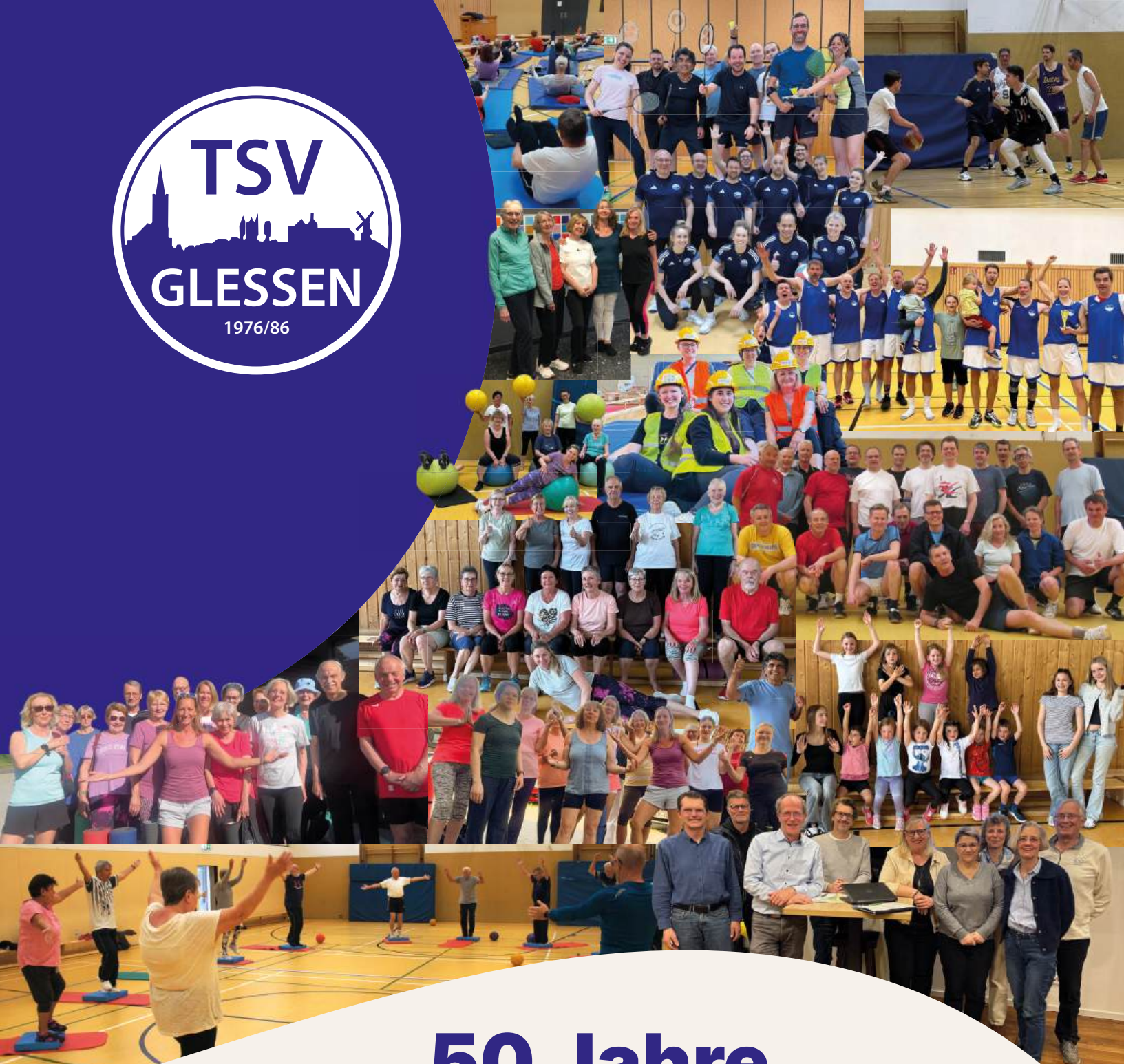




50 Jahre TSV Glessen

1976 – 2026

Turn- und Sportverein 1976/86 Glessen e.V.
Der TSV bewegt.

Der TSV bewegt

MONTAG

- 15:00 - 16:00 Uhr: Rückengymnastik mit Susanne (Neue Halle)
16:30 - 17:30 Uhr: Kinderturnen (3-5 Jahre) mit Gloria, Emma und Anni (Alte Halle)
17:30 - 18:30 Uhr: Kinderturnen (5-8 Jahre) mit Gloria, Emma und Anni (Alte Halle)
18:00 - 20:00 Uhr: Volleyball mit Mathias (Neue Halle)
18:30 - 20:00 Uhr: Badminton mit Nassrullah (Alte Halle)
20:00 - 21:00 Uhr: Bodyfit mit Leonie (Alte Halle)

DIENSTAG

- 16:00 - 17:00 Uhr: Toben, Springen, Flitzen (4-6 Jahre) mit Andrea, Birgit, Maya & Nora (beide Hallen)
17:00 - 18:00 Uhr: Leichtathletik (9-12 Jahre) mit Ella, Felia & Verena (Neue Halle)
18:00 - 19:00 Uhr: Leichtathletik* (Jugendliche) mit Bodo (Sportplatz)
19:00 - 20:00 Uhr: Pilates mit Leonie (Neue Halle)
20:00 - 21:30 Uhr: Fitness für alle mit Peter (Alte Halle)
20:00 - 21:00 Uhr: Pickleball und Badminton mit Toni (Neue Halle)

MITTWOCH

- 10:30 - 11:30 Uhr: Gymnastik mit Susanne (Neues Vereinsheim/Sportplatz)
16:00 - 17:00 Uhr: Kinderturnen (1./2. Schuljahr) mit Maya, Elia, Zara (Alte Halle)
17:30 - 19:00 Uhr: Herzsport** mit Elli (Alte Halle)
19:00 - 20:00 Uhr: Qi-Gong mit Birgit (Alte Halle)
20:00 - 21:30 Uhr: Powerworkout mit Susanne (Alte Halle)

DONNERSTAG

- 16:00 - 17:00 Uhr: Eltern-Kind-Turnen I* (2-4 Jahre) mit Ricki & Mara (Neue Halle)
17:00 - 18:00 Uhr: Eltern-Kind-Turnen II* (2-4 Jahre) mit Ricki & Mara (Neue Halle)
19:00 - 20:00 Uhr: Rückengymnastik mit Franziska (Neue Halle)
19:00 - 20:00 Uhr: Leichtathletik für Jugendliche mit Bodo (Sportplatz)
19:00 - 20:00 Uhr: Yoga mit Franziska (Alte Halle)
20:00 - 21:30 Uhr: Badminton mit Nassrullah (Neue Halle)
20:00 - 21:30 Uhr: Basketball ü16 mit Julia und Michael (Alte Halle)

FREITAG

- 15:00 - 16:00 Uhr: Leichtathletik* für Kinder (6-9 Jahre) mit Nassrullah, Anna, Lara & Isabel (beide Hallen)
16:30 - 18:00 Uhr: Herzsport** mit N.N. (Alte Halle)
18:00 - 19:00 Uhr: Badminton mit Nassrullah (Neue Halle)
18:00 - 19:30 Uhr: Basketball für Kids (7-12 Jahre) mit Luke und Christian (Alte Halle)

* Leichtathletik findet nach den Oster- bis zu den Herbstferien auf dem Sportplatz statt.

**Herzsport nur mit ärztlicher Bescheinigung und Anmeldung unter info@tsv-glessen.de

Stand Juli 2026

Aktualisierungen unter:

www.tsv-glessen.de



Unsere Themen

GRUSSWORTE

Anne Keller Ortsbürgermeisterin	4
Volker Mießeler Bürgermeister Kreisstadt Bergheim	5
Henning Kirchner KreisSportBund Rhein-Erft	6
Dr. Bernd Pugell Turnverband Köln	7

GESCHICHTE

50 Jahre in Bewegung	8
Kleine Vorstands-Chronik	10
Im Gedenken an	11
Meilensteine aus den letzten 15 Jahren	12

RICHARD BECKSCHULTE, VORSITZENDER

„Das Wichtigste ist mir das Team“	18
-----------------------------------	----

HEIKE SASSE, SCHATZMEISTERIN

Wertschätzung als Motivation	20
------------------------------	----

HERZSPORTGRUPPE

Sport „mit Herz fürs Herz“	22
----------------------------	----

ANTJE NOSBÜSCH, 2. VORSITZENDE

50 Jahre TSV – Wow!	24
---------------------	----

INGE SÖNNICHSEN, BEISITZERIN

Sport verbindet – und ist viel mehr als bloß Bewegung	25
--	----

THOMAS KIERDORF, BEISITZER

Aus dem Maschinenraum	26
-----------------------	----

ANDREA FLOSS, BEISITZERIN

Eine neue Heimat gefunden.	27
----------------------------	----

ANDREAS KOCH ÜBER „FITNESS FÜR ALLE“

Toben, Springen, Flitzen für Erwachsene	28
--	----

RÜCKENGYMNASTIK & YOGA MIT FRANZISKA

„Eine tolle Gemeinschaft“	29
---------------------------	----



Aus Kindern werden Leute ... Die Neueröffnung des Waldstadions am 28. August 2016 gehört zu den Meilensteinen in der TSV-Geschichte

QI GONG MIT BIRGIT

Go with the Flow – In der Ruhe liegt die Kraft	30
---	----

GYMNASTIK & POWERWORKOUT MIT SUSANNE

Wenn sich die Familie trifft.	31
-------------------------------	----

MIXED VOLLEYBALL BEIM TSV

Wir wollen Spaß – wir geben Gas – zusammen!	32
--	----

BASKETBALL BEIM TSV GLESSEN

Just for fun	34
--------------	----

BADMINTON MIT NASSRULLAH

Beliebt wie eh und je	36
-----------------------	----

TRENDSPORT IN GLESSEN

„Pickleball“ schlägt richtig ein.	36
-----------------------------------	----

NASSRULLAH RAHMATYAN

Leichtathletik für Kinder und Jugendliche	37
---	----

UNSERE „RENNMÄUSE“ LAURA UND SOPHIE GESCHE

Deutschland sucht den Supersprinter.	38
--------------------------------------	----

BEWEGTE TAGESPFLEGE BEIM TSV

Jeck auf Sport von klein auf	40
------------------------------	----

SPORTHELPER-AUSBILDUNG BEIM TSV GLESSEN

Brücken bauen durch den Sport	41
-------------------------------	----

DANKE AN ALLE WEGBEGLEITER

Aus dem Vereinsleben	42
----------------------	----

Turn- und Sportverein 1976/86 Glessen e.V.

Zum Glessener Bach 26a, 50129 Bergheim

Vorstand: Richard Beckschulte (1. Vorsitzender); Antje
Nosbüsch (2. Vorsitzende); Heike Sasse (Schatzmeisterin)

Telefon: 02238 / 44 82 938 (ab 18 Uhr)

E-mail: info@tsv-glessen.de

Internet: www.tsv-glessen.de

Facebook & Instagram: [tsvglessen](https://www.facebook.com/tsvglessen)

Text-Redaktion: Andrea Floß / Gestaltung: Thomas Müll3r

Fotos: Andrea Floß, Jürgen Libertus & privat

Anne Keller

Ortsbürgermeisterin



Ein halbes Jahrhundert Vereinsgeschichte ist eine gute Gelegenheit für einen Rückblick und Menschen in den Mittelpunkt zu stellen, die sich mit Leidenschaft, Gemeinschaftsinn und ehrenamtlichem Engagement für „ihren“ Turn- und Sportverein eingesetzt haben. Man erinnert sich gerne an sportliche Erfolge, an gemeinsame Erlebnisse und an die vielen Begegnungen, die ein Vereinsleben prägen.

„Glessen ohne den TSV – das wäre einfach undenkbar.“

Glessen ohne den TSV – das wäre einfach undenkbar. Da ist nicht nur das vielfältige Hallensportangebot für kleine und große Menschen von 2 bis 99, die Leichtathletik-Abteilung, die Volleyball-Mannschaft und das Basketballteam. Das jährliche

große Sportevent, die immer beliebter werdende Veranstaltung „Glessen läuft“, ist mittlerweile weit über die Dorfgrenzen hinaus bekannt.

Der Turn- und Sportverein steht aber auch für Werte, die heute

wichtiger denn je sind: Zusammenhalt, Fairness und Respekt. Generationen von Mitgliedern haben hier eine sportliche Heimat gefunden, Freundschaften geschlossen und Verantwortung übernommen.

Mein besonderer Dank gilt allen, die den Verein über viele Jahre hinweg unterstützt und gestaltet haben und dies heute tun – den Vorständen, Übungsleiterinnen und -leitern, den Helferinnen und Helfern.

Mit großer Freude gratuliere ich dem TSV Glessen herzlich zu 50 bewegten Jahren.

Anne Keller
Ortsbürgermeisterin

Volker Mießeler

Bürgermeister der Kreisstadt Bergheim



Bürgermeister Volker Mießeler (r.) ist auch Schirmherr von „Glessen läuft“ – hier 2025 zum 10-Jährigen mit Anne Keller und TSV-Vorsitzendem Richard Beckschulte

50 Jahre TSV Glessen – dieses Jubiläum ist ein ganz besonderer Anlass, zu dem ich Ihnen im Namen der Kreisstadt Bergheim und auch persönlich ganz herzlich gratuliere.

„Hier werden Freundschaften geschlossen, Talente gefördert und Werte vermittelt“

Was im Januar 1976 mit einer Initiative engagierter Mütter begann, hat sich in fünf Jahrzehnten zu einer festen Größe im sportlichen und gesellschaftlichen Leben unseres Stadtteils Glessen entwickelt. Aus einer kleinen Gemeinschaft für Kinderturnen entstand ein moderner Breitensportverein, der heute Menschen aller Altersgruppen zusammenführt und im wahrsten Sinne des Wortes bewegt. Hier werden Freundschaften geschlossen, Ta-

lente gefördert und Werte vermittelt, die über das eigentliche Sportgeschehen hinausreichen: Fairness, Respekt, Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein. Vom Eltern-Kind-Turnen über Leichtathletik, Basketball, Volleyball und Badminton bis hin zu Rückengymnastik, Herzsport oder Qi-Gong bietet der Verein Menschen in jeder Lebensphase die Möglichkeit, aktiv zu sein.

Mein besonderer Dank gilt allen ehrenamtlich Engagierten – den Vorstandsmitgliedern, Übungsleiterinnen und Übungsleitern, Helferinnen und Helfern sowie den vielen Unterstützerinnen und Unterstützern, die den TSV Glessen über Jahrzehnte hinweg geprägt und getragen haben.

