



Tanz-Turnier-Club Mülheim an der Ruhr e.V.

Parkettgeflüster 2017

Inhalt



- Seite 3 Vorwort
- Seite 4 Turniergruppe
- Seite 6 Folkloregruppe
- Seite 8 Aus dem Breitensport
- Seite 10 Discofox
- Seite 11 Kids & Youth
- Seite 12 Orienttanz
- Seite 13 Rücken-Prävention
- Seite 14 Potpourri
- Seite 20 Termine 2017
- Seite 21 Jubiläen, Vorstand
- Seite 22 Impressum
- Seite 23 Zum guten Schluss

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser unseres Parkettgeflüsters

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien ein gesundes und friedliches Jahr 2017.

Auch im letzten Jahr konnte der TTC einen erfreulichen Zuwachs seiner Mitgliederzahl verzeichnen, vor allem in den Kindergruppen. Dies und die gut besuchten Workshops haben dazu geführt, dass der Verein auch weiterhin auf gesunden Füßen steht.

Ein großes Ereignis wirft seine Schatten voraus: 2018 feiert der Tanz-Turnier-Club Mülheim sein 50 jähriges Bestehen. Und das soll gefeiert werden! Wir werden mit einer Silvester-Party starten und während des Jubiläumsjahrs weitere Veranstaltungen durchführen. Die Vorbereitungen laufen bereits, wir dürfen uns überraschen lassen. So viel sei schon verraten: Der Höhepunkt wird ein Gala-Ball in der wunderschönen Mülheimer Stadthalle am 17. November 2018 sein. Den Termin sollten Sie sich schon jetzt vormerken.

Ein Wort an die Freunde des Tanzsports, die noch nicht zu unseren Mitgliedern zählen:

Wie Wissenschaftler festgestellt haben, hilft Tanzen nicht nur gegen Demenz, sondern ist auch die perfekte Sturzprävention. Sie trainieren nicht nur Ihre Ausdauer und damit das Herz-Kreislauf-System, sondern verbessern auch Ihre Balance und Koordination – sanftes Muskeltraining inklusive. Durch die Koordination neuer Schrittfol-

gen fordern Sie auch Ihr Gehirn heraus. Vor allem aber macht Tanzen einfach riesigen Spaß und Musik verbreitet immer gute Laune. Probieren Sie es aus, und melden Sie sich doch zu einem unserer Tanzkreise oder Workshops an. Angebote gibt es in vielfältigen Varianten für Menschen aller Altersklassen, ob mit oder ohne Tanzpartner. Schnuppertänzer sind immer herzlich willkommen!

Alle wichtigen Informationen und Kontaktdaten finden Sie auf unserer Webseite. Auch auf Facebook ist der TTC-Mülheim vertreten.

Mein Dank gilt allen Helfern, die zum Gelingen dieser Ausgabe des Parkettgeflüsters beigetragen haben sowie natürlich unseren Inserenten.

Mit tanzsportlichen Grüßen
Peter Schemkes



Turniergruppe

Licht am Ende des Tunnels... oder Neues aus der Turniergruppe

Lange Zeit war von uns Turnierpaaren nichts in Punkto Turnierteilnahme zu verkünden. Es war still geworden, zu still. Aber es ist ja nicht so, als ob wir nichts getan hätten! Aber manchmal ist es halt ein weiter Weg zurück...

Also, dann mal ganz von vorne:
ein neues Paar hat sich zum Mittwochstraining der Turniergruppe eingefunden. Sandra Bouvelle und Andreas Bergander. Beide alteingesessene Breitensportler, wollen nun gemeinsam ein neues Tanzkapitel aufschlagen. Andreas verblüfft selbst unseren Trainerrountiner Guido Gottlieb durch sein riesiges, schier unendliches Repertoire an Tanzfiguren. Es scheint kaum eine Abfolge zu geben, die Andreas nicht schon kennt. Jetzt gilt es dies Alles in die richtigen Bahnen zu lenken und insbesondere die Basics zu stabilisieren. Wenn dies klappt, könnten wir im TTC ein neues Turnierpaar bestaunen. Aber vorher hat der liebe Gott, oder der Gottlieb, den Fleiß gestellt... Also legt los Ihr Beiden!

Und was machen die alten Hasen:
Ehepaar Liersch hatte leider mit Verletzungspech zu kämpfen. Lange Zeit konnte nur Anita aktiv am Gruppentraining teilnehmen und Günter musste zuschauen. Viele andere würden in solchen Verletzungspausen das Gruppentraining komplett schwänzen. Aber die Beiden standen jeden Mittwoch auf der Matte! Anita tanzte als Solistin tapfer mit und Günter hörte und schaute

aufmerksam zu. Auch davon kann man viel lernen! Ich finde es sehr sportlich und engagiert, daß die Beiden diese Zeit so tapfer durchgestanden haben und jeder nach seiner Möglichkeit aktiv am Training teilgenommen haben. Meine höchste Anerkennung!

Seit Januar sind Anita und Günter wieder gemeinsam am Tanzen und können auch wieder die freien Trainingszeiten nutzen. Da sollte es mit dem Turnierstart auch wieder werden! Weiter so...

Das Ehepaar Schemkes sowie Christoph Gerits und Carola Sandgathe sind derzeit aktiv am Tanzen, aber leider aus familiären/privaten und gesundheitlichen Gründen im passiven „Turniertanzzustand“.

Dann sind da noch wir Beiden, Sabine und Christoph Schiller. Guido und Peter sei Dank, wir sehen Licht am Ende des Tunnels. Ein verdammt dunkler Tunnel und gefühlt länger als der neue Gotthard Eisenbahntunnel. 3 Jahre ohne Turniertanzen. Erst mal Verletzung und OP überstehen, dann erste Laufschrte auf dem Laufband. Sagenhafte 5 Minuten Joggen bei 7 km/h. Weitermachen... Dann endlich das erste gemeinsame Tanztraining. Nach einer Stunde war die Kraft weg! Weitermachen... Choreographie umstellen, Langsamer Walzer, Tango, Quick Step, alles neu! Weitermachen... Dann endlich der erste Turnierstart im Oktober 2016 in Berlin. 16 Paare am Start, 2. Platz! Nach so langer Pause war das ein gefühlter Sieg! Dann das zweite Turnier in Leverkusen im November 2016. 12 Paare, nur 6. Platz! NRW hat einfach stärkere Turnierpaare, da müssen wir was wohl?? Weitermachen...!!

