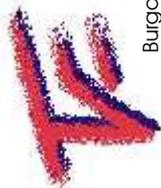


**Verbindl. Anmeldung**

Bezeichnung der Maßnahme (Sportangebot, Kurs, Veranstaltung, Ausflug...):



Burgaltendorf  
Holteyer Str. 29  
45289 Essen

Name/Vorname:

Straße/Haus-Nr.:

PLZ/Ort:

Telefon:

Fax:

eMail:

TVE-Mitglied?

 Ja  Nein

Geburtsdatum:

Bankverbindung, von der abgebucht werden kann (bei Mitgliedern nicht erforderlich):

Bankleitzahl:

Konto-Nr.:

Datum/Unterschrift:

TVE-BÜRO: im „AKTIV-PUNKT“, Holteyer Str. 29, Essen-Burgaltendorf; Tel. 0201/570397, Fax 0201/5718628; eMail: ive-burgaltendorf@web.de; Öffnungs- u. Telefonzeiten: dienstags, 18.00-20.00 h u. donnerstags, 17.00-19.00 h. Sportbetrieb: -Info-Line: 0201/5718617 \* Vorsitzender: Eckhard Spengler - Organisationsleiter/-in: Gerhard Spengler u. Christiane Spengler - Sportleiterinnen: Gabriele Marquaß u. Ursula Kemebeck - Freizeitleiter: Marc Schäfer - Jugendleiter: Stephan Semmerling

## 60plus-Grünkohlwanderung am 06.11.2010

Alle Freunde des grünen Kohls sind zur diesjährigen Wanderung mit anschließendem Grünkohllessen in der Gaststätte "Zum Deutschen" eingeladen. Ob per kleiner oder mittlerer Wanderung oder einfach nur zum Genießen: Alle werden vom Projektteam "60plus/Veranstaltungen" herzlich willkommen geheißen.

Gewandert zur Gaststätte "Zum Deutschen", wo das gemeinsame Grünkohllessen stattfindet, wird auf 2 verschiedenen Strecken. Der Rückweg kann wahlweise zu Fuß, mit der Buslinie 141 oder ggf. per eigenem PKW erfolgen.

Treffpunkt:

Gruppe 1, ca. 12 km, Ltg.: Johannes Werth: 10.00 h ab AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Gruppe 2, ca. 6 km, Ltg.: Joachim Brauksiepe: 11.00 h ab AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

für nicht wandernde Teilnehmer/-innen: Anreise per PKW oder Linie 141, Treffen in der Gaststätte "Zum Deutschen" um 12.30 h

Teilnehmereigenleistung:

11,00 € für das Grünkohllessen (ohne Getränke) in der Gaststätte

Bitte bei der Anmeldung angeben: "6 km" oder "12 km" oder "eigene Anreise"

Anmeldungsschluss: verlängert bis 29.10.2010

Storno-Regelung:

Es fallen 3,00 € bei Stornierung nach dem 29.10.2010 an.

Projektleitung:

Joachim Brauksiepe und Johannes Werth

BGB-Vorstand:  
Eckhard Spengler (Vorsitzender)  
Christiane Spengler (Organisationsleiterin)  
Gerhard Spengler (Organisationsleiter)  
Gabriele Marquaß (Sportleiterin)

Automatisierter Ansgedienst für den  
Sportbetrieb: 0201/5718617  
Geno-Volks-Bank Essen eG  
Kto. 200020700, BLZ 36060488  
Vereinsregister-Nr.: 282

## 60plus-Vortrag "Vitalität im Alter" am 09.11.2010 im AKTIV PUNKT

Wir laden herzlich alle Mitglieder 60plus zu einem Vortrag über "Vitalität im Alter" am Dienstag, 09.11.2010, von 17.00 - 19.00 h, in den AKTIV PUNKT ein.