Das Jubiläum bietet Gelegenheit, mit Stolz auf das Erreichte zurückzublicken. Gleichzeitig ist es ein Anlass, optimistisch nach vorne zu schauen. Ich wünsche dem TSV Glessen weiterhin eine erfolgreiche Zukunft, viele sportliche Höhepunkte sowie zahlreiche neue Mitglieder, die die Geschichte dieses traditionsreichen Vereins fortschreiben.

Mit den besten Wünschen


Volker Mießeler

Henning Kirchner

Geschäftsführer KreisSportBund Rhein-Erft



Zum 50-jährigen Bestehen des TSV gratuliere ich Ihnen im Namen des KSB Rhein-Erft und stellvertretend für den organisierten Sport im Rhein-Erft-Kreis ganz herzlich.

Ein halbes Jahrhundert Vereinsgeschichte ist ein beeindruckender Meilenstein. Fünfzig Jahre, in denen Menschen zusammengekommen sind, um Sport zu treiben, Gemeinschaft zu erleben und Verantwortun-

gung füreinander zu übernehmen. Was mit dem Engagement einiger sportbegeisterter Gründungsmitglieder begann, hat sich zu einem erfolgreichen Mehrspartenverein mit heute etwa 580 Mitgliedern entwickelt. Darauf können Sie alle mit Recht stolz sein.

Verein über Jahrzehnte hinweg getragen und weiterentwickelt haben. Mein Dank gilt daher den vielen ehrenamtlich Engagierten in Vorstand, Abteilungen und Organisation, den Übungsleiterinnen und Übungsleitern, den Helferinnen und Helfern sowie allen Mitgliedern und Unter-

„Sportvereine sind unverzichtbare Säulen“

Sportvereine sind unverzichtbare Säulen unseres gesellschaftlichen Lebens. Sie fördern Gesundheit und Bewegung, vermitteln Werte wie Fairness, Respekt und Teamgeist und schaffen Begegnungen zwischen Generationen, Kulturen und Lebenswelten. Gerade Mehrspartenvereine leisten dabei einen besonders wichtigen Beitrag, weil sie Menschen jeden Alters und mit unterschiedlichsten Interessen ein sportliches Zuhause bieten.

Da 50 Jahre allerdings nicht einfach so „vom Himmel fallen“, nehme ich ein solches Jubiläum gerne zum Anlass, all jenen zu danken, die den

stützern. Ihr Einsatz, oft im Hintergrund und selbstverständlich geleistet, ist das Fundament des Vereins Erfolges.

Die vergangenen fünfzig Jahre zeigen eindrucksvoll, was durch gemeinsames Engagement, Verlässlichkeit und Begeisterung für den Sport erreicht werden kann. Gleichzeitig bilden sie eine starke Grundlage für die Zukunft. Der organisierte Sport steht vor neuen Herausforderungen, aber auch vor großen Chancen. Vereine wie der Ihre beweisen jeden Tag, dass Gemeinschaft, Zusammenhalt und ehrenamtliches Engagement lebendig sind und Zukunft haben. Der KreisSportBund Rhein-Erft wird den TSV Glessen bei der Bewältigung dieser Herausforderungen, als verlässlicher Partner, weiterhin gerne unterstützen.

Für die kommenden Jahre wünsche ich Ihrem Verein weiterhin eine positive Entwicklung, viele sportliche Erfolge, engagierte Mitglieder und Verantwortliche sowie stets die Freude am gemeinsamen Sporttreiben.

Mit sportlichen Grüßen

Henning Kirchner
Henning Kirchner
Geschäftsführer



Gemeinsam mit dem KSB Rhein-Erft unterstützt der TSV Glessen die „Kindertagespflege mit dem Schwerpunkt Bewegungsförderung“, hier bei der Zertifizierung von Ricki Effertz

Dr. Bernd Pugell

Verbandsvorsitzender Turnverband Köln 1876 e. V.

Herzliche Gratulation zum 50jährigen Vereinsjubiläum des TSV 1976/86 Glessen e. V.

Der Turnverband Köln gratuliert allen Verantwortlichen, dem Mitarbeiterstab und den Mitgliedern des TSV Glessen zum 50jährigen Jubiläum. Gleichzeitig danken wir für die in dieser Zeit geleistete Förderung von Turnen, Sport, Geselligkeit und sozialem Engagement zum Wohle der Bürger in Bergheim-Glessen und Umgebung.

Mit dem 50jährigen Bestehen bestätigt der Verein, dass mit Fleiß, Beharrlichkeit und Anpassungsfähigkeit eine erfolgreiche Positionierung in unserer sich stetig wandelnden Gesellschaft erreicht werden kann. Aus dem Wunsch der Grün-

dungsmitglieder, Bewegung und Geselligkeit in der Gemeinschaft zu erleben, entwickelte sich ein vielfältiges Vereinsleben mit vielen Turn- und Sportangeboten sowie gesellschaftlichem Leben.

Hierbei bestätigt der TSV Glessen seine Vielseitigkeit und Anpassungsfähigkeit. Diese Aufgaben erfolgreich zu meistern, bedarf auch der Qualifizierung und Unterstützung, zu der wir als regionaler Sportfachverband Turnen in Verbindung mit dem Rheinischen- und Deutschen Turner-Bund bereitstehen. Wir ermutigen alle Vereinsmitglieder, sich im TSV Glessen zu engagieren und so die Zukunft des Vereins zu sichern.



Dr. Bernd Pugell
Verbandsvorsitzender
Turnverband Köln 1876 e. V.

Auf diesem Weg wünschen wir seinem Vorstand und dem gesamten Vereinsteam weiterhin viel Erfolg.



Unser Vereinsmaterial unterliegt einer regelmäßigen Qualitätskontrolle, hier unter vollem Einsatz von Thomas Kierdorf



GESCHICHTE

50 Jahre in Bewegung

Der TSV Glessen feiert seinen 50. Geburtstag. Am 19. Januar 1976 auf Initiative zweier Mütter, Helga Hoffmann und Friedelinde Braschoß, als „Interessengemeinschaft Kinderturnen“ aus einer Elternversammlung heraus gegründet, bietet der Breitensportverein heute 19 Kurse für jedes Alter – vom Eltern-Kind-Turnen bis zum Yoga und Qi-Gong. Am 26. Januar 1976 um 16 Uhr leitete die Fliestedenerin Brigitte Händel, nach über 40 Jahren seit 2019 im Ruhestand, die erste Übungsstunde und eröffnete damit den Sportbetrieb. Kurze Zeit war das Anton-Heinen-Haus in Bergheim Träger der Gemeinschaft, der sich aus dem Start heraus 150 Mitglieder anschlossen. Im März 1976 schlüpften die Turner offiziell als selbständige Abteilung unter das Dach des SC Glessen. Am 24. Oktober 1986 wurde auf der Mitgliederversammlung „in gutem Einvernehmen“ die Trennung von den Fußballern sowie die Gründung eines eigenen Vereins beschlossen. Der „Turn- und Sportverein 1976/86

Glessen e. V.“ war geboren, als Vereinsfarben wurde blau/weiß gewählt.



Kinder der Rochusschule bei einer TSV-Sportveranstaltung auf dem Ascheplatz im Glessener Waldstadion. Heike Abendroth, das Mädchen mit kurzer Hose und dem hellblauen Kapuzenpullover neben unserer Mitbegründerin Helga Hoffmann, hat uns diese Fotos von 1982 zur Verfügung gestellt. Sie ist von Anfang an mit kleinen Pausen im Verein, ganz links ihr Bruder Jan.

Fit für die Zukunft

Zum Jubiläum kann sich der TSV Glessen mit heute 583 Aktiven weiter über steigende Mitgliederzahlen

freuen. „Fitness für alle“ ist nicht nur der Name eines legendären Kurses, sondern seit vielen Jahren Programm. Der meiste Zulauf kommt seit der ersten Damenturn-Gruppe 1980 von Mädchen und Frauen, die mit Turnen und Leichtathletik, Rückengymnastik, Pilates, Yoga, Qi-Gong, Body-Fit und Power-Work-Out ein vielfältiges, für alle offenes Angebot mitten im Dorf finden. Zehn qualifizierte Übungsleiter und 19 Sporthelferinnen und -helfer sorgen aktuell dafür, dass neben dem Sport auch der Spaß und die Gesundheit nicht zu kurz kommen.

Während schon Zweijährige beim Eltern-Kind-Turnen durch die Halle flitzen, ist die Jugend – bedingt durch Nachmittagsunterricht und Ausbildung – etwas schwerer bei der Stange zu halten. Hier angesagte neue Kurse zu entwickeln, hat sich der seit 2014 in nahezu unveränderter Zusammensetzung amtierende rein ehrenamtliche Vorstand aus Richard Beckschulte und Ant-



Der aktuelle Vorstand des TSV Glessen (v.l.): Frank Sasse, René Klerx, Vorsitzender Richard Beckschulte, Thomas Kierdorf, Andrea Floß, 2. Vorsitzende Antje Nosbüsch, Inge Sönnichsen, Schatzmeisterin Heike Sasse und Stephan Jansen

je Nosbüsch als Vorsitzende, Heike Sasse als Schatzmeisterin, Thomas Kierdorf, Andrea Floß, Frank Sasse, Stephan Jansen und Inge Sönnichsen als Beisitzer auf die blau-weiße Fahne geschrieben.

Weiterbildung wird großgeschrieben und gezielt unterstützt, auch um rare neue Gruppenleitungen aus den eigenen Reihen zu rekrutieren. „Nachwuchsförderung und ehrenamtliches Engagement sind die Voraussetzung dafür, die Vielfalt unseres Sportangebots bei vergleichsweise preiswerten Beiträgen aufrecht zu erhalten“, erklärt Vereinsvorsitzender Richard Beckschulte. Kinder und Jugendliche für Sport und Bewegung zu begeistern und auch die mitzunehmen, die sich etwas schwerer tun, war etwa das Ziel einer Sporthelfer-Ausbildung in Kooperation mit dem Kreissportbund.

Als einer von wenigen Vereinen im Rhein-Erft-Kreis bietet der TSV auch Herzsport zur Rehabilitation unter Anwesenheit eines Arztes. Nach einem Herzinfarkt, einer Bypass-OP oder anderen koronaren Erkrankungen hilft leichtes Ausdauertraining, den Herzmuskel zu stär-

ken und wieder fit zu werden. Volker Göpel, der die Gruppe als erfahrener Übungsleiter betreut hat, gibt Ende Juli 2026 nach 30 Jahren die Leitung an Elli Ull ab. Neben Basketball, einem Mixed Volleyball Team und Badminton hat sich inzwischen auch eine Pickleballgruppe etabliert. Langsamer und gelenkschonender als Tennis und Badminton, kommt der boomende Trendsport Import aus den USA bei Älteren und Jüngeren gleich gut an. Erfolgreich gestartet ist auch das neue Senioren-Basketballteam um Trainer Michael Karrasch: Nach der siegreichen Premiere lädt der TSV am 12. September 2026 ab 12 Uhr zum 2. Hobby-Basketballturnier in die Alte Halle an der Rochusschule Glessen, Am Wierichskamp ein. Am Tag davor, 11. September 2026 ist die „Erste Nacht des Jugend-Basketballs“ geplant.

Einsatz für bessere Trainingsbedingungen

Schon zum 25. Jubiläum 2001 sah der Gründungsvorsitzende Ralf Lindemann die Grenzen des Vereins ganz klar bei verfügbaren Hallenstunden und funktionierenden Sportstätten, engagierten Übungs-

leitern sowie der Frage, wer bereit ist, ehrenamtliche Aufgaben im Verein zu stemmen. Wenn sich auch der Traum vom Fahrradwandern oder einer eigenen Skater-, Tennis oder Schwimmabteilung nicht erfüllt hat, ist mit der Verwandlung des Waldstadions vom früheren Asche- in einen modernen Kunstrasenplatz eine zeitgemäße Anlage entstanden, die Glessen als lebendigen Freizeit- und Sportort weiter attraktiv hält und Raum für Gemeinschaftserlebnisse schafft.

Seit 2013 gemeinsam mit dem SC Glessen im Förderverein Sportplatz engagiert, hat der TSV Glessen mit der Modernisierung und dem Erhalt eine Herkulesaufgabe übernommen. Einen wichtigen Beitrag dabei leistet das Spendenevent „Glessen läuft“, das am 9. Mai 2026 mit einem neuen Rekord von 627 Anmeldungen bereits in die elfte Runde ging. Unter der Regie des TSV hat sich die Veranstaltung zu einem bunten Familienfest für Jung und Alt entwickelt, das nicht nur Sportlerinnen und Sportler, sondern das ganze Dorf für den guten Zweck und bessere Trainingsbedingungen auf die Beine bringt.

Seit dem ersten Lauf am 18. April 2015 haben die beteiligten Vereine viel erreicht, nicht zuletzt auch dank der großzügigen Unterstützung durch die Kreisstadt Bergheim, Sponsoren, Spendern und örtlichen Unternehmen: Der Kunstrasenplatz, die neue Laufbahn und die Sprunggrube sind seit 2016 in Betrieb. Das neue Vereinsheim konnte im Juli 2021 eingeweiht werden – wieder mit vereinten Kräften aller Beteiligten.

Kleine Vorstands-Chronik

- 19.01.1976** Gründung der „Interessengemeinschaft Kinderturnen“ durch Friedelinde Braschoß und Helga Hoffmann auf einer Elternversammlung. Träger wird das Anton-Heinen-Haus in Bergheim, ab März der SC Glessen mit Max Fabricius als Vorsitzendem.
- 24.10.1986** Auf der Abteilungsversammlung wird beschlossen, aus dem SC Glessen auszutreten und einen eigenständigen Verein unter dem Namen „Turn- und Sportverein 1976/86 e. V.“ zu gründen. Ralf Lindemann, Heinrich-Wilhelm Ott und Friedel Braschoß werden zum ersten geschäftsführenden Vorstand gewählt.
- 1990** Wilhelm Volkenborn ist neuer Vorsitzender. Mit Horst Tarlach gibt es erstmals einen Schatzmeister.
- 2000** Ute König übernimmt den Vorsitz, Hans Blattmann wird Stellvertreter und Stephanie Blattmann Schatzmeisterin.
- 2005** Fritz Ulrich Abendroth, aktiver Volleyball-Mixed-Spieler und Trainer, wird 2. Vorsitzender. Neuer Schatzmeister ist Dirk Gaastra.
- 2014** Richard Beckschulte, seit 2013 aktiv im Vorstand, wird Erster Vorsitzender, Anke Radajewski Vize, Gerd Kramm Schatzmeister, Thomas Kierdorf übernimmt als Beisitzer Webseite und Marketing, Andrea Floß die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. 2015 tritt Beisitzer Günter Schauff, seit 2011 im Amt, nicht mehr an – sein Posten als Materialwart wird nicht mehr besetzt, die Aufgaben auf alle Schultern verteilt.
- 2016** Gabriele Schlesinger wird 2. Vorsitzende
- 2017** Heike Sasse, Tochter von Mitbegründerin Helga Hoffmann, wird neue Schatzmeisterin, unterstützt von ihrem Ehemann Frank Sasse als Beisitzer (Finanzen).
- 2020** Antje Nosbüsch übernimmt das Amt der 2. Vorsitzenden, Inge Sönnichsen wird Beisitzerin (Herzsport).
- 2022** Stephan Jansen komplettiert den Vorstand als neuer Beisitzer („Glessen läuft“). Schon seit 2010 ist René Klerx als unermüdlicher Kassensprüfer im Amt, unterstützt seit 2023 von Matthias Nickel.