Turniergruppe

Last but not least freuen wir uns jeden Mittwoch aufs Gruppentraining. Und das liegt an unserem Trainer Guido Gottlieb. Er ist ein Quell an Inspiration, seit roter Faden ist schon legendär, seine

Geduld scheint endlos zu sein und Humor ansteckend (...wenn das Hörschen tobt...).

Danke Guido!

Sabine und Christoph Schiller



Ruth und Peter Schemkes



Carola Sandgathe und Christoph Gerrits



Sabine und
Dr. Christoph Schiller



Anita & Günter Liersch

Folkloregruppe



„Warum in die Ferne schweifen, liegt die Gruga doch so nah“

Der Senioren-Folklore-Tanzkreis-Ausflug am 12. Juli 2016

Sind wir nicht „Senioren“? Muss da jeder Ausflug in eine strapaziöse Wanderung ausarten? Nein, wir verausgaben uns lieber beim Tanzen!

In diesem Sinne haben wir den gewohnten Ablauf unserer bisherigen Ausflüge einfach herumgedreht: Gehen wir also zunächst einmal essen. Treffpunkt ist die Margarethenhöhe mit dem schönen Restaurant „Hülsmannshof“, das uns aus vergangenen Exkursionen noch in so guter Erinnerung ist. Wieder erwarten uns ein schön gedeckter Tisch und kulinarisches Essen, dazu

kommen Sonnenschein, gute Laune – und die geistigen Getränke, die ein Übriges tun. Jedenfalls sind wir schon bald in gelöster Stimmung!

Aber irgendwann – nachdem Kaffee, Espresso oder Capuccino unsere Mägen geschlossen haben – kommt sie doch noch an die Reihe, die große Herausforderung, unsere Wanderung durch den Grugapark! Andere mögen sie ja ver harmlosend „Spaziergang“ nennen – aber wir sind schließlich „Senioren“!

Schon am Eingang begrüßen uns bunte Blumenbeete. Bunt? Blass sind ihre Farben gegen Geras sonnengelbes Outfit, mit dem sie alles überstrahlt. Herr Schroth hat dafür im Moment keine Augen, er möchte lieber dem Rat „Nach dem Essen sollst Du ruhn ...“ folgen und sucht sich eine Bank im Rosengarten. Die Übrigen halten sich an den zweiten Teil der Regel „... oder 1000 Schritte tun“ und marschieren los, einmütig, einträchtig, ein Herz und eine Seele – wäre da nicht der Streit um das Privileg, Ritas fahrbaren Untersatz schieben zu dürfen ...

Der Grugapark ist zu jeder Jahreszeit sehenswert, und wir erfreuen uns an allem, was er zu bieten hat. Wir folgen den Windungen der Wege vorbei an Teichen über Brücken und gelangen so an die Orangerie. – „Waren das schon 1000 Schritte?“ – Egal, eine genüssliche Ruhepause ist angesagt.. Schließlich müssen wir auch noch den Rückweg bewältigen!

Ehrlich gesagt: Strapaziös war's nicht. Und das

Linedance

Neu im TTC!



Linedance ist eine Tanzform, bei der Tänzer in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen.

Die Tänze sind passend zur Musik choreografiert. Die Tänze kommen aus der Country- und der aktuellen Pop-Szene. Geeignet ist Linedance für Tänzer jeden Alters beiderlei Geschlechts. Der wesentliche Unterschied zu anderen Tanzarten ist der Verzicht auf den Partner, ohne wirklich alleine zu tanzen.

war auch gut so. Denn wie in jedem Jahr haben wir auch diesmal einen schönen Tag in der Gemeinschaft mit lieben Menschen genossen.

Doris Brodmann

Linedance fördert/fordert Geist und Körper und man hat sogar noch Spaß dabei ... Start war der 02.03.2017



PMI-Plast GmbH
Bullermannshof 10
Gewerbegebiet Hülsdonk-Nord
47441 Moers
Germany

Ihr Hersteller von Noppenbahnen, Folien und Dachzubehör



www.pmi-plast.de

Unsere Produktübersicht:

- Noppenbahnen in den verschiedensten Ausführungen mit Zubehör
- Dachzubehör
- Mauerwerksperrn
- Baufolien
- Dampfbremsfolien
- Dachunterspannbahnen



PMI-Plast GmbH · Bullermannshof 10 · Gewerbegebiet Hülsdonk-Nord · D-47441 Moers
Tel. +49 (0) 0 28 41- 8 80 69-0 · Fax +49 (0) 0 28 41- 8 80 69-50 · info@pmi-plast.de

Breitensport



Breitensportturnier

Wer hätte das noch vor einem Jahr gedacht, dass meine Frau und ich einmal an einem vereinsinternen Breitensportturnier teilnehmen würden. Aber das hatten wir uns selbst eingebrockt. Als vor einigen Wochen die Frage nach einer möglichen Teilnahme am Turnier abgefragt wurde, hatten wir spontan unsere Bereitschaft dazu bekundet. Und heute war der Tag gekommen, an dem wir mit anderen Paaren in internen Wettstreit treten sollten. Die letzten Nächte hatte ich schlecht geschlafen, im Traum wiederholt an das Turnier gedacht und vergeblich versucht, die Folgen der einzelnen Tänze gedanklich durchzugehen.

