamisch und voller Leidenschaft.**

Viele Grüße

Jean-Claude Capanna

### **TeamWalk Duisburg – „Styrumer Wadenbeißer“ unterwegs**

Am **04. Juni 2025** war es wieder so weit: Der TeamWalk Duisburg brachte über 1000 motivierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf die Strecke. Mit viel Energie und Teamgeist mit dabei: unser Team „Die Styrumer Wadenbeißer“ die aus 9 Teilnehmern des Step & Pump Kurs zusammengesetzt war.

Start und Ziel war das Leichtathletikstadion in Wedau, das mit seiner lebendigen Atmosphäre den idealen Rahmen für den Tag bot. Gleich zu Beginn sorgten Cheerleader mit lautstarker Anfeuerung und guter Laune für einen gelungenen Startschuss. Die etwa **9,2 Kilometer** lange Wanderstrecke führte bei herrlichen Wetter entlang der Regattabahn durch die wunderschöne Natur entlang der 6-Seen-Platte und durch die umliegenden Wälder – abwechslungsreich, naturnah und bestens organisiert.



Für die nötige Stärkung unterwegs sorgte eine Verpflegungsstation, die mit kühlen Getränken, frischem Obst und einem besonderen Highlight – leckeren Streuselkuchen – großen Zuspruch fand.

Das Team „Styrumer Wadenbeißer“ meisterte die Strecke mit

Spaß, Ausdauer und viel Zusammenhalt. Die gemeinsame Wanderung war nicht nur sportlich aktiv, sondern auch ein echtes Gemeinschaftserlebnis. Und eines steht für die Styrumer Wadenbeißer schon jetzt fest:

„Bis zum nächsten Jahr – wir sind wieder dabei!“

Larissa Walterfang

## Step & Pump -Rückblick auf unseren Abteilungsausflug

Am Sonntag, den **29. Juni 2025**, fand unser diesjähriger Ausflug der Abteilung **Step & Pump** statt – bei bestem Sommerwetter!

Ziel war diesmal der **Duisburger Hafen**, der größte Binnenhafen Europas.



Vom Schwanentor aus starteten wir **unsere zweistündige Hafenrundfahrt mit dem Schiff**, auf der wir spannende Einblicke in die Geschichte und Bedeutung des Hafens gewinnen konnten. Die interessanten Eindrücke und die angenehme Atmosphäre sorgten dafür, dass die Zeit wie im Flug verging.

Im Anschluss ließen wir den schönen Tag bei einem **leckeren Abendessen** in geselliger Runde ausklingen.

Vielen Dank an alle, die dabei waren – wir freuen uns schon auf das nächste Jahr!

### Termine - Bitte vormerken!!

Styrumer Straßenlauf, geplant		26.10.2025
Gedenktage, Treffpunkt Parkplatz Augustastr	13:30 Uhr	16.11.2025
Ehrentage, MZR 1 im Verein	15:00 Uhr	16.11.2025

### Schließzeiten:

Winterschließzeit 025/26

20.12. bis 04.01.2026

## Styrumer Turnverein von 1880 e. V.

Geschäftsstelle Neustadtstraße 118 · 45476 Mülheim an der Ruhr

Telefon 0208 - 3779784

Fax 0208 - 62060519

Di. und Do. 9:30 - 11:30 Uhr

[www.styrumertv.de](http://www.styrumertv.de)

Email: [info@styrumertv.de](mailto:info@styrumertv.de)



# Abschlag verdoppelt? Jetzt wechseln.



SICHER UND BEQUEM:  
UNSER WECHSEL-SERVICE



medl  
mein Stadtwerk

JETZT WECHSELN

Du willst faire Stromtarife und Top-Service?  
Dann wechsel jetzt zu Grünstrom von medl aus Mülheim an der Ruhr! Mehr Infos unter 0208 4501 333 oder [www.medl.de](http://www.medl.de)

## LEO BELTING

Das Autohaus.



Service



ŠKODA



Service

## Wir sind für Sie da

Ihr Service-Partner ganz in Ihrer Nähe.  
Unsere Werkstatt ist für Sie vollumfänglich geöffnet.



[www.leo-belting.de](http://www.leo-belting.de)