Ralf Lindemann



Ute König gratuliert ihrem Nachfolger Richard Beckschulte



Neuer Vorstand 2014: Anke Radajewski und Richard Beckschulte (Mitte) schulte als neue Vorsitzende, Gerd Kramm, Heiko Möller, Günter Schauff und Thomas Kierdorf.



Richard und Gabi 2016



Sporthallen-Inventur 2019: Gabi, Richard, Heike und Tommi

Im Gedenken an

Ute König, 1. Vorsitzende 2000 – 2014



Ute König verstarb am 10. September 2017 im Alter von 63 Jahren nach kurzer, schwerer Krankheit. Sie führte den

TSV über 20 Jahre – zunächst ab 1994 als Geschäftsführerin, dann ab 2000 als erste Vorsitzende. Ihre Vereinslaufbahn begann in der Kanzlei ihres Vorgängers Wilhelm Volkenborn, dessen Ermutigung sie dazu bewog, sein Amt zu übernehmen. Im März 2014 übergab sie die Vereinsführung an Richard Beckschulte. Wie ihr Mentor war auch Ute König stolz auf die ehrenamtliche Vereinsarbeit: „Nur, wenn wir immer wieder Ehrenamtliche finden, können wir die Vielfalt unseres Sportangebotes aufrechterhalten“, schrieb sie in der Vereins-Chronik 2001. Stillstand war ihr fremd – sie betonte stets, dass ein Verein immer das Ziel haben müsse, besser zu werden. So setzte der TSV früh auf ein breites Sportangebot für alle Generationen.

Helga Hoffmann & Friedelinde Braschoß, Gründerinnen des TSV Glessen



Der TSV Glessen verdankt seine Existenz maßgeblich Helga Hoffmann und Friedelinde Bra-

schoß. Helga Hoffmann war bis 1983 Übungsleiterin im Kindersport, wechselte anschließend zu den Senioren des TUS Brauweiler und verstarb 1994. Friedel Braschoß übernahm nach der Gründung der „Interessengemeinschaft Kinderturnen“ die kommissarische Führung der Turnabteilung und war von 1977 bis 1992 als Geschäftsführerin, Schatzmeisterin und Vorstandsmitglied tätig – bei Bedarf auch als Übungsleiterin. Noch im hohen Alter blieb sie aktiv und turnte begeistert mit – ob bei der Senioren- und Rückengymnastik oder beim anspruchsvolleren Aerobic und Power Work Out. Die Entwicklung des TSV zu einem vielseitigen Breitensportverein begleitete sie mit großem Interesse und unterstützte ihre Nachfolger stets mit Rat und Tat. Friedel Braschoß verstarb am 11. Dezember 2018 im Alter von 83 Jahren.

Hermann Wachten, Übungsleiter 1989 - 2020



„Fitness für alle“ war sein Programm: 1989 übernahm Sportlehrer Hermann Wachten (2.v.r. mit Ehefrau Uli, links daneben Günter Schauff mit Ehefrau Renate) den TSV-Kurs von Walter Reckien. Der gebürtige Kölner und Wahl-Glessener ließ seine Gruppe beim gefürchteten „Teppichfliesen“-Spiel sowie Circuit-, Medizinball- und Stuhltraining schwitzen – stets selbst mittendrin. Neben forderndem Konditionstraining gehörten kreative Spiele ebenso zum Pro-

gramm wie Fahrradtouren, Grillfeste und Weihnachtsessen. Die Fitnessgruppe verstand sich nie als elitärer Verein, sondern stand jedem offen, der abwechslungsreich etwas für seine Gesundheit tun wollte. Die Zusammensetzung der Gruppe blieb über die Jahre erstaunlich stabil – die Mitglieder wurden gemeinsam mit ihrem Trainer älter. Nach über 30 Jahren als Übungsleiter musste Hermann Wachten den Kurs 2020 aufgrund einer fortschreitenden Parkinson-Erkrankung an seinen Nachfolger Peter Stickling übergeben. Ein Jahr später starb er im Alter von 67 Jahren.

Wilhelm Volkenborn, 1. Vorsitzender des TSV Glessen 1990 - 2000

Wilhelm Volkenborn verstarb am 20. Februar 2025 im Alter von 94 Jahren. Der Jurist führte den TSV Glessen von Januar 1990 bis Februar 2000 – in einer prägenden Phase, in der sich der Verein gerade von den Fußballern des SC Glessen getrennt hatte. In seine Amtszeit fiel die große Zeit der TSV-Leichtathletik: Von 1989 bis 1996 eilten die Nachwuchsathleten von Wettkampf zu Meisterschaft und führten Bestenlisten an – trotz damals schwieriger Trainingsbedingungen. In seinen letzten Lebensjahren konnte Wilhelm Volkenborn krankheitsbedingt nicht mehr an Vereinsveranstaltungen teilnehmen, blieb dem TSV jedoch eng verbunden. Es freute ihn, dass das Waldstadion inzwischen ein moderner Kunstrasenplatz ist und die ehrenamtliche Vereinsarbeit in seinem Sinne weitergeführt wird. Den TSV als mitgliederstärksten Verein im Dorf mit vielfältigem Breitensportprogramm zu wissen, erfüllte ihn mit Stolz.

Meilensteine aus den letzten 15 Jahren

12.09.2013 Gründung des Fördervereins Sportplatz Glessen



Während der SC Glessen stolz seinen 90. Geburtstag feiert, bietet das in die Jahre gekommene Waldstadion trotz seiner beispiellosen Lage an der Glessener Höhe wenig Grund zum Jubeln. Wie „zu Großvaters Zeiten“ kicken die Fußballer noch auf Asche und die Leichtathleten müssen sich mit einer viel zu kurzen Laufbahn begnügen. Um zu verhindern, dass immer mehr Kinder, Jugendliche und auch sportlich interessierte Erwachsene den örtlichen Vereinen den Rücken kehren und sich Clubs im Umland anschließen, die bereits über die Voraussetzungen für einen zeitgemäßen Trainings- und Spielbetrieb verfügen, gründen die Aktiven des SC und des TSV Glessen den „Förderverein Sportplatz Glessen“ unter dem Vorsitz von Burkhard Dickmann. „Holt Glessen aus dem Abseits“ ist das Ziel der angestrebten Umwandlung des Waldstadions in einen modernen Kunstrasenplatz mit Laufbahn und Sprunggrube, der Sportlern und Gästen eine neue Heimat bietet. Die Vorteile: Kunstrasen ist bei nahezu jedem Wetter bespielbar. Die verhältnismäßig hohen Investitionskosten werden durch einen geringeren Pflegeaufwand relativiert. Allein können die Glessener den erforderlichen Eigenanteil von 150.000 Euro nicht stemmen. Neben Spenden und Sponsoren spielt auch die „Muskelkraft“ eine tragende Rolle im Finanzierungskonzept: Das ganze Dorf inklusive örtlicher Handwerksbetriebe packt mit an.

18.04.2015 Startschuss für „Glessen läuft“



Um ihrem großen Ziel laufend ein Stück näher zu kommen und Spenden zu sammeln, rufen die drei Vereine SC, TSV und Förderverein Sportplatz Glessen das Benefizevent „Glessen läuft“ ins Leben. Den Startschuss gibt Olympiasiegerin Heike Henkel. Angeboten werden zwei Strecken von fünf und zehn Kilometern, die joggend oder walkend zurückgelegt werden können. Auch die Kinderolympiade findet erstmals statt. Als krönender Abschluss steigt ein Konzert mit der Coverband „Meller“ auf dem Sportplatz – damals noch „auf Asche“.

Jan. 2016

Nach der Ankündigung der Stadt Bergheim, nach Karneval Flüchtlinge in der Turnhalle unterbringen zu müssen, suchte der TSV fieberhaft nach Ausweichquartieren. Der Verein will außerdem seinen Beitrag zur Integration leisten und organisiert Sportangebote für die Menschen, die in Glessen untergekommen sind. Für betroffene Sportkurse wurden Ausweichquartiere gefunden, etwa in den städtischen Kindergärten Rasselbande und Sonnenblume, im Schützenhaus, im MGV Sängerverein und der Helen-Keller-Schule in Niederaußem. Die Leichtathleten zeigten sich flexibel und kündigten an, einfach früher draußen zu trainieren.

25.04.2016

Erster Spatenstich für den Kunstrasenplatz im Waldstadion



Am 25. April 2016 rücken die Bagger für den ersten Spatenstich im Waldstadion an – die Verwandlung des Sportplatzes vom Asche- in einen modernen Kunstrasenplatz hat begonnen.

28.08.2016

Neueröffnung des Glessener Waldstadions



Von Rot auf Grün in nur vier Monaten: Mit einem Spitzenspiel der Traditionsmannschaften des 1. FC Köln und Schalke 04 wird die große Neueröffnung des Glessener Waldstadions gefeiert. Für die Kölner liefen Stars wie Mathias Scherz, Stephan Engels, Holger Gaißmayer und Carsten Cullmann auf, bei den Schalkern unter anderem Olaf Thon, Klaus Fichtel, Matthias Herget, Martin Max und Rüdiger Abramczik. Mit dabei sind auch die Cheerleader des 1. FC Köln und Stadionsprecher Michael Trippel. Bürgermeisterin Maria Pfordt begleitete die feierliche Einsegnung, der TSV und der SC Glessen stellten die Einlaufkinder.

27.06.2019

Grundsteinlegung für das neue Vereinsheim auf dem Sportplatz

Der erste Antrag, der aufgrund seiner vielen Seiten beinahe den Drucker gesprengt hätte. Ein Kindertrikot des SC Glessen mit der Startnummer 11 als Zeichen für ein bisschen Jocksein. Ein Ball des TSV Glessen für die runde Sache und den guten Zusammenhalt im Dorf. Ein paar Cent dafür, dass das Geld nie ausgeht und der aktuelle Sportteil vom 27. Juni 2019. Mit diesem denkwürdigen Inhalt wurde an diesem Tag der Grundstein für das neue Vereinsheim im Glessener Waldstadion gelegt. Mit dem Neubau ist ein weiterer Meilenstein zur Modernisierung des Sportplatzes.



zes erreicht. Darüber freuten sich Bauherr Burkhard Dickmann, Vorsitzender des SC Glessen, Bürgermeister Volker Mießeler, Ortsbürgermeisterin Anne Keller, TSV-Vorsitzender Richard Beckschulte, Jörg Muhtz vom Förderverein Sportplatz, Bauunternehmer Thomas Friedt, der 1. Beigeordnete Wolfgang Berger und weitere Vertreter der Stadt bei der Grundsteinlegung. Neben vier Mannschaftsräumen, einem separaten Schiedsrichterbereich, großem Materiallager, Gastro-Küche, Waschraum, Toiletten und Duschen gibt es einen Versammlungsraum, der auch für zusätzliche Sportangebote des TSV genutzt wird.

Juli 2019

Verabschiedung von unseren langjährigen Turn-Übungsleiterinnen Gitte und Susanne Händel



Eine Ära geht zu Ende: Am 26. Januar 1976 um 16 Uhr leitete die Fliestedenerin Brigitte Händel die erste Übungsstunde der neugegründeten „Interessengemeinschaft Kinderturnen“ und eröffnete damit den Sportbetrieb des TSV-Glessen. Nach über 40 Jahren ging Gitte 2019 in den wohlverdienten Ruhestand. Auch ihre Tochter, Aerobic- und Gymnastik-Trainerin Susanne, die ihre überragende Fitness unübersehbar von ihrer Mutter geerbt hat und schon als kleiner Hosenmatz beim Kinderturnen mit durch die Halle flitzte, verabschiedete sich. Ihren beliebten Aerobic-Kurs löste Marie Lotter mit „Pilates, Plank und Powerstretching“ ab (dienstags, Neue Halle, 19 - 20 h) - eine ganz neue Herausforderung für die Bauchmuskeln, um den Körper wieder in Balance zu bringen. Auch Zumba war kurzzeitig wieder zurück in Glessen: Conny Kramer ließ die Alte Halle bei heißer Latin-Musik tanzen.

März 2020

Aufgrund des Ausbruchs der Corona-Pandemie sind die Sporthallen ab März geschlossen. Zusammenkünfte in Vereinen und sonstigen Sport- und Freizeiteinrichtungen sind verboten. Gemeinsam mit der Stadt Bergheim entwickelt der TSV ein Hygienekonzept, um einen sicheren Neustart ab dem 18. Mai zu gewährleisten. Im November kam der zweite, bis Ende Januar 2021 verlängerte Lockdown. Wenigstens der Mattensport läuft online via Zoom weiter, bei der Umsetzung zählt der TSV

zu den Pionieren. Für unsere Mitglieder wurden Beiträge für März und April ausgesetzt und danach noch einmal reduziert: Im ersten Halbjahr 2021 zahlten Erwachsene monatlich nur noch die Hälfte, Kinder einen symbolischen Euro. „Glessen läuft“ 2020 wird abgesagt.

30.08.2020

Ehrenamtsplakette „Glessener Bessemer“



Am 30. August 2020 ging die Ehrenamtsplakette „Glessener Bessemer“ des CDU-Ortsverbands Büsdorf-Fliesteden-Glessen an den SC, den TSV und den Förderverein Sportplatz Glessen. Gewürdigt wird damit das außergewöhnliche Engagement der drei Glessener Vereine zur Modernisierung des Waldstadions. **„Ihr habt in Glessen Geschichte geschrieben und entgegen vieler skeptischer Äußerungen immer an Eurer Vision einer modernen Sportanlage mit Kunstrasenplatz, Sprintbahn und Sprunggrube festgehalten“**, lobte Laudator Heiko Möller die Aktiven für ihren Einsatz. Auch CDU-Stadtverbandsvorsitzender Helmut Paul und Ortsbürgermeisterin Anne Keller zollten den drei Vereinen großen Respekt für ihre Leistung. Corona-bedingt wird die Verleihung auf den Sportplatz verlegt, im Hintergrund das neue Vereinsheim im Bau.