Und heute gab es kein Zurück mehr. Wir mussten uns der Herausforderung stellen, komme was da wolle. Meine innere Unruhe und Anspannung durfte ich natürlich meine Frau nicht merken las-

sen und habe mich deshalb cool geben, wusste ich doch ganz genau, dass sie selbst sehr nervös war. Wir waren auch rechtzeitig von zu Hause aufgebrochen, um evtl. vor dem Turnierbeginn uns noch etwas eintanzen zu können. Wie nicht anders zu erwarten, war im Saal schon alles Erforderliche hergerichtet. Peter und Ruth wieselten im Saal herum, um das Eine oder Andere noch zu erledigen. Die schon anwesenden und dann hinzukommenden Paare waren uns meist nur vom Ansehen her bekannt. Bei mir im Kopf wirbelten die Gedanken nur so herum und schlugen im wahrsten Sinne des Wortes Purzelbäume. Sollten wir bei der Rumba mit dem 1. oder doch mit dem 2. Schritt beginnen? Von welcher Saalseite sollten wir beim SF starten und dann mit oder ohne Vorschritt? Und dann noch die zwingende Vorgabe bzw. die Erkenntnis, beim Tanzen den Kopf links zu halten. Das ist nämlich eine große Schwäche von mir und wird beim Training häufig von Peter korrigiert. Während ich vergeblich meine Gedanken zu ordnen versuchte, wurde ich noch zusätzlich von der einen oder anderen Person angesprochen und gefragt, ob ich auch so nervös sei. Dadurch erhöhte sich zwangsläufig die Spannung in meinem Innern, die für mein augenblickliches Wohlbefinden sicherlich nicht förderlich war.

Um 20.00 Uhr sollte das Turnier beginnen und Peter lief noch im Saal herum, um uns unsere Startnummern auszuhändigen. So erhielt ich die Nummer 6, die meine Frau mir auf dem Rücken anbrachte. Mensch, war das alles aufregend! Und dann wurde jedes Paar einzeln namentlich

Breitensport

aufgerufen, um sich auf der Tanzfläche mit einer kleinen Verbeugung in Richtung der Wertungsrichter vorzustellen. Peter hatte nach einem unbekanntem Modus die teilnehmenden 12 Paare auf vier Gruppen verteilt und jede einzelne Gruppe farblich bezeichnet. Und dann sollte es endlich losgehen. Wäre ich doch vorher noch einmal vorsorglich zur Toilette gegangen, aber jetzt war es zu spät. Die Paare wurden von Peter schon aufgerufen.

Neben den beiden Pflichttänzen wie Langsamer Walzer und Cha Cha Cha hatte jedes einzelne Paar zwei Wunschtänze zu absolvieren. Beim 1. Durchgang wurden jeweils 3–4 Paare von Peter nach Startnummern aufgerufen, die neben dem Pflichttanz LW als Wahl Tanz Standard gewählt hatten. Nach dem LW folgten die Paare mit ihren Wahl tänzen wie Tango – QS - WW und SF. Für die Bewertung der einzelnen Gruppen waren 5 Wertungsrichter eingeteilt. Die schöne und zusätzlich sehr rhythmische Musik hatte Peter für die Paare zusammen gestellt.

Und dann wurden wir erstmals zum LW auf die Tanzfläche gebeten. Die Musik setzte ein und ich war bestrebt, neben der korrekten Haltung auch mit dem Vorschritt gekonnt zu starten. Als die Musik nach 1.40 Minuten aussetzte, glaubte ich das Schlimmste überstanden und alles richtig gemacht zu haben. Aber offensichtlich

hatte ich mich getäuscht. Wie ich dann sowohl von meiner Frau als auch einem befreundeten Trainerpaar hörte, sollte ich den langsamen Walzer taktmäßig wohl vergeigt haben. Aufgrund meiner inneren Unruhe war mir das selbst nicht aufgefallen. Was soll's, es war passiert und nicht rückgängig zu machen. Aber dann hatte ich besonders tief durchgeatmet und so meine Nervosität verdrängt. Jetzt konnte nichts mehr schief gehen, womit ich Recht behalten sollte. Mit dem nächsten Wahl Tanz waren neben meiner Frau auch meine Freunde sehr zufrieden. Auch beim anschließenden Pflicht- und unserem Wahl Tanz in Latein ergaben sich keine Schwierigkeiten. Nach dem 1. Durchgang gab es dann eine Pause, um das tolle Buffet zu stürmen. Zur Zusammenstellung des Buffets hatten alle Paare mit diversen Köstlichkeiten beigetragen. Nachdem sich alle Paare gestärkt und somit für den 2. Durchgang Kraft geschöpft hatten, konnte es weitergehen.

Wie schon beim 1. Durchgang, so wurden die Paare auch beim 2. Durchgang nach ihrer Start-



nummer von Peter zum jeweiligen Tanz aufgerufen, so auch wir mit der Startnummer 6. Meine Anspannung hatte sich vollständig gelegt und daher gab es in Folge keinerlei Schwierigkeiten. Jetzt hätte ich leicht mit meiner Frau weiter tanzen können. Aber das Turnier war beendet und die Wertungsrichter setzten sich zusammen, um die Bewertung der einzelnen Gruppen vorzunehmen. Kurze Zeit später wurden alle 12 Paare auf die Tanzfläche gebeten, um das Ergebnis zu erfahren und die Urkunden in Empfang zu nehmen.

Nach Beendigung des offiziellen Teils blieben noch einige Stunden, um den Abend gemeinsam ausklingen zu lassen. Es war wieder ein wunderschöner und erlebnisreicher Abend, der uns noch lange in guter Erinnerung bleiben wird.

Unseren Trainern Ruth und Peter möchten wir ganz herzlich danken, weil sie mit ihrer großartigen Organisation zum Gelingen des Turniers und eines wunderschönen Abends beigetragen haben.

Heinz Mendack

Discofox



Atemlos ...