Mai 2021

Auch das Jahr 2021 war noch von Corona geprägt. Bei der rein virtuellen Ausgabe von „Glessen läuft“ am 8. Mai 2021 läuft jeder für sich allein und meldet seine Zeiten an das Team. Ende Mai konnten als erstes das Leichtathletik und Volleyballtraining wieder draußen im Waldstadion stattfinden. Für den Hallensport ging es ab dem 14. Juni 2021 bis auf wenige Ausnahmen mit Abstands- und Hygieneregeln wieder los, erstmals auch in den Ferien.

07.05.2022

Erfolgreicher Neustart für „Glessen läuft“ – zugunsten der Ukraine-Hilfe

Nach der Absage 2020 und dem virtuellen Lauf 2021 konnte die siebte Ausgabe am Samstag, 7. Mai 2022, endlich wieder im Glessener Waldstadion stattfinden. Aus aktuellem Anlass hatten sich die Veranstalter dazu entschieden, den Erlös für die Ukraine-Hilfe zu spenden. „In einer Zeit, in der eigentlich alle Vereine froh sind, dringend notwendige Einnahmen zu erzielen, die zum Teil ihre Zukunft sichern helfen, steht bei vielen jetzt der Hilfs- und Unterstützungsgedanke an erster Stelle,“ lobte der Bergheimer Bürgermeister Volker Mießeler diesen Entschluss. Rund 30 Geflüchtete – hauptsächlich Frauen und Kinder – waren in Glessen untergekommen. Die Solidarität vor Ort war groß – so organisierten Ehrenamtler mit Unterstützung der VHS Deutschkurse und ein Sprachcafé, der TSV Glessen ermöglichte die kostenlose Teilnahme an seinen Sportkursen. Damit sich die Gäste aus der Ukraine hier



schnell zu Hause fühlen konnten und ins Dorfleben integriert wurden, waren sie ausdrücklich zur Teilnahme eingeladen: Neun Läufer nahmen das Angebot eines kostenlosen Startplatzes gern an und liefen mit. Am Getränkewagen revanchierte sich Anastasia und half mit ihrem Ukraine-Team.

09.12.2025

Spendenübergabe an der Himmelsleiter



In Zusammenarbeit von Wald und Holz NRW, dem Naturpark Rheinland sowie engagierten Vereinen aus Glessen, Dansweiler und Königsdorf wurde die beliebte Himmelsleiter an der Glessener Höhe saniert. Der TSV Glessen steuert für die Instandsetzung der bei Sportlerinnen und Sportler als Trainingsgerät sehr beliebten Holzbohlen-Treppe 1.500

€ aus dem Erlös von „Glessen läuft“ bei. Für weitere Reparaturen ist auch noch Geld für das Projekt der Bürger.Mit.Wirkung übrig.

09.05.2026

11 Jahre „Glessen läuft“



„Glessen läuft“ ist die perfekte Gelegenheit, gemeinsam aktiv zu werden, Spaß zu haben und zugleich etwas Gutes zu tun. Ursprünglich ins Leben gerufen als Benefizlauf zugunsten der Modernisierung des Waldstadions, werden mit dem Erlös sportliche Zwecke unterstützt, insbesondere der Jugendsport. Nachdem das 10jährige mit 518 Teilnehmenden einen neuen Rekord feierte, wurde das durch die mittlerweile elfte Runde am Samstag, 9. Mai 2026 mit 627 Anmeldungen noch einmal getoppt. Bei bestem Wetter ging es auf der „schönsten Strecke im Rheinland“ wieder entlang der Glessener Höhe. Unter der Regie des TSV Glessen hat sich die Veranstaltung zu einem bunten Familienfest für Jung und Alt entwickelt, das nicht nur Sportlerinnen und Sportler, sondern das ganze Dorf auf die Beine bringt. Auch um den sportlichen

Nachwuchs muss sich Glessen keine Sorge machen: Knapp die Hälfte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind Kinder und Jugendliche, die Jüngsten waren gerade mal drei Jahre alt. Die Spenden aus den Läufen 2024 (2.500 Euro) und 2025 (4.000 Euro) gingen an zwei Glessener Bürger.Mit.Wirkung-Projekte, unter anderem für die Renovierung der bei Sportlerinnen und Sportler als Trainingsgerät sehr beliebten „Himmelsleiter“ auf die Glessener Höhe. In Arbeit ist auch schon eine Erweiterung des Fitness-Parcours am Bolzplatz an der Braunfeldsmühle.

11.06.2026

Sicherer Sport in der Rochusschule und im Waldstadion



Jedes Jahr erleiden zahlreiche Menschen einen plötzlichen Herzstillstand. Die Überlebenschancen sinken mit jeder Minute ohne Wiederbelebensmaßnahmen erheblich. Ein automatisierter externer Defibrillator (AED) kann dabei helfen, lebensbedrohliche Herzrhythmusstörungen schnell zu behandeln und die Zeit bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes zu überbrücken.

Ein solches Gerät sollte schnell zur Hand sein, wenn sich z.B. beim Schul- oder Vereinssport oder bei Großveranstaltungen in den Glessener Mehrzweckhallen ein solcher Notfall ereignet. Richard Beckschulte und Heike Sasse vom TSV Glessen (links im Bild) ergriffen die Initiative und schlugen Ortsbürgermeisterin Anne Keller die Anschaffung eines Defibrillators für die Rochusschule vor. Sie stellte den Kontakt zum Bürger.Mit.Wirkung-Team "Garagentrödel" her. Dort war man auf der Suche nach einem sinnvollen Projekt, das aus den Teilnehmerbeiträgen der Flohmärkte finanziert werden könnte. Anja Roesse und Mücahit Kayisi (rechts im Bild) waren sofort von der Idee begeistert. Seit Anfang Juni 2026 hängt der „AED“ im Foyer der Rochusschule und ist im Fall des Falles direkt griffbereit. Der TSV hatte zuvor auch schon die Spendenaktion des SC Glessen für die Anschaffung eines Defibrillators für das Waldstadion unterstützt. Für die TSV-Übungsleiter und die Verantwortlichen der Großveranstaltungen organisieren Mitarbeiter der Hauptfeuerwache Bergheim in Kürze einen Erste-Hilfe-Kurs, bei dem auch der Umgang mit dem Gerät erklärt wird.

Der aktuelle Vorstand mit (v.r.) Richard, Andrea, Stephan, Heike, Inge, Matthias und Thomas.



RICHARD BECKSCHULTE, VORSITZENDER

„Das Wichtigste ist mir das Team“



Hat beim TSV seit 2014 den Hut auf:
Richard Beckschulte

habe dort meine ersten Schritte im TSV gemacht.

Nach den Sportstunden fühlte ich mich von Anfang an richtig wohl und es tat mir gut, Teil der Fitness-Gruppe zu sein. Neben dem sozialen Umfeld lag das an den doch teilweise sehr ungewöhnlichen Übungen (ich habe immer noch Muskelkater an Muskeln, die ich bisher kaum

kannte). Nach dem Motto „höher, weiter und ab und zu schneller“ war ich irgendwann so leichtsinnig auch zu fragen, ob es im Verein Möglichkeiten gibt, sich zusätzlich zu einbringen. Es hat nicht lange gedauert, bis ich erste Vorstandarbeiten übernommen habe und hier eine weitere spannende Dimension des TSVs kennenzulernen.

Warum bin ich beim TSV?

Als wir nach Glessen gezogen sind, hatte ich erst einmal keine Zeit für irgendetwas. Wir haben im nun alten Neubaugebiet „Zum Glessener Bach“ gebaut und sind von unserer Mietwohnung dort hingezogen. Nebenher habe ich zur Kenntnis genommen, dass unsere drei Kinder sich sehr aktiv im Eltern-Kind-Sport mit meiner Frau ausgetobt und dort viele spannende Stunden verbracht haben. Mit den Jahren ist mir der Gedanke gekommen, dass ich vielleicht auch etwas Sport machen sollte und fragte im Glessener Bekanntenkreis herum. Hier wurde ich schnell für die Fitnessgruppe am Dienstagabend angeworben und



Unter der Regie des TSV Glessen – insbesondere Orgateam-Chef Richard – bringt „Glessen läuft“ das ganze Dorf auf die Beine.



Immer im Einsatz für bessere Trainingsbedingungen: (v.l.) Richard (mit Gattin Sigrid r.), Andrea, Inge und Heike vor dem neuen, selbstgebauten Materiallager am Sportplatz 2023 oder 2019 bei der Inventur in der Sporthalle

Als dann ein Wechsel im Vorstand anstand, wurde ich gefragt, ob ich den Vorsitz übernehmen möchte. Das habe ich nach 1-3 Sekunden bestätigt und bin nun immer noch dabei. Das Wichtigste für eine erfolgreiche Vorstandsarbeit ist mir das Team. Wir treffen uns seit Jahren regelmäßig, um den Verein weiter voranzubringen. Wir haben immer viel Spaß bei den monatlichen Sitzungen - vielleicht sollten wir diese regelmäßigen Treffen fest ins TSV-Programm aufnehmen?

Wo wollen wir hin?

Wenn ich in den ersten Jahren der Vorstandsarbeit nach den Zielen und der langfristigen, strategi-

schen Ausrichtung des TSV Glessen gefragt wurde, war ich immer etwas verunsichert. Haben wir uns als Vorstand je über diese großen, hehren Ziele unterhalten, Workshops veranstaltet, um diese in der Gruppe herauszuarbeiten? Es hat etwas gedauert, doch eigentlich ist die Ausrichtung des TSV aber klar: Es geht um die Gemeinschaft, darum, tollen Sport für alle anzubieten. Wir wollen, dass der TSV und Glessen für alle hier attraktiv ist und bleibt.

Herausforderungen haben wir immer als sportlich als Training gesehen, um gemeinsam noch besser zu werden. Als angedacht wurde, die

Sporthallen zur Unterbringung von Flüchtlingen zu nutzen, haben wir nach alternativen Ausweichorten gesucht und parallel mit der Stadt Bergheim an Lösungen gearbeitet. Durch diesen Prozess haben wir viele neue Bekannte und Unterstützer gewonnen.

Der Lockdown während der Coronazeit hat uns zum ersten Mal in der Geschichte eine Zwangspause eingebracht. Wir haben dann alles dafür getan, damit der Sport so schnell wie möglich weiter online laufen konnte. Mit diesem Angebot waren wir deutschlandweit unter den Ersten. Das alles war nur möglich dank motivierter Übungsleiter und Kursteilnehmenden mit viel Frustrationstoleranz und Offenheit für Neues. Mit dem Onlinesport haben wir eine Möglichkeit geschaffen, praktisch von jedem Ort der Welt Sport in Glessen zu machen.

Ich freue darauf, den TSV aktiv weiterzuentwickeln. Mit all den Menschen, die sich bei uns eingebracht haben, sich jetzt und in Zukunft engagiert für den Verein einbringen.



Bescherung auf dem Weihnachtsmarkt mit Säcken voller Asche aus „Glessen läuft“



HEIKE SASSE, SCHATZMEISTERIN

Wertschätzung als Motivation

Fotos: Jürgen Libertus 2023

Liebe Heike, du bist die Schatzmeisterin unseres Vereins und damit Vorstandsmitglied. Seit wann bist du beim TSV Glessen?

Heike Sasse: Meine Mutter, Helga Hoffmann, war zusammen mit Friedel Braschoß und Gitte Händel Gründungsinitiatorin des TSV Glessen. Sie meinte, Glessen braucht auch einen Sportverein. Daher war ich von Anfang an als Turnkind da-

bei und habe später ihr Tätigkeitsfeld geerbt. 2017 habe ich die Nachfolge von Gerd Kramm angetreten. Die ehemalige Vorsitzende Ute König hatte schon lange gebaggert, so dass ich schließlich nicht mehr widerstehen konnte. Mein Vor-Vorgänger, Dirk Gaastra, war schon mein Kindergarten-Kollege, Verbindungen gab es also immer.

Man kann sagen, du bist das

„Schweizer Taschenmesser“ oder die „Allzweckwaffe“ unseres Vereins. Was machst du eigentlich alles?

Heike: Als Schatzmeisterin obliegt mir eine Vielzahl von Aufgaben. Neben den typischen Tätigkeiten wie Abrechnungen, Buchführung, Kontoführung, Vermögensverwaltung, Steuererklärungen und Rechenschaftsberichten bin ich für die Mitgliederverwaltung, die Koordination der Übungsleiter, Hallennutzungspläne, Reparaturen, Reinigung etc. in Zusammenarbeit mit der Stadt bzw. dem Sportamt verantwortlich. Ich kümmere mich auch um verlorene und gefundene Schlüssel, liegen gebliebene Trinkflaschen und Kuscheltiere. Bei Letzteren ist die Abholung bis spät abends bei mir zu Hause möglich, wenn ohne sie für die Kinder das Einschlafen nicht möglich ist.

Was zeichnet aus deiner Sicht den TSV Glessen aus?



Immer im Einsatz für den TSV Glessen: Heike & Frank Sasse.



Heike mit Tochter Leonie, die gerade als talentierte Nachwuchs-Übungsleiterin beim TSV richtig durchstartet

Heike: Wir bieten Breiten-sport an und grenzen uns dabei vom Leistungssportgedanken ab. Wir haben eine breite Altersmischung. Nicht nur aufgrund der verschiedenen Angebote, sondern auch innerhalb einer Gruppe. Da spielt z.B. der 70-jährige mit der 22-jährigen Volleyball oder die Studentin liegt neben dem ältesten Vereinsmitglied auf der Matte. Wir fördern sehr aktiv den Übungsleiternachwuchs. Unsere Sporthelfer und -helferinnen sind unabdingbar für unseren Sportbetrieb. Toll ist auch, dass der TSV bestens vernetzt im Dorf ist – die Vereine helfen sich untereinander. Ich freue mich darüber, dass unser ehrenamtliches Engagement ankommt, eine sehr motivierende Wertschätzung! Ein Herz aus rosa Bügelperlen aus einer Kindergruppe sagt da alles.

Wo siehst du die Probleme?

Heike: Unser Engagement stößt langsam an seine Grenzen. Bei einem wachsenden Dorf muss auch das Angebot, sowohl bei der Infrastruktur als auch bei der Manpower, mitwachsen. Für unsere Vorstandsarbeit müssen wir irgendwann Nachfolger finden – beim 100-Jahre-Jubiläum steht eine andere Mannschaft auf dem Spielfeld. Die Sportlandschaft muss weiter ausgebaut werden und die Gesamt-

konzeption im Dialog mit den anderen Hallen- und Sportplatznutzern konzipiert und gut abgesprochen werden. Es fehlt an vielem: eine 400 Meter Bahn ist auf meinem Wunschzettel. Und auch andere Leichtathletikdisziplinen brauchen mehr Platz: Wurfdisziplinen etwa, die man beispielsweise für das Deutsche Sportabzeichen braucht, können wir im Glessener Waldstadion nicht anbieten.

Du bist nicht nur im TSV Glessen engagiert bist, sondern in vielen anderen Bereichen auch. Wie schaffst du das alles?

Heike: Es funktioniert nur aufgrund der guten Vernetzung in unserem Vorstand und den anderen

Vereinen und Institutionen. Ich bin dankbar für eine vertrauensvolle Zusammenarbeit auch mit der Stadt und der Ortsbürgermeisterin. Die kurzen Dienstwege erleichtern die vielfältigen Aufgaben erheblich. Glücklicherweise gibt es bei uns in Glessen eine große Anzahl sehr netter Menschen, die ebenfalls etwas „fürs Dorf“ und die Gesellschaft tun möchten. Alles geht nur zusammen. Und natürlich mit dem Rückhalt in der Familie! Ohne das Verständnis und die Unterstützung meines Mannes könnte ich das alles nicht schaffen.



Vorstandsarbeit am Samstagmorgen zur Inventur in der Turnhalle



Nach einem Herzinfarkt, einer Bypass-OP und bei anderen koronaren Gefäßerkrankungen ist Herzsport eine Möglichkeit, wieder fit zu werden. Für einige Teilnehmer aus unserer Gruppe ist es häufig das erste Mal seit langer Zeit, sich wieder sportlich zu betätigen. Und es funktioniert!

Ich möchte an meinem Beispiel erläutern, was mir Herzsport bedeutet: Ich war ein passabler Breitensportler. In verschiedenen Sportarten habe ich es immer wieder, bei den unterschiedlichsten Wettkämpfen, auf das Siegereck geschafft. Dann, irgendwann Ü 50, kam der Einbruch. Mein Kopf wollte zunächst gar nicht begreifen, was meine Beine nicht mehr schafften. Ich stellte mich beim Arzt vor, und am Ende dann die Herz-OP, spä-

ter Komplikationen, die mich völlig aus dem Rennen nahmen. Dank einer ganzen Armada hervorragender Ärztinnen und Ärzte habe ich die Kurve noch einmal geschafft.

Um aber wieder richtig fit zu werden, musste ich selbst etwas tun. Mir wurde der TSV Glessen mit seiner Herzsportgruppe empfohlen. Und ich bin froh und dankbar, dass ich in dieser Gruppe wieder so fit geworden bin, dass ich meine alte



Unsere Herzsportgruppe 2018 – Übungsleiter Volker Göpel tritt nach 30 Jahren im Juli 2026 nach 30 Jahren beim TSV in den Ruhestand. Stephan steht in der zweiten Reihe als Dritter von rechts mit dem gelben Ball.



Volleyballtraining in der Herzsportgruppe 2003

Leistungsfähigkeit nicht mehr vermissen. Es erfreut mich, dass ich sehe, wie selbst vollkommen ungeübte Herzsportler*innen, darunter auch ältere Menschen Ü 80, wieder eine deutlich sichtbare Verbesserung ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit erreichen.

Wir sind eine tolle Gemeinschaft, die viel lacht, die aufeinander achtet, geleitet von einem besonders qualifizierten Übungsleiter: Volker Göpel ist mit großem Engagement schon seit Jahren unser „Vorturner“! Und Ulrike Meyer begleitet uns als leitende Ärztin mit einem ganzen Team aus Ärzten und Rettungssanitätern. Ich möchte aber auch meine Vorstandskollegin Inge Sönnichsen besonders erwähnen, die sich zusammen mit Heike Sasse ehrenamtlich um unseren doch sehr aufwändigen „Verwaltungskram“ kümmern. Es gibt nicht mehr viele Institutionen in unserer Gegend, die Herzsport anbieten. Das liegt auch an dem enormen Aufwand, der für die Durchführung gefordert wird. Und mit hohen Kosten verbunden ist dieser Sport auch.

Deshalb bin ich dem Vorstand des TSV Glessen und allen, die unsere Herzsportgruppe unterstützen,

dankbar, dass sie trotz des Aufwands am Herzsport festhalten. Der ganze Verein trägt uns mit! Das ist schon was Besonderes! Denkt bitte daran, es kann jeden treffen: entweder persönlich, in der Familie oder im Freundeskreis. Da ist es wunderbar, mit dem TSV Glessen einen so engagierten Verein an der Seite zu haben!

Und abschließend gesagt: Es macht Spaß mitzumachen, zunächst mit einer Stunde Gymnas-

tik, extra auf Herzpatienten zugeschnitten. Anschließend noch für die etwas fitteren Herzsportler eine halbe Stunde Volleyball; hier selbstverständlich auch unter Herzsportbedingungen, mit abgeänderten Regeln. Eine Altersbeschränkung gibt es nicht. Wir sind zurzeit eine Ü 50 Gruppe – Frauen und Männer.

Aufgrund fehlender Angebote sind die Aufnahmekapazitäten Gruppe leider begrenzt, die Warteliste ist lang. Derzeit können wir kaum noch neue Teilnehmer aufnehmen, weil uns eine Obergrenze vorgeschrieben ist. Fragen Sie trotzdem nach, es ergeben sich immer wieder mal neue Möglichkeiten. Voraussetzung ist eine ärztliche Verordnung. Sie treffen uns immer vor Ort mittwochs von 17:30 bis 19:00 Uhr und freitags 16:30 bis 18:00 Uhr in der alten Sporthalle an der Rochusschule.



Übungsleiter
Volker Göpel



Kein Sport ohne Blutdruckmessen: Dr. Signe Berger-Klapper koordiniert die medizinische Betreuung



Unglaublich, aber wahr: Der TSV Glessen feiert sein 50-jähriges Jubiläum. Seit einem halben Jahrhundert wird hier trainiert, geschwitzt, geatmet, gelacht, gewonnen, verloren und anschließend beim gemütlichen Beisammensein ausführlich analysiert, bei welcher Übung wem, was, wo am meisten, weniger, oder gar nicht wehtut. Oder warum der Schiedsrichter schuld war.

Mehr oder weniger fleißig habe ich auch das Angebot des TSV gerne genutzt. Ob den Körper von oben bis unten mal so richtig durcharbeiten bei Aerobic oder Pilates, oder beim Volleyball mit anderen um Punkte in der Mixedliga kämpfen, es war immer etwas geboten. Mit dem Latin-Aerobic-Trüppchen sind wir sogar einmal bei der Müttersitzung aufgetreten. Auch unsere Kinder haben ihre ersten sportlichen Erfahrungen beim Kinderturnen gesammelt. Über die Jahre sind so auch viele Bekanntschaften und Freundschaften entstanden.

Im Verein bleibt man halt nicht allein.

Irgendwann brauchte der Vorstand dringend Verstärkung, so darf ich seitdem das Vereinsleben aus einer ganz anderen Warte kennenlernen. Nun ist mir noch viel bewusster, wie viel Einsatz hier ehrenamtlich erbracht, wieviel Zeit und Herzblut von Übungsleitern oder Sporthelfern investiert wird, damit der Verein funktioniert und alle ein breites Sportangebot nutzen können.

Diese Einsatzbereitschaft, der Teamgeist, viel Sport und Spaß bleiben uns hoffentlich erhalten. Möge es immer ausreichend Nachwuchs für alle Positionen geben, so dass auch noch 75 und 100 Jahre TSV Glessen gefeiert werden können.



Ist immer da, wenn es etwas zu tun gibt: Antje (r.) als Streckenposten bei „Glessen läuft“



Sieben Spiele, sieben Siege: 2019 gelang unserem Volleyball-Mixedteam der Aufstieg in die Kreisliga. Mit dabei unsere 2. Vorsitzende Antje (2. v. l. hinten)



Aufschlag für Antje: Auch beim Badminton verstärkt sie unser Team



Wenn man an einen Sportverein denkt, kommen vielen zuerst Training, Bewegung, Wettkämpfe oder sportliche Erfolge in den Sinn. Doch aus meiner Sicht ist ein Sportverein weit mehr – er ist ein Stück gelebte Gemeinschaft. Es sind die Menschen und der Zusammenhalt in unserem Verein, die mich immer wieder auf's Neue begeistern.

Früher habe ich regelmäßig an TSV-Kursen teil genommen – Gymnastik, Pilates, Yoga... . Doch vor ca. zwei Jahren bekam ich von meiner Hausärztin die Ansage, ich müsse mehr für meinen Muskelaufbau tun, Gesagt, getan: Zwei-, eher dreimal die Woche zum Gerätetraining ins Fitnesscenter, meiner Gesundheit hat es sehr gutgetan.

Aber: Im Fitnesscenter trainiert jeder für sich allein, soziale Kontakte kommen weniger zustande. Ich habe einfach festgestellt, dass ich die TSV Kurse vermisse. Daher habe ich jetzt beschlossen, meine Aktivität im Fitnesscenter zu reduzieren

und wenigstens wieder zwei meiner früheren TSV-Kurse zu besuchen.

tere Mitglieder bleiben aktiv und mobil. Dabei geht es nicht nur um Leistung, sondern vor allem um Freude

Hier kennt man sich, hier entstehen Freundschaften, hier unterstützt man sich gegenseitig.

Das Miteinander ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Vereinslebens. Es wird miteinander gelacht, gefeiert, ob auf dem Sportplatz, in der Halle oder bei Vereinsveranstaltungen. Es ist gut für die Gesundheit, Kinder lernen spielerisch Bewegung und Teamgeist, Erwachsene finden einen Ausgleich zum Alltag, und äl-

an der Bewegung und die Erfahrung, gemeinsam etwas zu erreichen. Und gerade Teilnehmer*innen unserer Herzsportgruppe können ihre körperliche Leistungsfähigkeit verbessern und auch wieder Zuversicht und Lebensfreude gewinnen.



Inge (l.) in ihrem Element, z.B. an der Kasse mit Irene (Bild links) und Heike (Bild rechts) bei „Glessen läuft“





„Glessen läuft“ immer besser zu machen, ist eine Herzensangelegenheit von Thomas Kierdorf

BEISITZER THOMAS KIERDORF
ÜBER SEIN EHRENAMT

Aus dem Maschinenraum

Mit Richard als Nachfolger von Ute König begann 2014 auch meine Karriere im TSV. Ich erinnere mich noch daran, wie wir in Utes Wohnzimmer gesessen und Kartons mit allen möglichen Akten entgegengenommen haben. Als Beisitzer Marketing hatte ich das Vergnügen, mich mit der antiquierten Webseite zu beschäftigen, die mir mindestens so uralt wie die ersten TSV-Ordner erschien. Schon damals habe ich mir fest vorgenommen, alles neu und zeitgemäßer zu machen, aber was soll ich sagen, nichts hält länger als ein Provisorium. Vielleicht klappt es ja jetzt zum Jubiläum...

Jedes Jahr neu begeistern könn-

te ich mich dagegen für „Glessen läuft“. Als „Mann im Maschinenraum“ kümmere ich mich im Orga-Team neben der Streckenvorbereitung auch um die Läuferkommunikation, Werbung, Webseite, Online-Anmeldung, Zeitnahmetechnik und vieles mehr. Mein Herz brennt weiter dafür, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus unserem Familien-event ein rundum positives Erlebnis mitnehmen.

Eine besondere Bedeutung hat für mich auch die Gruppe „Fitness für alle“, in der ich seit mittlerweile 15 Jahren aktiv Sport treibe. Etwa die Hälfte des derzeitigen Vorstandes

inklusive der beiden Kassenprüfer rekrutiert sich aus der berühmten Fitnessgruppe. Neben unseren Vorstandstreffen ist dies ein Ort, an dem Zusammenhalt und Austausch großgeschrieben werden und sich Probleme schnell und auf kurzem Dienstweg lösen lassen. Inklusive anschließendem Kneipenbesuch, versteht sich. Darüber hinaus versuche ich da zu unterstützen, wo ich gerade gebraucht werde – von der Materialinventur bis zur Organisation von Festivitäten oder dem Austragen von Flyern. Als Schnittstelle zu den anderen Vereinen im Ort halte ich auch den Kontakt zu den anderen Vereinen der Dorfgemeinschaft, insbesondere dem SC Glessen und der Maigesellschaft – man kennt sich, man hilft sich untereinander.



Startnummernausgabe bei „Glessen läuft“: Die Digitalisierung erleichtert die Arbeit enorm



Unsere Wortfabrik: Beisitzerin Andrea Floß sorgt für gute Presse - hier bei „Glessen läuft“ 2023 beim Briefing mit Bürgermeister Volker Mießeler und TSV-Vorsitzendem Richard

ANDREA FLOSS, BEISITZERIN
PRESSE & ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Eine neue Heimat gefunden

Ich kann mit Fug und Recht sagen, ich bin von Kindesbeinen an beim TSV Glessen. Zwar waren es zu meinem Eintritt 2004 noch nicht die eigenen, sondern die meiner beiden Söhne. Während der Kleine friedlich im Maxi Cosi schlief, fuhr mein Großer hoch auf dem Blauen-Mattenwagen zum krönenden Abschluss des Eltern-Kind-Kurses durch die Turnhalle.

Wir sind 1998 aus unserer ersten gemeinsamen Wohnung nach Glessen gezogen, damals war mir Bergheim noch sehr suspekt. Für Sport und Freizeit zog es mich wei-

ter nach Köln. Erst als meine Jungs zum Fußball wechselten, wurde mir bewusst, was mein Verein noch alles so zu bieten hat. Begeistert probierte ich alles aus: Gymnastik, Aerobic, Powerworkout, Bodyforming, Badminton, Pilates und Yoga. Verschwitzt auf der Matte wird man schnell unvorsichtig und die Grenzen zwischen Privatem und Beruflichem verschwimmen: Als freie Journalistin könnte ich den TSV ja mal in Sachen Pressearbeit unterstützen, äußerte ich leichtfertig gegenüber dem damaligen Schatzmeister und Quotenmann Gerd Kramm: Und zack – hatte ich bei der nächsten Mitgliederversammlung im März 2014 das Amt der Beisitzerin an der Backe.

Ich habe es nie bereut und bin stolz darauf, was wir mit unserem kleinen ehrenamtlichen Team hier in Glessen bewegen. Gemeinsam haben wir es immer wieder geschafft, Herausforderungen zu meistern und flexibel neue Entwicklungen aufzugreifen. Veranstaltungen wie „Gles-



Von Anfang an aktiv bei „Glessen läuft“ dabei, damals noch auf Asche walkend im Waldstadion

sen läuft“ haben den TSV weit über die Dorfgrenzen hinaus bekannt gemacht. Durch unsere Social-Media-Kanäle bei Facebook und Instagram sind wir noch näher dran an unseren Mitgliedern. Ich habe beim TSV Glessen und seinen Menschen nicht nur meine sportliche Heimat gefunden, sondern neue Freunde und ein Zuhause. Hier kann man bewegt alt werden.