... an das denke ich zuerst wenn ich das Wort Discofox höre. In beiderlei Hinsicht. Was als Workshop began hat sich zu einer lockeren Gruppe entwickelt. An jedem zweiten Samstag im Monat, ausgenommen der Ferien zeigen Sabrina und Dominik die verrücktesten Verdreher und Schrittkombis. Allerdings geht Sabrina ab April in die Babypause. Wir wünschen ihr jetzt schon alles Liebe und hoffen auf eine Wiederkehr. *MH*

Werkzeug Partner
Werkzeugverleih

☎ 86 03 21
Wir vermieten




KETTENSÄGEN
SCHWEISSGERÄTE
GARTENGERÄTE
SCHLEIFGERÄTE
BOHRHÄMMER
BAUGERÄTE

Mülheimer Straße 25 · 46049 Oberhausen · E-mail werkzeugpartner@cityweb.de

Werkzeug Partner
Werkzeugverleih

 **Sabine Schiller 0173-74 89 038**
Mobile Tierärztin

Keinen Stress für Sie und Ihren Bello –
wir kommen zu Ihnen nach Hause und bieten eine kompetente Diagnostik und Behandlung in der gewohnten Umgebung Ihres Klein- und Haustieres

Termine: Mo. bis Fr. von 8.00 bis 17.00 Uhr nach telefonischer Absprache



Kids & Youth



Ach diese Kinder

Freitag ab 15 Uhr im TTC Clubhaus: Fröhliches Lachen und Treiben. Die Kinder sind los!

In der 1. Gruppe tummeln sich mehr als 20 Kindergartenkinder nebst Eltern und Geschwistern auf und neben dem Parkett. Es ist ein fröhliches Tanzen und neue Kinder werden schnell integriert.

Seit Anfang 2016 ist auch die zweite Gruppe wieder gefüllt. Kinder im Grundschulalter lernen flotte Choreographien bei denen auch Erwachsene schon ans Überlegen kommen.

Danach kommen die „Großen“. Die Choreos sind prima, jetzt wird noch weiter Selbstbewusstsein aufgebaut und dann gehts auf die Bühne. Im Sommer bei „Voll die Ruhr“ waren sie dabei!

Im Dezember hatten wir alle zusammen eine schöne Weihnachtsfeier. Dort sahen auch einige Großeltern das Können der „Zöglinge“. Sabrina Scheikowski leistet prima Trainerarbeit und alle freuen sich schon wieder auf das fröhliche Treiben im Clubhaus am Freitag ab 15 Uhr.

!!!SCHNUPPERTRAINING IST OHNE VORANMELDUNG MÖGLICH!!! *Sabine Schiller*

Orienttanz



Die Bellydancer

Der Orientalische Tanzkurs besteht seit 5 Jahren! Unter der Leitung von Yvonne Pieper wurde dieser ursprüngliche Workshop zu einem festen Kurs im TTC-Mülheim.

Die Idee zu diesem Kurs entstand auf einer Geburtstagsfeier von zwei Vereinsmitgliedern, die sich eine Bauchtanzvorführung wünschten.

Der Zufall wollte es, dass Ruth und Peter Schemkes unter den Gästen waren. Diese Tanz-

vorführung kam so gut an, dass die Idee zu einem Bauchtanz-Workshop entstand. Der Kurs bietet neben dem klassischen Bauchtanz auch moderne Hipp-Hopp Elemente zu der Musik von Shakira oder Tarkan...

Die Choreographien werden von der Kursleiterin „Yvonne“ selbst zusammengestellt und sind in dieser Form nur im TTC Mülheim zu erlernen. Die Mischung von Klassik und Moderne kommt bei den Kursteilnehmerinnen sehr gut an.

Nach erfolgreichen Aufführungen der Gruppe am Tag der offenen Tür, durfte die Gruppe anlässlich des Projekts „Ruhr 2010“ auf der A 40 vortanzen. Der Erfolg war riesig! Mit „Waka Waka“ hat die Gruppe die A 40 „gerockt“!

Wer jetzt neugierig geworden ist und Interesse hat, sollte vorbei kommen. Der Kurs findet jeden Freitag von 19.00-20.30 Uhr statt!

Über neue Mitglieder würde sich die Gruppe sehr freuen! *Petra Krieger*



Rücken-Prävention

Rücken-Prävention - Warum???

Die Wirbelsäule wird Tag für Tag beansprucht, beim Sitzen, beim Gehen, beim Sport treiben, bei der Haus- oder Gartenarbeit. Nicht selten kommt es zu einer Überlastung von Muskeln und Rückgrat, weil wir uns nicht „rückengerecht“ verhalten. 82 % der Bevölkerung leiden heute unter Rückenschmerzen. Dabei ist es relativ einfach den Rückenschmerzen vorzubeugen.

Rückenschmerzen vorbeugen

Unser ausgeklügeltes Programm „Gestärkt und aufrecht durch den Tag“ zeigt Ihnen, wie Sie sich rüchenschonend durch den Tag bewegen. Sie haben Gelegenheit, den für Sie geeigneten Sport zu entdecken. Sie lernen Übungen um die Rücken- und Rumpfmuskulatur zu trainieren, damit die Wirbelsäule gut gestützt werden kann. Durch diese Stabilität können Sie Rückenschmerzen vorbeugen und der Schmerz hat dann keine Chance!

Das sollte man wissen.

Unsere Wirbelsäule ist ein Multitalent. Sie hält uns aufrecht, gibt Halt, trägt Kopf, Schulter und Arme, nimmt die Kräfte beim Heben und Tragen auf, federt das Gehirn gegen Stöße ab und ist Schutz für unser Rückenmark.

Um das alles zu können muss die Wirbelsäule zwei unterschiedliche Funktionen erfüllen. Einerseits muss sie die aufrechte Haltung stabilisieren, andererseits muss sie biegsam genug sein um uns eine fast grenzenlose Beweglichkeit im

täglichen Leben zu ermöglichen.

Die Wirbelsäule ist unsere tragende Säule, die uns aufrecht und beweglich hält. Um diese zu stärken werden in unserem Präventionskurs Übungen für die Rücken- und auch für die Bauchmuskulatur durchgeführt. Denn auch zu starke einseitige Muskulatur führt zu Dysbalancen. Unter Muskulären Dysbalancen (Ungleichgewicht) versteht man verstärkte Muskelverkürzungen und/oder Muskelabschwächungen zwischen Agonist (= Spieler) und Antagonist (= Gegenspieler) durch einseitige Kraftentwicklung bei gleichzeitiger Vernachlässigung ihrer Dehnungsfähigkeit. Sie werden hervorgerufen durch mangelnde bzw. fehlende körperliche Beanspruchung, einseitige Belastung beim Sport oder im Alltag, ungenügende Regeneration, falsche Bewegungsausführung.