Scheckübergabe 2016 an den Förderverein Sportplatz mit dem SC und Andrea & Tommi als Vertreter des TSV

Gruppenfoto 2013, der gequälte Autor ist der 4. von rechts

ANDREAS KOCH ÜBER „FITNESS FÜR ALLE“

Toben, Springen, Flitzen für Erwachsene

Das mit am längsten bestehende Sportangebot des TSV Glessen zu beschreiben und zu würdigen, ist eine ehrenvolle Herausforderung. Seit 46 Jahren treffen sich allwöchentlich dienstags gut 20 Männer und Frauen zum ... ja doch ... zum Sport.

Walter Reckien begründete das Angebot „Fitness für alle“. Allein der Titel der Sportgruppe atmet noch den Trimm-Dich-Geist der 70er. Aber spätestens als Hermann Wachten 1989 die Gruppe übernahm, waren der sportiven Kreativität und Herausforderung keine Grenzen mehr gesetzt. Neben Kas-

ten, Seilen, Matten aller Art, Stäben, Bällen – rund und eckig –, Steppern und Schlägern wurden auch Gerätschaften eingesetzt, die man eher selten in einer Sporthalle vermuten würde: Stühle, die berühmten Teppichfliesen, zuletzt Biergläser. Und alles für den Sport, alles mehr oder weniger für die Gesundheit (inklusive der ein oder anderen Blessur).

Die Tradition des fröhlichen Ausprobierens, was Körper, Geist und Ding so hergeben, wurde auch von Hermann Wachtens Nachfolger, Peter Stickling, aufs Schönste fortgesetzt und zuletzt auch von Leonie Sasse fantasievoll ausgebaut. Und sollte die sportliche Leitung einmal ausfallen, fallen dem TSV-Vorsitzenden Richard Beckschulte sicher 20 Laufvarianten ein, die trainiert werden. Das alles fordert und fördert die Muskeln, den Herz-Kreislauf, die Mobilität und nicht zuletzt die gute Laune und die Geselligkeit. Letztere wird dann nach dem obligatorischen Ballspiel bei Ronny

& Doina in der 3. Halbzeit gepflegt.

In den Sommerferien ist dann auch keine Pause. Denn dann geht's auf dem Rad wöchentlich quer durch den Erftkreis, frei nach dem Motto „Wer kommt, der kommt“ – mal zu zweit, mal mit 20 Radlerinnen und Radlern. Im ehrenden Andenken an den prägenden Hermann Wachten geht die erste Tour immer an sein Grab zum Friedwald bei Worringen.

Das Besondere der Gruppe ist die Mischung aus jung und alt, großer persönlicher Verbundenheit, Offenheit für sportive Experimente ... und einem gesunden Maß an „Spaß an der Freude“ – eben Fitness für alle und alles!



Peter Stickling leitet die Fitness-Gruppe seit 2020



Andreas Koch (r.) sorgt als Moderator von „Glessen läuft“ seit Jahren für beste Stimmung

Franziska (3. v.r. vorn) mit ihren Yogis

RÜCKENGYMNASTIK & YOGA MIT FRANZISKA

„Eine tolle Gemeinschaft“

Seit 2019 bin ich als Übungsleiterin beim TSV Glessen aktiv. Angefangen hat alles mit Kinderyoga – teilweise sogar direkt in der Kindertagesstätte statt in der Sporthalle. Wo der Kurs stattfand, war eigentlich nebensächlich, denn die Arbeit mit den Kindern hat mir immer unglaublich viel Freude bereitet und mich sehr erfüllt.

In dieser Zeit kam irgendwann eine Anfrage per Mail an alle ÜbungsleiterInnen nach einer Nachfolge für den Wirbelsäulenkurs am Donnerstagabend. Der Verein war sehr traurig, die geschätzte bisherige Übungsleiterin zu verlieren, und es galt, in große Fußstapfen zu treten. Erfahrung mit Erwachsenen hatte ich bis dahin kaum, dafür aber umso mehr Freude an Bewegung und der Arbeit mit Menschen. Also dachte ich mir: Warum nicht einfach ausprobieren?

Nach meiner Probestunde in der alteingesessenen Donnerstagsgruppe kam Hannelore, eine unserer ältesten Teilnehmerinnen, zu mir und sagte mit einem Schmunzeln: „Das

hast du ganz nett gemacht – du kannst aber ruhig noch ein bisschen drauflegen. Wir sind alle fit!“ Diesen Satz habe ich mir offenbar sehr zu Herzen genommen. Nach einigen Fortbildungen sowie dem Erwerb der Trainer-A- und B-Lizenz entwickel-

te sich aus dem Kurs eine tolle Gemeinschaft, die stetig gewachsen ist. Mittlerweile trainieren donnerstags oft bis zu 30 Mitglieder gemeinsam – und die positive Energie an jedem Abend begeistert mich immer wieder aufs Neue.

Besonders beeindruckend finde ich, dass einige meiner Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer bereits über 80 Jahre alt sind und alle mit so viel Motivation, Freude und Fitness dabei sind. Sie sind für mich eine echte Inspiration.

Leider kam 2020 dann Corona, aber ich konnte Richard davon überzeugen, Online-Gymnastikstunden anzubieten. Auch hier musste ich mich erst einmal mit einer Probestunde bewähren, bevor das Konzept grünes Licht bekam. Zum Glück mit Erfolg – viele Kurse des Vereins sind während der Pandemie online weitergelaufen.

Seit Oktober 2024 leite ich außerdem den Yoga-Kurs beim TSV – ur-



Immer volle Halle bei der Rückengymnastik mit Franziska am Donnerstag, 18 Uhr



Franziska mit ihren Rücken-Kursteilnehmern

sprünglich nur als Vertretung für ein Jahr gedacht. Inzwischen ist mir dieser Kurs zu einer echten Herzensangelegenheit geworden, denn Yoga begleitet mich bereits seit über 30 Jahren und ist bis heute ein wichtiger Teil meines Lebens.

Wenn ich auf die letzten Jahre zurückblicke, merke ich, wie sehr mich besonders der Donnerstagabend geprägt und begleitet hat. Aus einem „Ich probiere das einfach mal“ ist ein fester Bestandteil meines Lebens geworden. Die gemeinsamen Stunden, das Vertrauen der Gruppe, das Lachen, Schwitzen und die vielen schönen Begegnungen tragen bis heute auch zu meinem eigenen Wohlbefinden bei. Dafür bin ich sehr dankbar. Zum 50-jährigen Jubiläum wünsche ich dem TSV weiterhin so viel Zusammenhalt, Offenheit und Freude am gemeinsamen Sport, wie ich sie in all den Jahren erleben durfte. Die Wertschätzung, die mir als Übungsleiterin immer entgegengebracht wurde, bedeutet mir sehr viel – und genau das macht einen Verein am Ende wirklich besonders.

QI GONG MIT BIRGIT

Go with the Flow – In der Ruhe liegt die Kraft



Mit über 30 Jahren Berufserfahrung als Diplom-Sportlehrerin, Tai Chi- und zertifizierte Qi Gong- und TAO Healing - Trainerin bietet unsere langjährige Übungsleiterin Birgit Rüschoer (2.v.l.) seit 1995 verschiedene Formen der Körper- und Energiearbeit an. Während ihres Studiums an der Sporthochschule in Köln, wo sie ihren späteren Ehemann Nassrullah (mehr zu ihm im Kapitel „Leichtathletik“) kennenlernte, kam Birgit mit den traditionellen chinesischen Heilkünsten Qi Gong und Tai Chi Chuan in Berührung. Ihre Skepsis, diese beiden exotischen Bewegungsformen 1995 nach Glessen zu importieren, bewies sich als völlig unbegründet – die Nachfrage war von Anfang an rege.

Während Tai Chi wieder aus dem Programm verschwunden ist, hält sich Qi Gong weiter. In unserer hektischen Zeit fällt es immer schwerer, zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden.

Energielosigkeit, Stress und Erschöpfung sind ständige Begleiter. Sich bewusst Zeit für sich zu nehmen, verursacht vielen Menschen ein richtig schlechtes Gewissen. Die einfachen und altbewährten Techniken des Qi Gongs mit ruhig fließenden Bewegungen, Achtsamkeitsübungen und Entspannungsverfahren bringen Körper und Geist wieder ins Gleichgewicht, helfen Stress abzubauen und die Lebensenergie (Qi) zu aktivieren. Die Atmung vertieft sich und der Geist fokussiert. Regelmäßige Praxis (Gong) stärkt nachweislich die Selbstheilungskräfte.



Das innere Lächeln wecken: Mit Qi Gong führt Birgit Rüschoer (2.v.l.) zur Tiefenentspannung und inneren Ruhe.

te, verbessert Beweglichkeit und Körperhaltung und fördert eine tiefe mentale Entspannung – ideal zur ganzheitlichen Prävention und Gesundheitsförderung. Qi Gong ist für jedes Alter und Fitnesslevel geeignet, die Intensität kann individuell angepasst werden. In ihrer eigenen Praxis in Glessen bietet Birgit mit dem Meridian-Ausgleich Wege zu tiefer Entspannung und mehr Wohlbefinden. In der traditionellen chinesischen Medizin sind Meridiane die Leitbahnen, durch die unsere Lebensenergie fließt. Sind sie blockiert, wird der Mensch krank. Durch eine sanfte Druck- und Streich-Massage kommt das Qi wieder in Fluss, Blockaden lösen sich auf und die Selbstheilungskräfte

werden aktiviert. Zu einer gesunden Lebensführung gehören außerdem Achtsamkeit und die Fähigkeit, ganz bei sich zu sein und den Moment zu genießen. Das Gedankenkarussell anhalten, einmal keinen Erwartungen entsprechen zu müssen und ganz bewusst zu entschleunigen, gibt neue Kraft und weckt unser inneres Lächeln.



Tai Chi Chuan mit Birgit (3.v.l.) 2017

GYMNASTIK & POWERWORKOUT MIT SUSANNE

Wenn sich die Familie trifft



Gymnastik klingt erst einmal wenig prickelnd nach Turnhalle und Schulsport. Was Personaltrainerin Susanne Godenau beim TSV daraus gemacht hat, ist aber alles andere als altbacken: Elemente aus dem Yoga, Pilates, Aerobic und Stretching vereinen sich zu einem intensiven Ganzkörpertraining, das Kraft und Ausdauer kombiniert. Egal, ob gesundheitsförderndes Rückentraining (Montag 15-16 Uhr), strafferes Bodyforming (Montag 20-21 Uhr; seit Anfang 2026 von Leonie Sasse geleitet) oder Powerworkout mit Geräten (Mittwoch 20-21:30 Uhr) – die Kursnamen ändern sich, der Effekt bleibt. Mit ihrem proppenvollen

Gymnastikkurs mittwochs von 10:30-11:30 Uhr im Vereinsheim kann der TSV gleich zwei Neuheiten anbieten: den ersten Vormittagskurs in der Vereinsgeschichte und die Nutzung der neuen Räumlichkeiten auf dem Sportplatz.



Effektive Rückengymnastik mit Susanne montags von 15-16 Uhr

Mit Musik fällt alles leichter, Equipment wie Hanteln, Gummibänder, Bälle oder Schwingstäbe sorgen für Abwechslung und pushen ordentlich. Nach dem Warmup geht es auf die Matte, zum Schluss kommt der Kreislauf noch mal richtig in Schwung. Die Treue der Kursmitglieder spricht für sich: Ob alt, ob jung, Susanne nimmt jeden mit, viele sind schon seit Jahren dabei und besuchen gleich mehrere Kurse. Die „Familie“ trifft sich auch zu Weihnachtsfeiern, zum Feriensport oder zur Not auch online.



Powerworkout mit Susanne mittwochs von 20 bis 21:30 Uhr



Unsere Mixed Volleyballteam 2026 mit
Trainer Mathias (hinten Mitte), derzeit
Tabellenzweiter in der Kreisliga

MIXED VOLLEYBALL BEIM TSV

Wir wollen Spaß – wir geben Gas – zusammen!

Aus der einst kleinen Volleyball-Abteilung haben sich zeitweise drei Gruppen gebildet: eine Hobby-Mixed Mannschaft, die Freizeitvolleyballer und die Jugendlichen. „Unsere etwa 40 Volleyballer sind eine bunt gemischte Gemeinschaft mit individuellen Teams, die sich kreativ präsentieren. Nicht nur, dass sie sich Trainingszeiten in fremden Hallen suchen, sondern sie organisieren sich selbst und melden sich nur dann beim Vorstand, wenn sie einen Zuschuss für das Auswärtsturnier in Freiburg, für die Weihnachtsfeier oder neue Bälle brauchen“, heißt es in der Chronik von 2001. Daran hat sich im Wesentlichen bis heute nichts geändert, wie Engelbert berichtet:

Wir sind die Mixed- Volleyballmannschaft in Glessen und decken über die Jahre seit unserem Bestehen ein Altersspektrum von 20 bis 60 Jahren ab. Wir kommen aus unterschiedlichen Verhältnissen und wohnen alle in Glessen oder der näheren Umgebung. Die persönliche

Vita, der Status oder die berufliche Karriere spielen bei uns überhaupt keine Rolle. Vielmehr eint uns der Spaß am Sport im Allgemeinen, im Besonderen der Ballsport und dabei die Vorliebe für Volleyball. Bei einigen von uns sowohl in der Halle als auch im Sand. Wir sind keine Hochleistungssportler, jedoch motiviert es uns, uns körperlich zu erüchtigen und dabei unseren Spaß zu haben und mit anderen zu teilen. Daher lautet unser „Begrüßungsschlachtruf“ auch: GLESSEN - WIR WOLLEN SPASS- WIR GEBEN GAS - ZUSAMMEN.

Was wir suchen, ist ein Ausgleich zu den alltäglichen Herausforderungen, sei es im Beruf, in der Familie oder den vielen negativen globalen Ereignissen. Einfach mal abschalten, nette Menschen treffen, die ein gemeinsames Interesse teilen.

Das Besondere bei uns ist, dass wir ein „wild gemischter Haufen“ sind, bestehend aus vielen verschiedenen Persönlichkeiten, die

sich für dieses gemeinsame Interesse zusammenfinden, Freude bei dem haben, was sie tun und diese mit anderen teilen können. Dabei lernt man schnell, dass jede und jeder auf seine Art ein besonderer und liebenswerter Mensch ist. Man muss sich nur darauf einlassen und offen aufeinander zugehen. In die gemeinsamen Trainings und Spielen innerhalb der Kreisliga, in der wir derzeit spielen, gehen wir voller gegenseitiger Motivation und freuen uns sehr über ein gewonnenes Spiel. ABER – auch wenn wir mal verlieren, ist es nicht weiter tragisch. Natürlich ist ein wenig Enttäuschung dabei, jedoch weicht diese schnell der Freude auf das nächste Training und die kommenden Spiele. Dabei haben wir über die Jahre mehrere Trainer und eine Trainerin gehabt, die uns stets gut begleitet und weitergebracht haben – vielen Dank an alle dafür an dieser Stelle! Aktuell werden wir von Mathias trainiert und unser Training findet jeden Montag von 18.00-20.00 Uhr in der „Neuen Halle“ statt.



Rückblick auf die letzten Jahre

Nachdem den Glessenern 2019 der Aufstieg in die Kreisliga gelungen war, bremste Corona den Erfolgskurs erst einmal aus. Während andere Mannschaften sich aufgelöst haben, blieben die Glessener am Ball und sind bis heute hochmotiviert.

Bis 2015 Trainer Dirk Gaastra; gespielt wurde in der Kreisklasse, Kreisliga und kurzzeitig auch in der Bezirksliga. Training 2x die Woche in der „Alten Halle“.

2015 – 2025 Trainerin Silke Ihlenfeld-Tiedje; gespielt wurde in der Kreisklasse und in der Kreisliga. Training 2x die Woche in der „Alten Halle“ und später 1x die Woche in der „Neuen Halle“, auf Turnieren oder im Sommer zusätzlich im Sand.

2023 ging mit Trainer Simon Esser kurzzeitig eine zusätzliche Gruppe für junge Erwachsene außerhalb des Wettkampfbetriebs an den Start.

2026 bis heute Trainer Mathias Tils; gespielt wird in der Kreisliga; Training 1x die Woche montags 18.00-20.00 Uhr in der „Neuen Halle“. Im Sommer hin und wieder auch Beachvolleyball.

Highlights:
 Saison 2017/2018: Tabellenzweiter in der Kreisklasse
 Saison 2018/2019: Tabellensieger und Aufstieg in die Kreisliga
 Saison 2025/2026: noch laufend, derzeit Tabellenzweiter Kreisliga

Beim ersten Hobby-Turnier unserer neuen Mixed-Basketball-Ü16-Mannschaft ging das Team am 20.09.2025 als Sieger vom Platz.



BASKETBALL BEIM TSV GLESSEN

Just for fun

Seit 1995 wird beim TSV Glessen Basketball und Badminton gespielt. Als die Basketballabteilung 1999 kurzzeitig wegen Umzug keinen Übungsleiter mehr hatte, kehrte Jan Hoffmann extra aus Köln zurück, nahm schnell an einem Lehrgang teil und rettete so den Fortbestand der Truppe. 2019 übernahm Steffen Wingefeld das Basketball-Training für Kinder und Jugendliche. Dribbeln, Passen, Werfen und Koordination - früher wie heute stehen diese vier Ballfertigkeiten im Vordergrund. Kinder und Jugendliche im Alter von ca. sieben bis 12 Jahren haben einmal die Woche die Möglichkeit, den Sport von der Pike auf zu lernen und sich gegenseitig herauszufordern. Kleine Spiele und Wettkämpfe, verschiedene Übungen mit und ohne Ball spornen die jungen Teilnehmer an, alles zu geben. „**Basketball für Kids**“ für 7- bis 12-Jährige findet immer freitags von 18 bis 19:30 Uhr mit Luke und Moritz in der Alten Halle statt. Nach den Sommerferien übernimmt Christian für Moritz das Training.

Basketball für Erwachsene und ältere Jugendliche ab 16

Dank der beiden Glessener Michael Karrasch und Christian Gerhard, die sich nach Familiengründungs- und Hausbauphase wieder verstärkt ihrem Liebeslings-Hobby – ihrer „schönsten Nebensache der Welt“ – widmen wollten, hat der TSV seit Oktober 2023 auch wieder eine Mannschaft für Erwachsene und ältere Jugendliche am Start. Michael Karrasch spielt seit 1990 Basketball und hat fast alle Jugendmannschaften bei der BG Bonn – später Telekom Baskets Bonn – bis zur Kreisliga A durchlaufen, wo er 2006 seine aktive Vereinskarriere beendet hat. Als Nachfolgerin von Christian wirft Julia Schünemann-Fischer inzwischen die Körbe. Trainiert wird „just for fun“ immer donnerstags von 20-21:30 Uhr in der Alten Halle.





**HOBBY
BASKETBALL
TURNIER**

**12.09.2026
AB 12 UHR**

MODUS: 5vs5
ORT: MEHRZWECKHALLE GLESSEN

Infos: <https://www.tsv-glessen-basketball.de/hobby-turnier-glessen>

TEILNEHMENDE TEAMS:

- TSV GLESSEN 1976/86
- BRAUWEILER TuS 1951 e.V.
- LC JUGEND BERGHEIM e.V. 07
- BC PESCH KÖLN 2004
- BSG Stadt Köln e.V. Betrieblich. Sportlich. Gesund.
- PULHEIMER SPORT CLUB PSC BASKETBALL

EINTRITT FREI FÜR ZUSCHAUER

2. Basketball-Hobby-Turnier und Lange Nacht des Jugendbasketballs

Nach der erfolgreichen Premiere im Vorjahr lädt das Basketball-Ü16 Team am Samstag, 12. September 2026 ab 12 Uhr erneut zu einem Hobby-Turnier in die Mehrzweckhalle an der Rochusschule. Eingeladen sind der Pulheimer Sportclub, die LC Jugend Bergheim, der TuS Brauweiler, die BSG Stadt Köln und der BC Pesch, Gespielt wird 5 gegen 5. Der Eintritt für Zuschauer ist frei.

Am Tag davor, Freitag, 11.09.2026 von 18 bis 22 Uhr findet erstmals eine „Lange Nacht des Jugend-Basketballs“ statt. Bei Snacks, Getränken, einem Film und natürlich Basketball ist viel Spaß zu erwarten. Anmeldung bei den Trainern oder info@tsv-glessen.de

Am Tag davor, Freitag, 11.09.2026 von 18 bis 22 Uhr findet erstmals eine „Lange Nacht des Jugend-Basketballs“ statt. Bei Snacks, Getränken, einem Film und natürlich Basketball ist viel Spaß zu erwarten. Anmeldung bei den Trainern oder info@tsv-glessen.de

Beliebt wie eh und je

Badminton wird beim TSV Glessen seit 1995 gespielt und erfreut sich weiter großer Beliebtheit bei Jugendlichen und Erwachsenen. Wegen der zu geringen Hallenhöhe ist ein regelkonformer Spielbetrieb in der Mehrzweckhalle an der Rochusschule leider nicht möglich. Trotzdem lässt sich das Team um

Trainer Nassrullah Rahmatyan nicht unterkriegen (mehr über ihn im Kapitel „Leichtathletik“). Mittlerweile werden die Bälle dreimal in der Woche übers Netz geschmettert, montags von 18:30 – 20 Uhr in der Alten Halle, donnerstags von 20 bis 21:30 Uhr und freitags von 18 bis 19 Uhr jeweils in der Neuen Halle.

Für den Anfang stellt der Verein Leihschläger zur Verfügung.



Die Badmintongruppe 2026 und 2016



TRENDSPORT IN GLESSEN

„Pickleball“ schlägt richtig ein



In Glessen muss man nicht reich und schön sein, um jede Menge Spaß beim Sport zu haben. Als erster Sportverein im Rhein-Erft-Kreis bieten wir seit November 2023 die Trendsportart Pickleball an, dem Hollywoodstars wie George Clooney, Leonardo DiCaprio, den Kardashians oder Tennisidole wie Andre Agassi und John McEnroe verfallen sein sollen.

Was sich etwas gewöhnungsbedürftig anhört, ist eine süchtig ma-

chende Mischung aus Tennis, Badminton und Tischtennis, die gerade in einer großen Welle aus Nordamerika im Rest der Welt aufschlägt. Erfunden haben den angesagten Teamsport drei Väter aus Bainbridge Island an der Westküste der USA 1965 zur Bespaßung ihrer Kinder. Woher das „Pickle“ kommt – ob vom gleichnamigen Familienhund, der gern Bällen hinterherjagte, oder vom „Pickleboat“, in dem bei Ruder-Wettbewerben immer nur der klägliche Rest – die Gurkentruppe – saß, egal. Initiator Philipp Müller-Öhring (r.) musste den TSV-Vorsitzenden Richard Beckschulte jedenfalls nicht lange überreden, um den angesagten Rückschlagsport nach Glessen zu holen. Eine Variante ist in Richards alter Heimat – dem Münsterland – unter dem Begriff „Speckbrett“ nicht totzukriegen – zumindest liefert ein eckiges Küchenbrettchen

mit Griff auch keinen besseren deutschen Namen.

Langsamer und gelenkschonender als Tennis, kommt der boomende Ballsport bei Jung und Alt, Männer und Frauen gleich gut an. Der große Reiz besteht darin, dass Pickleball einfach jeder spielen kann und leicht zu lernen ist. Erste Erfahrungen sind von Vorteil, aber nicht unbedingt notwendig. Wer schon einen eigenen Schläger hat, kann den zum Kurs mitbringen, der Verein stellt für den Anfang aber auch Paddle-Leihsets bereit. Gespielt wird meist im Doppel immer dienstags von 20 – 21:00 Uhr in der Neuen Halle, neuer Trainer ist Toni Lauletta.





NASSRULLAH RAHMATYAN

Leichtathletik für Kinder und Jugendliche

Nassrullah Rahmatyan, laut Chronik 2001 der „meistbeschäftigte Übungsleiter“ des TSV, hat Leben in die Kinder-Leichtathletik gebracht. „Mittlerweile sieht man bei den Übungsstunden im Waldstadion wieder etwa 20 Kinder, die begeistert bei der Sache sind“, heißt es.

Im Iran geboren, in Afghanistan aufgewachsen, kam Nassrullah Mitte der 80-Jahre nach Deutschland. Deutsch zu lernen fiel ihm anfangs nicht leicht. Im Fußball dagegen war der junge Sportstudent so gut, dass der SC Glessen auf ihn aufmerksam wurde und den talentierten Landesliga-Spieler für seine Erste Mannschaft anwarb. An der Sporthochschule in Köln hatte der junge Lehramtsstudent auch seine spätere Frau Birgit Rüschröer kennengelernt. Mitte der 90er Jahre zog das sportliche Traumpaar nach Glessen, ein Glücksfall für den TSV, der die beiden bis heute zu seinen aktiven Übungsleitern zählen darf. Während „Nasser“ in den Anfangsjahren für Herzsport, Badminton und

Leichtathletik zuständig war, brachte Birgit Tai Chi Chuan und Qi Gong ins beschauliche Glessen und übernahm den Jazztanz.

Leistungssport ist nicht das Ziel. „Die Kinder sollen bei uns einfach Spaß an Sport und Bewegung haben, weg vom Handy und Spielkonsole, und grundlegende Fähigkeiten lernen“, so Nassrullah. Zu sehen, wie kleine Spiele seine Schützlinge bei Laune halten, motiviert den engagierten Sportlehrer und Vater von zwei Töchtern jedes Mal auf's Neue.

Von den Oster- bis zu den Herbstferien läuft das Training draußen im Waldstadion, im Winter in der Halle, jeweils dienstags von 17-18 Uhr für 9- bis-12-Jährige mit Unterstützung der Sporthelferinnen Ella Lüdecke, Felia Frankenberg und Verena Ditzges, freitags von 15 bis 16 Uhr mit Anna Radtke, Lara Wewer und Isabel Ditzges für 6- 9-Jährige, ambitionierte Jugendliche trainiert Bodo Gesche, dienstags von 18 bis 19 Uhr und donnerstags von 19 bis 20 Uhr auf dem Sportplatz.



Deutschland sucht den Supersprinter



Sophie & Laura Gesche © TV Herkenrath

Die großen Erfolge unserer Leichtathleten Mitte der 90er Jahre weckten Begehrlichkeiten bei anderen Vereinen, die unseren Nachwuchs für die eigenen Reihen abwarben. Danach dümpelte die Gruppe lange vor sich hin, aber über der Glessener Höhe gingen schon zwei neue Sterne auf. Ab 2007 überschlägt sich die Presse geradezu mit Sensationsmeldungen im Lokalsport. Genannt werden immer wieder zwei Namen, die Zwillingsschwwestern Laura und Sophie Gesche, Jahrgang 1998, trainiert von ihrem Papa Bodo, der auch heute noch unsere Jugendlichen coacht.



Der Vater des Erfolgs: unser Jugendtrainer Bodo Gesche. Training ist immer dienstags 18-19 Uhr und donnerstags 19-20 Uhr auf dem Sportplatz

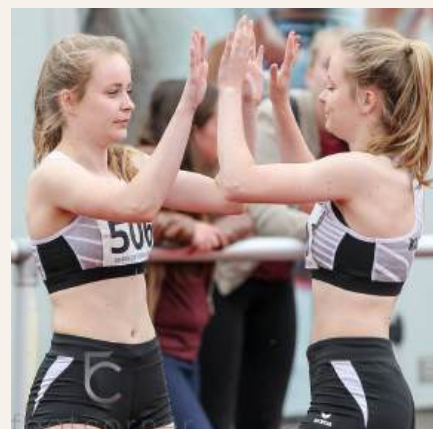
„Nach jahrelanger Abstinenz traten die Leichtathleten des TSV Glessen wieder in Erscheinung. Bei den Mehrkampfmeisterschaften der Schüler- und Schülerinnen D des Kreises Köln in Habbelrath konnte sich in der 4 x 50 Meter Staffel das Quartett Klara Jakob, Christina Luisa Hamm, Sophie und Laura Gesche mit

einem vierten Platz gegen die starke Konkurrenz vom ASV Köln und LT DSHS (Leichtathletik Team Deutsche Sporthochschule) behaupten“, jubelt der Kölner Stadtanzeiger am 2. Oktober 2007. Staffellauf, Weitsprung, Schlagball, Hochsprung, Hürden, Drei- und Vierkampf: Im September 2009 kommt es mit Teamspirit zu einer wahren Titelflut für den TSV Glessen, mit dabei auch Tanja Hill, Theresa Beck, Anna Witt, Klara Jakob, Alessa Schittko, Sabrina Komor, Lea Kleinsorge, Emma Holzapfel und Sophia Gräfling. Bei den Jungs liegen Samuel Jakob, Jonathan Sapp, Kai Beckschulte und Jan Steinkrüger vorn.