Werden Sie Ihr eigener Rückenexperte! In den Kursen sensibilisieren wir Sie für rückengerechte Bewegungen sowie eine gute Körperhaltung.

Die Einheiten verbessern Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Entspannungsfähigkeit. Mit unseren Tipps steigern Sie Ihr Wohlbefinden und können dem Alltag mit neuem Rückhalt begegnen.

Bezuschussung

Eine Zuschussung durch die Krankenkasse (GKV) ist in der Regel möglich, bitte sprechen Sie Ihre Krankenkasse an.

Peter Schemkes

Lizenzierter Trainer B, Profil „Prävention“



Potpourri

Turnierpaar on Tour

Nächsten Sonntag ist es wieder so weit, wir wollen auf einem Turnier tanzen. Bis Dienstag, 23.59 Uhr muss die Anmeldung über ESV - die neue Elektronische Sportverwaltung - gelaufen sein. Noch ein Blick in den Spiegel: wie sieht es aus mit Friseur? Die Schuhe haben erst vor Kurzem einen neuen Belag bekommen. Kleid, Hemd, Hose: waschen, bügeln, Knopf annähen? Am Samstag muss der Tag geplant werden: das Turnier beginnt um 12 Uhr, eine Stunde eintanzen (mindestens), Anfahrt laut Routenplaner 55 Minuten. Also spätestens um 10:00 Uhr, besser schon um 9:30 Uhr los fahren. Schließlich ist alles schon mal passiert, von unerwarteten Staus bis hin zu Glatteis.

Sonntagmorgen um 8:00 Uhr aufstehen, damit man sich in Ruhe fertig machen kann. Ein bisschen frühstücken – nicht zu viel – und los geht's. Keine unvorhergesehenen Ereignisse und wir sind pünktlich da. Wir sind neugierig: Wie ist der Raum, wie groß und vor allem wie glatt ist das Parkett und wer ist noch alles da. Wir begrüßen die anderen Paare. Mit einigen verbindet uns schon eine kleine Freundschaft unter Leidensgenossen. Wir drücken uns gegenseitig die Daumen.

Wir müssen uns gut warm tanzen, da meine Knie es gar nicht mögen, wenn sie noch kalt tanzen sollen. Das D-Turnier ist vorher, also können wir nur zwischendurch aufs Parkett. Es ist voll und nicht alle sind beim Eintanzen rücksichtsvoll, aber diesmal werde ich nicht getreten. Schnell umziehen und ein letzter Blick in den Spiegel,

Kopf hoch, Schultern runter, was hat Guido noch gesagt?

Es geht los, die Rundenauslosung hängt, wir sind dran. 4 Tänze: Langsamer Walzer, Tango, Slow Fox, Quick Step. Es ist schneller vorbei als man denkt. Wir sind zufrieden mit unserer Leistung, jetzt heißt es warten. Die nachfolgenden B-Paare tanzen sich ein und wir fragen uns, wann wir da mittanzen dürfen. Dann werden die Paare für die Zwischenrunde aufgerufen: Wir sind dabei! Das war in der letzten Zeit nicht immer so und wir freuen uns. Nochmal 4 Tänze, aber für die Endrunde reicht es diesmal nicht.

Wir sehen uns noch das B-Turnier an, dann geht es entspannt auf den Rückweg. Ein bisschen Manöverkritik, was war subjektiv gut, was weniger. Woran es wirklich gelegen hat, wissen wir nicht. Wenn uns niemand zugesehen oder gefilmt hat, ist es wie Kaffeesatzlesen. Nach dem Turnier ist vor dem Turnier. Wir lassen uns nicht unterkriegen, denn Tanzen macht Spaß, immer noch!
Anita Liersch



Sabine Schiller 0173-74 89 038

Mobile Tierärztin

Keinen Stress für Sie und Ihre Mieze –
wir kommen zu Ihnen nach Hause und bieten eine kompetente Diagnostik und Behandlung in der gewohnten Umgebung Ihres Klein- und Haustieres

Termine: Mo. bis Fr. von 8.00 bis 17.00 Uhr nach telefonischer Absprache



Potpourri



Tag der offenen Tür - Da wird getanzt!!

Es war ein gelungener Tag und bis auf zwei Schauer hat auch das Wetter gut mitgespielt. Sehr viele Menschen wollten wieder sehen, was der Club zu bieten hat und sie wurden nicht enttäuscht. Das Kuchenbuffet war wieder gut gedeckt mit vielen leckeren selbstgebackenen Torten und auch am Grill herrschte großer Andrang. Die gelungenen Auftritte der verschiedenen Tanzgruppen wurden mit viel Applaus bedacht und die Turnierpaare beeindruckten das Publikum mit Ihrer Tempo und der Perfektion. Ein

besonderes Highlight für alle Vereinsmitglieder war der Auftritt des Turnierpaares Schiller, die nach langer Verletzungspause endlich wieder Ihr Können zeigten und mit Ihrer Musikauswahl für Überraschung sorgten. Natürlich konnten wir auch unseren „Chef“ mit seiner bezaubernden Gattin wieder auf dem Parkett sehen und es war wieder wunderbar, wie die Beiden übers Parkett schwebten. Alles in allem ein sehr gelungener Tag mit vielen schönen Auftritten und kulinarischen Genüssen.

Vielen Dank an Alle die mitgeholfen haben und wir freuen uns aufs nächste Mal!! *A.Wiechlow*

Tango Argentino



Tango Argentino ...