Ein einmaliges Erlebnis für die beiden Schwestern war die Teilnahme am größten deutschen Leichtathletikevent, dem ISTAF am 11.09.2011 im Berliner Olympiastadion. Vorausgegangen waren bundesweite Qualifikationswettkämpfe im Rahmen der Veranstaltung „Deutschland sucht den Supersprinter“, ausgerichtet vom Verein Deutsche Talentförderung. Laura und Sophie qualifizierten sich in der Altersklasse W13 beide mit der exakt gleichen Zeit von 3,78 Sekunden für das Finale und erreichten „fliegend“ beim Endlauf vor 50.000 Zuschauern den siebten (Sophie) und den neunten Platz (Laura).

Inzwischen sind unsere beiden „Rennmäuse“ 27 Jahre jung, Laura studiert Zahnmedizin und hat schon den Psychologie-Bachelor, Sophie ist Rechtsreferendarin und bereitet sich auf das zweite das Jura-Staatsexamen vor. Solche Talente kann man nicht aufhalten: 2017 erfolgte der Wechsel zum Leichtathletik-Team der Deutschen Sporthochschule, seit Januar 2025 sprinten die schnellen Schwestern für den TV Herkenrath. Ihre Begründung: „Neue sportliche Impulse setzen und die Möglichkeit haben, gemein-

sam mit anderen Langsprinterinnen zu trainieren und Staffeln zu laufen“. Ihre größten sportlichen Erfolge bisher: Sophie hat über 400m



Laura und Sophie Gesche für das LT DSHS Köln 2019 bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften © footcorner

eine Bestleistung von 56,81 Sek. und wurde mit dem LT DSHS Köln 2018 und 2019 deutsche Meisterin in der 4x400m-Staffel der U-23. Lauras größter Erfolg (400m-BL: 58,32 Sek.) war 2017 eine Bronzemedaille bei den Deutschen Meisterschaften in der 4x400m-Staffel der U-20. Für ihren neuen Verein schafften sie prompt 2025 in der 4x400m Frauenstaffel bei den Deutschen Langstaffel Meisterschaften in Hamburg mit Bronze den Sprung aufs Treppchen.

Weiter viel Erfolg – wir sind so stolz auf euch!!

Kreismeistertitel geholt

Team vom TSV Glessen war bei den Kreismehrkampfmeisterschaften erfolgreich

Sonntags Post

Zwei Siege für den TSV Glessen

4x50-Meter-Staffel läuft auf den 3. Platz



■ Beim ASV-Schülersportfest in Köln schnitten die Leichtathletinnen des TSV Glessen erfolgreich ab.

Bergheim-Glessen (red). Beim ASV-Schülersportfest in Köln schnitten die Leichtathletinnen des TSV Glessen erfolgreich ab.

Laura Gesche siegte im Schlagball der Altersklasse W 11 ganz unerwartet und teilte mit 38 Metern eine persönliche Bestleistung auf. Tanja Hill gewann die 50 Meter der W 10 ebenfalls mit neuer Bestzeit.

8,10 Sekunden, Vereinskollegin Klara Jakob wurde hier Vierte in 8,29 Sekunden.

Im Weitsprung sicherte sich Klara Jakob den zweiten Platz mit 3,81 Metern.

Die 4x50-Meter-Staffel des TSV Glessen belegte in der Besetzung Tanja Hill, Klara Jakob, Sophie Gesche und Laura Gesche den dritten Platz in 31,20 Sekunden.



LEICHTATHLETIK
Titelflut
für den
TSV Glessen



Supersprinter gesucht



Leichtathleten trumpten auf

Schüler des TSV Glessen beim ASV Köln

Bergheim-Glessen (red). Mit 21 Athleten im Alter von 5 bis 13 Jahren nahm der TSV Glessen beim Schülersportfest des ASV Köln teil.

Neben vielen neuen Bestleistungen gab es sechs Siege, fünf Silber- und fünf Bronzemedailles für die Nachwuchsathleten und dem zahlreich angereisten Anhang zu bejubeln.

Samuel Jakob (M 11) gewann die 50 Meter in 7,74 Sekunden, den Weitsprung mit 4,22 Metern und belegte im Schlagball mit 42 Meter den zweiten Platz.

Einen Sieg konnte ebenfalls Sabrina Komor (W11) über 50 Meter in 7,82 Sekunden verbuchen: Im Weitsprung musste sie mit 4,02 Metern nur einen Konkurrentin den Vortritt lassen. Im Schlagball wurde sie mit 27 Meter Fünfte.

Weitere Siege gab es für die Mädchenstaffeln des TSV Glessen.

Die Schülerinnen B siegten über 4x75 Meter mit Sarah Siefen, Sophie Gesche, Laura Gesche und Klara Jakob überlegen in 41,74 Sekunden.

Auch die 4x50 Meter-Staffel der Schörlorinnen D gewann in 35,93 Sekunden recht deutlich.

Es liefen Larissa Hamacher, Luisa Holzappel, Mariene Meier und Christina Antoniou.

Den sechsten Sieg holte Mariene Meier im Dreikampf der Altersklasse W9 mit 1111 Punkten.

Weitere zweite Plätze erreichten Klara Jakob (W 12) über 75 Meter in 11,10 Sekunden, Laura Gesche (W13) im Schlagball mit 45 Meter und die 4x50-Meter-Staffel (31,89 Sekunden) der Schülerinnen C, die in der Besetzung Emma Holzappel, Sabrina Komor, Alessa Schiltko und Ilka Hemmers antraten.

Dritte Plätze erreichten Sophie Gesche (W13) über 75 Meter in 10,61 Sekunden (Vorlauf 10,38 Sekunden), Klara Jakob mit 4,11 Meter im Weitsprung und über 800 Meter in 2:54,92 Minuten, Alessa Schiltko ebenfalls über 800 Meter in 3:06,89 Minuten und Ilka Hemmers (W13) im Schlagball mit 24,50 Meter.



In seinem ersten Wettkampf glänzte Niklas Hamacher mit einem 4. Platz im Weitsprung der Altersklasse M11 mit 3,60 Meter und einem 5. Platz im 50-Meter-Sprint in 8,09 Sekunden.

Im Dreikampf der AK W9 belegten Luisa Holzappel und Christina Antoniou die Plätze 4 und 5 mit 360 beziehungsweise 792 Punkten.

Über gute Leistungen freuten sich Sarah Siefen (12. Platz über 75 Meter in 11,47 Sekunden), David Duckweiser (10. Platz im Weitsprung 3,55 Meter), Tayfun Dinc (9. Platz im Schlagball 25 Meter), Raya Baumgarten (Dreikampf W9), Julia Krist (Dreikampf W8), Maya Reichert (Dreikampf W8) und Janis Broidenberger (Dreikampf M8).

Jeck auf Bewegung von klein auf

Seit Juni 2016 vergibt der Kreissportbund die Auszeichnung „Bewegungsförderung in Verein und Kita“ speziell auch für Kindertagespflegen. Als „Sportverein mit dem Schwerpunkt Bewegungsförderung von Kindern“ steht der TSV Glessen den zertifizierten Tagesmüttern aus Glessen, Fliesteden und Sinthern dabei beratend zur Seite. Die „bewegten Tagesmütter“ lassen sich dafür einiges einfallen: So hatten Doris Gesche, Daniela Dördelmann, Nicole Kramer, Tanja Jones, Ricki Effertz und Rebecca Stommel an einem Samstag Ende Mai 2024 die Mehrzweckhalle in eine große Baustelle verwandelt. Statt Ziegelsteinen galt es bei dem spannenden

keiten, die wichtig sind für die kindliche Entwicklung, Spaß machen und Selbstvertrauen geben.

„Kinderbewegungsabzeichen“ belohnt das Mitmachen

Eine Urkunde gibt es am Ende natürlich auch: Die Sportjugend des Landessportbunds NRW belohnt die Aktivitäten der Minis mit dem „Kinderbewegungsabzeichen“. „Das Kibaz soll vor allem Spaß machen und die sportmotorischen Fähigkeiten fördern, nicht aber die Leistung der Kinder messen“, erklärt Doris



Im Dezember 2018 überreichen Jutta Maroscheck und Harald Dudzus vom Kreissportbund Doris Gesche, Daniela Dördelmann und Tanja Jones von den Glessener „Wierichspänz“ und „Mühlenzwergen“ ihr Zertifikat als „Tagespflege mit dem Schwerpunkt Bewegungsförderung“. Mit Richard und Heike vom TSV freut sich Melanie Wachs von der Stadt Bergheim über die Auszeichnung.



Kurz vor Karneval 2022 bekommt auch Ulrike Effertz aus Sinthern ihr Zertifikat vom KSB – noch unter Corona-Bedingungen.

Bewegungsparcours aus Alltagsmaterialien für die kleinen Baumeisterinnen und Baumeister, leere Kartons aufeinanderzustapeln, kleine Sandsäckchen konnten auch im Schwungtuch bäuchlings baumelnd transportiert werden. Bagger, Bälle und Balancierbrücken aus Barren und großen Papierrollen brachten die Augen von rund 60 Kindern und ihren erwachsenen Begleitpersonen zum Leuchten. Dicke Matten und Seile verlockten zum ausgiebigen Klettern und Rutschen, Fähig-

Gesche das innovative Konzept. Im Rahmen ihrer Kooperation mit dem TSV Glessen können die Tagespflege-Kinder die Turnhalle donnerstagnachmittags regelmäßig nutzen und sich beim Eltern-Kind-Turnen mit TSV-Übungsleiterin Ricki Effertz austoben. Auch bei „Glessen läuft“ spielen die Tagesmütter mit ihrem phantasievollen Bewegungsangebot für die Kleinsten eine wichtige Rolle: Seit einigen Jahren gehört der Bewegungsparcours zu den Highlights.

Brücken bauen durch den Sport



Kinder und Jugendliche für den Spaß an Sport und Bewegung zu begeistern und auch die mitzunehmen, die es etwas schwerer haben, war das Ziel der Sporthelfer-II-Ausbildung, die der Kreissportbund an den ersten beiden Novemberwochenenden 2024 in der Mehrzweckhalle unter Leitung von Günter Speck und Elli Ull anbot. Neben Mara Blatzheim, Verena und Isabel Ditges, Leonie Sasse, Nora Schumacher, Felia Frankenberg und Zahra Dagasan vom TSV Glessen waren weitere fünf Teilnehmerinnen vom TUS und TTC Brauweiler und Willbefit Sports aus Königsdorf dabei. Dass es nur Mädchen waren, ist eher die Ausnahme, so Referentin Elli Ull. Der aus „KOMM-AN NRW“-

Landesfördermitteln finanzierte Kurs richtet sich an Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren, die bereits den ersten Teil der Ausbildung absolviert haben und weiter in ihre Rolle als Kinder- und Jugend-Gruppenleitungen hineinwachsen sollen. „Eigene Ideen sind gefragt, Mitbestimmung und Mitgestaltung gehören für uns dazu“, erklärte Helga Bajohr vom Kreissportbund Rhein-Erft als Kooperationspartner.

Neben Fachwissen und methodischen Tipps und Kniffen bekamen die angehenden Sporthelferinnen auch Informationen mit auf den Weg, wie Kinder und Jugendliche aus anderen Kulturen mit eingebunden werden können. Kein Geld für

coole Klamotten und Ausrüstung oder einfach zu wenig Übung – es gibt viele Gründe, warum Kinder am Rand stehen. Diese Gruppendynamik zu erkennen und Außenseitern die nötige Hilfestellung zu geben, gehörte neben pädagogischen Führungsstilen, eigenständiger Planung und Erarbeitung von sportlichen Aktivitäten zu den Fortbildungsschwerpunkten. Auch die Themen Sprachkompetenz, Sicherheit, Erste Hilfe und Aufsichtspflicht wurden behandelt, bevor am Ende der vier-tägigen Ausbildung eine Lehrprobe zur Gestaltung und Durchführung einer eigenen Stundeneinheit anstand. Der TSV unterstützt die Weiterbildung. Gezielte Nachwuchsförderung ist die Voraussetzung dafür, Menschen für Sport und Bewegung zu begeistern und Mitglieder durch ein attraktives Programm zu binden. Einsatzmöglichkeiten in Schulen und Vereinen gibt es viele, engagierte Trainerinnen und Trainer sind gefragt.



Aus dem Vereinsleben

Der TSV macht Arbeit – aber als Team
auch unheimlich Spaß. Im Verein ist Sport
doch immer noch am schönsten.

Vielen Dank an alle unsere Wegbegleiter!



Volle Hütte bei Mitgliederversammlung 2026 im Sportheim – die Gelegenheit, unsere Vereinsarbeit aktiv mitzugestalten.



„Glessen läuft“, weil alle mit anpacken. Beim Orga- und Helferteam können wir fest auf unsere Mitglieder und Freunde aus der Dorfgemeinschaft zählen.



TSV-Team beim Cornhole Cup 2024 zum 50. der Dorfgemeinschaft Glessen – mit neuem Flyer



Frauenpower beim TSV: Antje, unsere 2. Vorsitzende, macht den Weg für die neue „Glessen läuft“ Strecke zurück ins Waldstadion mit schwerem Gerät frei



Frühjahrsputz im Waldstadion: Regelmäßig holt sich die Natur unsere neue Laufbahn zurück. Eine Spezialfirma macht sie unter Anleitung von Heike Sasse wieder schön.



Bei der Kinderolympiade kommt unsere neue Sprunggrube zur Geltung, frisch geharkt von TSV-Mitglied Annette Zimmermann



Unsere Pressesprecherin Andrea Floß schreibt nicht nur Geschichte, sondern hat uns auch mit der Kamera immer im Blick



Hilfe von ihrer schönsten Seite – unsere Sporthelferinnen bei der Medaillenausgabe und zwei unserer treuesten Turnerinnen in Annes Cafeteria-Team



Expertenrunde zum Abschluss einer weiteren erfolgreichen Laufveranstaltung – nach dem obligatorischen Regenguss läuft auch das Kölsch



Gegen alle Wetter gewappnet: Orgateam-Mitglied Stephan Jansen



Als Beisitzer Finanzen sorgt Frank Sasse dafür, dass unsere Bilanz stimmt – und dass uns auch sonst nicht die Luft ausgeht.



Treibt die Digitalisierung und den Datenschutz unaufhaltsam voran: Thomas Kierdorf (r.) mit DJ KoFi



GLESSSEN LÄUFT

Mit 5 & 10 km Lauf,
4 x 2,5 km Staffel,
5 km Walken,
vier Kinderläufen
und Kinderolympiade

Save the Date:
www.glessen-laeuft.de

Samstag

24. April 2027

ab 12:00 Uhr – Waldstadion Glessen