... liegt bei seinen Anhängern unverändert hoch im Kurs. Die Freunde des improvisierten Tanzes treffen sich unter der Leitung von Guido Gottlieb jeweils mittwochs um 19:30 Uhr. Für Einsteiger beginnt der Workshop eine Stunde früher. *CM*

Meister Propper

Wir schreiben Samstag, den 18. Juni im Jahr 2016. Der Zustand unseres in die Jahre gekommenen Clubhauses signalisiert Handlungsbedarf. Und zwar dringend. Einige Freiwillige sind dem Aufruf des Vorstands gefolgt und treten an mit Eimern, Schrubbern, Lappen und Reinigungsmitteln. Sie sagen an den Kampf gegen die Patina vergangener Jahre, gegen die Spuren kürzlich vollendeter Sanierungsmaßnahmen und Folgen versäumter Entrümpelungen. Entschieden stellen sie sich den Herausforderungen und feudeln, wischen, kratzen und polieren, was das Zeug hält. Beherzt rücken sie auch dem längst vergessenen Stauboden zu Leibe und fördern Erstaunliches zu Tage. Darunter unzählige Kartons mit Plastikbechern der vermutlich ersten Generation, Unmengen fraglich geschmackvoller Glasserien diverser Epochen, eine Aschenbechersammlung, die selbst einen gewissen Alt-Kanzler beeindruckt hätte und meterhohe Türme Bierdeckel. Was davon braucht der Club? Also weg damit.

Lediglich kostbare Fragmente der Vereinshistorie in Text und Bildern, Letztere leider zum Teil un-



Potpourri

TTC - Trauriger-Trödel-Club



Am Sonntag, dem 10. April war es so weit - der große Büchertrödel im Tanzsaal des TTC fand statt. Groß und breit angekündigt, sowohl im Verein als auch in der Presse. Von außen erkennbar gemacht durch eine Tafel, Fähnchen und einen Büchertisch auf der Straße.

Liebevoll und tatkräftig aufgebaut durch einige Mitglieder der Dienstag „spät“ Gruppe und unterstützt durch zahlreiche Bücher- und Tortenspenden aus dem Verein.

trennbar mit dem Deckglas verbunden und für Staub-Allergiker zudem nicht empfehlenswert - werden behutsam geborgenen, sie sorgsam und bestmöglich zu restaurieren um Sie der Nachwelt zu erhalten. Dokumentieren sie doch Vereinsgeschichte und sind uns angesichts unseres im Jahr 2018 anstehenden 50-jährigen Jubiläums eine sehr willkommene Ausbeute dieser gemeinsamen Aktion. So gilt denn zum Einen unser Dank den Helfern und zum Anderen unsere Bitte denjenigen, die noch etwas Rares aus der TTC-Historie beisteuern können. Also: Her damit! *CM*

Start war um 13 Uhr und dann ... begann das Warten ... auf Kundschaft. Leider, leider blieb wirklich das Warten unsere Hauptbeschäftigung. Ca. zehn Vereinsmitglieder, drei Freunde des Vereins und drei Spaziergänger verirrt sich in unsere heiligen Hallen.

Immerhin versüßten uns die selbst gebackenen Kuchen und Torten das Warten, und die wenigen Anwesenden stöberten fleißig und kaufwütig in den Bücherkisten. Darin befanden sich aktuelle Romane, Kinderbücher, Sachbücher und Vieles mehr. Jemand hatte sogar zwei große Kisten mit sehr alten, antiquarisch anmutenden Sachbüchern aus der Vorkriegszeit gespendet.

Und so - für mich kaum vorstellbar - kamen bei der Aktion für die Schlossretter doch tatsächlich 225 Euro zusammen, ein Betrag, der sich sehen lassen kann!! *A. Wiechlow*



Potpourri

Training:

„Der Club pflegt sämtliche Tanzsportarten, führt kulturelle Veranstaltungen durch und betreibt insbesondere die Jugendpflege.“ So steht es in unserer Satzung. Und: „Der TTC Mülheim e. V. bietet für alle Vollmitglieder Gruppentraining und freies Training an.“ Und so machen wir das auch.

Freies Training ist, bis auf die im Trainingsplan ausgewiesenen Zeiten, rund um die Uhr möglich. Nach dem Training trifft man sich in unserer kleinen Cafeteria.

Für alle Altersgruppen bestehen Breitensportkreise. Dort können Sie Standard- und Latein-Tänze erlernen und/oder ausbauen. Zum Hineinschnuppern werden regelmäßig Workshops in den Standard- und Latein-Tänzen angeboten. Die Teilnahme ist ohne Mitgliedschaft möglich. Folklore, Tango Argentino, Discofox und der orientalische Tanz sind weitere Bestandteile unseres Tanzangebotes. Ungeübte, die Bewegung wieder in ihren Alltag integrieren wollen, treffen sich im Kurs „Gesundheitsprävention“. Kinder ab zwei Jahren werden in drei Altersgruppen von einer erfahrenen Kindertrainerin trainiert.



Der Vorraum - eine unendliche Geschichte?

Nein! Ein Ende kommt in Sicht!

Nach den fleißigen Vorarbeiten unseres Vermieters Dirk S. haben sich ein paar Helferlein getroffen. Dabei wurde der Vorraum noch einmal nachgestrichen und ein Schuhschrank sowie ein neuer Vorratsschrank mit Spiegeln aufgebaut. Selbstverständlich wurde auch alles noch ordentlich gereinigt. Jetzt sieht es schon viel besser aus und hat den Baustellen Charakter ein wenig verloren...

Zum Abschluss gab es vom Hauswart Klaus noch ein Grillen für „die Malocher“.

Wir danken den Helfern: Petra und Klaus Krieger, Waltraud und Hans-Werner Gottschalk, Susanne Buchholz, Andrea Wiechlow und Klaus Hackbeil.

A. Wiechlow

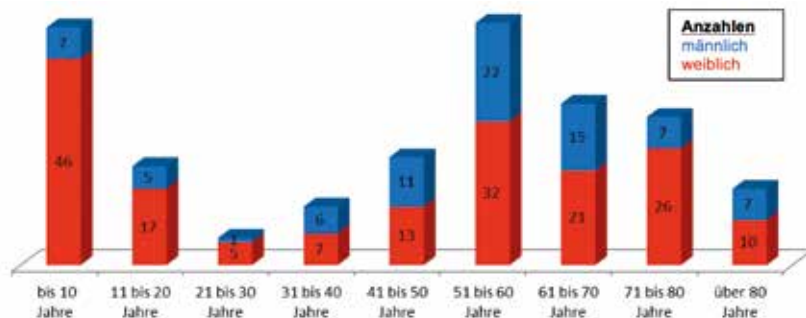
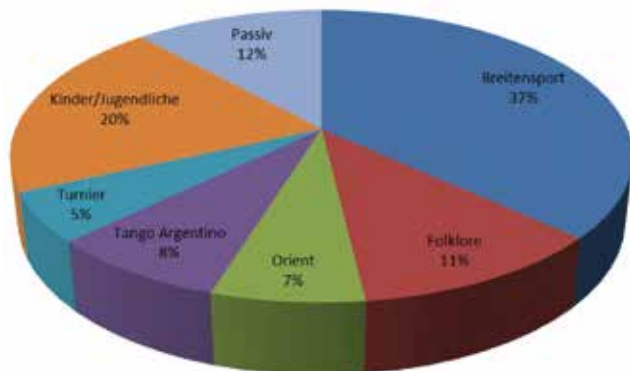


Potpourri

Wie viele sind wir eigentlich?

Wie immer zum Jahreswechsel muss wieder gezählt werden. Und auch in diesem Jahr möchte ich euch an dieser Stelle wieder informieren, wie es mit unseren Mitgliederzahlen bestellt ist.

Es ist, wie schon im letzten Jahr, ein leichter Zuwachs zu verzeichnen, hauptsächlich in den Kindergruppen. Diese stellen mittlerweile 20% aller Mitglieder. Die weitere Verteilung auf die einzelnen Gruppen ist in der folgenden Grafik zu sehen. Die Verteilung der 258 Mitglieder auf die einzel-



- Breitensport
- Folklore
- Orient
- Tango Argentino
- Turnier
- Kinder/Jugendliche
- Passiv

für einen Anfänger- und Wiedereinsteigerkurs ein schönes Geburtstagsgeschenk?

In diesem Sinne:
QUICK, QUICK, SLOW !!
 Euer Schatzmeister
 Udo Hartrampf

nen Altersgruppen (getrennt nach Geschlecht) ist aus der folgenden Tabelle ablesbar. Zu denken gibt die Tatsache, dass die Zahl der männlichen Vereinsmitglieder mittlerweile auf weniger als ein Drittel gesunken ist.

Lasst uns gemeinsam versuchen, durch gezielte Werbung im Freundes- und Bekanntenkreis gegenzusteuern. Ist nicht auch ein Gutschein

Ihre Apotheken in Holthausen

OPPSRING-APOTHEKE



Apothekerin
 Barbara Leimkugel
 Zeppelinstraße 12
 Mülheim (R.)-Holthausen
 Telefon 0208/374049

ROBERT-KOCH-APOTHEKE



Apotheker
 Prof. Dr. Frank Leimkugel
 Pasteurstraße 2
 Mülheim (R.)-Holthausen
 Telefon 0208/374840

Termine 2017

Termine 2017

26.03.2017	Mitgliederversammlung
30.04.2017	Tanz in den Mai
21.05.2017	Turnier Sen III D-S
02.07.2017	Sommerfest
31.12.2017	Silvesterparty

Gruppensprecher

Breitensport Montag I Sybille Pelmer-Unewisse	0208/384681
Breitensport Montag II Andrea Wiechlow	0163/8792383
Breitensport Dienstag I Ulrich Terwolbeck	0208/482577
Breitensport Dienstag II Hans-Werner Gottschalk	0160/5553660
Breitensport Sonntag Ursel Marxer	02054/84149
Turniergruppe Dr. Christoph Schiller	0208/3756475
Folklore Vera Viehmann	0208/471245
Orientalischer Tanz Petra Krieger	0176/56854129
Kindertanz Jugendwart: Sabine Schiller	0173/7489038
Tango Argentino: Julia Nitsche	0175/6887161

Dr. med. Christoph Schiller
Orthopädischer Facharzt

**ORTHOPÄDIE
OSTEOPATHIE
APPLIED KINESIOLOGY
TRADITIONELLE
CHINESISCHE MEDIZIN**

Individuelle, ganzheitliche Therapie
zur Stärkung des Bewegungs- und
Nervensystems

Speestraße 94,
40885 Ratingen-Lintorf
Telefon: 02102 - 1026122



Auto Service Einig

Inhaber: Markus Hahn

- KFZ-MEISTERBETRIEB
- PKW-REPARATUREN ALLER ART
- HAUPTUNTERSUCHUNG UND ABGASUNTERSUCHUNG
- KAROSSERIE-INSTANDSETZUNG
- LACKIERARBEITEN
- REIFENSERVICE
- AUTOGASANLAGEN
- FINANZIERUNG MÖGLICH

www.auto-einig.de



Oberhausener Str. 213 · 45476 Mülheim · Tel. 0208 - 403882 · Fax 0208 - 400203

Jubiläen:

Herzlichen Glückwunsch

Langjährigste Mitglieder

40 Jahre Vereinszugehörigkeit
Dowideit, Edith

35 Jahre Vereinszugehörigkeit
Mecklenbeck, Margit u. Wilhelm

25 Jahre Vereinszugehörigkeit
Thomas, Rita u. Egon

20 Jahre Vereinszugehörigkeit
Plein, Adele
Lind, Monika

15 Jahre Vereinszugehörigkeit
Gerrits, Lukas; Sandgathe, Annika; Krieger, Petra
u. Karsten; Storim, Gudrun; Hahn, Jutta.

Vorstand

Vorsitzender:
Peter Schemkes 02066/4695876
peter-schemkes@ttc-muelheim.de

Stellv. Vorsitzender:
Ulrich Terwolbeck 0208/482577
susterwolbeck@arcor.de

Stellv. Vorsitzende:
Ruth Schemkes 02066/4695876

Vorstand:

Schatzmeister:
Udo Hartrampf 0171/6427878
schatzmeister@ttc-muelheim.de

Sportwart:
Anita Liersch 02102/52212
sportwart@ttc-muelheim.de

Pressewart:
Claudia Melles 0172/6511255
pressewart@ttc-muelheim.de

Schriftführer/in:
Julia Nitsche 0175/6887161

Jugendwart:
Sabine Schiller 0173/7489038
jugendwart@ttc-muelheim.de

Hauswart:
Susanne Buchholz 0208/6985691

Webmaster:
Julia Nitsche 0175/6887161
Osama Zaqout 0160/3203328
webmaster@ttc-muelheim.de

Marketing/Werbung:
Michael Hartung 0171/4103688
info@hartungdesign.com

Sonderaufgaben:
Horst Mörger 0208/374837
h.morger@ish.de

Impressum:

Herausgeber: Tanz-Turnier-Club Mülheim an der Ruhr e. V.
 Zeppelinstr.193
 45470 Mülheim an der Ruhr
 Postfach 120206
 45348 Mülheim an der Ruhr
 Telefon: 02 08 - 37 10 36
 oder 02066 -469 58 76

Internet: www.ttc-muelheim.de

Clubhaus: Zeppelinstr.193
 45470 Mülheim an der Ruhr

Bankverbindung: Stadtparkasse Mülheim
 IBAN:
 DE08362500000300035019
 BIC: SPMHDE3EXXX

Auflage: 400 Exemplare

Redaktion: Claudia Melles
 Michael Hartung

Design & Layout: Hartungdesign.com
 Hingbergstraße 103
 45468 Mülheim

Für den Inhalt der uns eingesandten Berichte zeichnen die Verfasser verantwortlich.

Printed by:

ONLINE GEDRUCKT VON
SAXOPRINT 

Bitte des Schatzmeisters

TTC-Mitglieder werden gebeten, bei Umzug ihre neue Anschrift und Telefonnummer mitzuteilen. Einfach eine Benachrichtigung in den Briefkasten „Vorstand“ in der Cafeteria werfen! Vielen Dank, Ihr Udo Hartrampf, Schatzmeister

Schon gewusst?

Wenn Sie zu zweit in der Turniergruppe oder in einer Breitensportgruppe tanzen, können Sie alle Ihre Kinder und Enkel bis zum 18. Lebensjahr ohne zusätzlichen Beitrag mit anmelden und in einer unserer Gruppen passenden Alters mit tanzen lassen.



**SIEPMANN
 HOLZBAU**

SIEPMANN HOLZBAU GmbH
 Zimmerei und Holzbau

DIE NATÜRLICHSTE ART ZU BAUEN.

Langekamp 13 | 45475 Mülheim / Ruhr
www.siepmann-holzbau.de
 0208 - 8827 355



Zum guten Schluss

Alles Quasimodo oder was ?

Wer von uns Breitensportlern kennt Ihn nicht. Quasimodo der..... ?

Während die liebe Ruth unsere Tanzversuche wohlgesonnen kommentiert, (das wird nochmal dein Lieblingstanz), ist der gute Peter da schon konkreter in seinen Aussagen.

Hier ein paar Auszüge von Peter`s Interpretationen :

- Für den Anfang gar nicht so gut
- Quasimodo der 9,11,13,15,19 usw.
- Beide Seiten sind gleich lang, nur die eine Seite ist etwas länger
- Eigentlich so wie immer, also meistens jedenfalls
- Der Mann in seiner unendlichen Güte
- Der Fuß kommt durch den Kopf ?????
- Keine Rechtsdrehung ohne vorher links gedreht zu haben ?????
- Ihr natürlich komplett, ich bin ein alter Mann und darf die Sparversion
- Wie läuft der Herr beim Fünfer-Schritt? Rückwärts oder seitwärts ?

Richtige Antwort: eigentlich so seitwärts leicht rückwärts mit starker rechter Seitenführung.

- Also ich bleibe jetzt erstmal hier stehen, und wenn Ihr mich dann doch trifft, kostet das extra
- Da musste ich jetzt erstmal richtig lange für üben. Eins muss ich Dir echt lassen, das so hin

zukriegen ist eine Kunst

- Erst erzähle ich mich, dann verlauft ihr Euch, ist auch egal
- Es soll im Tango gerüchteweise Fersenschritte geben

Aber auch andere Trainer können das genauso gut. Der liebe Guido zum Beispiel gibt auch immer sehr bildliche Ansagen:

- Jetzt wird die Frau neutralisiert. Ja, sonst bringt ihr sie immer um die Ecke
- Eigentlich müsste man das Bein amputieren, oder wie seht Ihr das?
- Ihr könnt natürlich auch einfach mitten durch die Frau tanzen

Trotz aller Bemühungen von uns Breitensportlern, ist es uns bis jetzt noch nicht gelungen, die Trainer davon zu überzeugen, dass unser Tanzstil eigentlich genau richtig ist, wir nur das Pech haben, nicht in die Lehrbücher aufgenommen zu werden.

Nichts desto trotz, wir geben jedes Mal beim Training unser Bestes um den Beweis zu erbringen, wir haben Recht.

Vielen Dank an dieser Stelle an alle Trainer die jede Woche erneut versuchen uns das Tanzen beizubringen. Seid mutig und verzagt nicht, es könnte schlimmer kommen.

Daher an dieser Stelle: Fortsetzung folgt garantiert. *Julia Nitsche, Osama Zaqout*





»**WIR** wechseln in wenigen Minuten
zum besten Girokonto NRW.«

Gemeinsam mehr als eine Bank

SpardaGiro: Das Hochleistungskonto mit Auszeichnung.

Jetzt wechseln und sparen: www.sparda-west.de/giro

**BESTES
GIROKONTO**

in Nordrhein-Westfalen
Sparda-Bank West eG

Handelsblatt

1100 Girokonten
im Test: 26 Banken
handelsblatt.com 05.07.2016



Sparda-Bank West eG

Eppinghofer Straße 50, 45468 Mülheim a. d. Ruhr • Schlossstraße 24, 45468 Mülheim a. d. Ruhr (SB-Center)
Düsseldorfer Straße 98, 45481 Mülheim a. d. Ruhr (SB-Center) • Telefon: 0211 99 33 99 33

Sparda-Bank