Referent ist der Heilpraktiker und Therapeut Peter Möllene, Inhaber der Fa. Wegamed. Herr Peter Möllene wird in seinem Vortrag Wege aufzeigen, durch Stärkung des Immunsystems gesund und fit alt zu werden.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldeschluss: verlängert bis 01.11.2010

Projektleitung:

Joachim Brauksiepe und Johannes Werth

## 60plus-Nachwächter-Führung durch Kettwig mit anschließendem Abendessen im Restaurant "Parlament" am 17.12.2010

Als Veranstaltung für den Dezember haben wir eine Führung durch Essen-Kettwig geplant. Herr Rahmann, Stadtführer und Nachwächter zu Kettwig, wird uns 1 1/2 Stunden durch diesen alten Essener Stadtteil führen.

Anschließend werden wir ein gemeinsames Abendessen im Restaurant "Parlament" organisieren.

15.02 h: Abfahrt Burgruine mit dem Bus 180

15.50 h: an E.-Werden S-Bahnhof

16.02 h: ab E.-Werden S-Bahnh. mit dem Bus 190

16.13 h: an E.-Kettwig Marktplatz

Sport-, Freizeit- und Gesundheits-Treff:  
AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen  
Leiter: Stephan Semmerling  
TVE-Büro: im AKTIV PUNKT  
di.. 18.00-20.00 h. do.. 17.00-19.00 h



16.30 h: Beginn der Führung  
21.30 h: Rückankunft in Burgaltendorf  
Geringfügige Zeitverschiebungen können sich durch den Fahrplanwechsel noch ergeben.

Teilnehmereigenleistung (für Führung und Abendessen) ca. 25 €.

Die Fahrkarten für die Hin- und Rückfahrt lösen Sie bitte selber.

Anmeldeschluss: 01.12.2010

Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen

Höchstteilnehmerzahl: 40 Personen

Projektleiter: Dieter Wegerhoff - Dierk Vienken

### Anmeldemöglichkeiten für alle Projekte:

- Universelles Anmeldeformular im "Wurfspeiß", Seite 5
- Anmeldeformular an der Rezeption des AKTIV PUNKT
- Online-Anmeldung:  
www.tve-burgaltendorf.de, dort "Anmeldungs-service" im Menü am linken Rand

**für alle Altersgruppen:  
"AKTIV PUNKT-Café"  
am 31. Oktober, 28. November 2010,  
30. Januar 2011, 15.00 h,  
im AKTIV PUNKT (Kommunikationsraum)**

Zu einem gemütlichen Beisammensein bei Kaffee und Kuchen laden wir alle Mitglieder einmal im Monat ein. Nichtmitglieder sind ebenso gern gesehen. Natürlich können Sie auch gern unsere vorzüglichen Weine probieren! Kosten für Getränke und Speisen siehe ausliegende Karte! **Ansprechpartnerin:** Hedwig Gring

## Voilà, die 60plus-Sportangebote des TVE Burgaltendorf: Kommen und mitmachen!

### Gymnastik:

Gruppe D, für Frauen, Th Holteyer Str.,  
donnerstags, 15.00 - 16.30 h, Rosemarie Stoßberg  
Gruppe E, für Frauen, Sh auf dem Loh,  
donnerstags, 17.00 - 18.15 h, Rosemarie Stoßberg  
Gruppe F, für Männer, Th Holteyer Str.,  
montags, 18.45 - 20.15 h, Franz Trautmann

### Wassergymnastik im Bad Holteyer Str.:

Gruppe A, für Frauen,  
donnerstags, 16.30 - 17.15 h, Monika Krieg  
Gruppe B, für Frauen und Männer,  
montags, 18.30 - 19.15 h, Monika Krieg  
Gruppe C, für Frauen,  
donnerstags, 17.30 - 18.15 h, Beate Backe  
Gruppe D, für Frauen und Männer,  
freitags, 19.15 - 20.00 h, Beate Backe  
Gruppe E, für Frauen und Männer,  
donnerstags, 18.30 - 19.15 h, Beate Backe

### Herzsport:

für Frauen und Männer mit koronarer oder anderer  
Herzkrankheit:  
dienstags, 18.00 - 19.00 h, AKTIV PUNKT,  
Monika Gwosdz & Dr. Hecke  
donnerstags, 18.30 - 19.30 h, Sporthalle Auf dem Loh,  
Monika Gwosdz & Dr. Lotz-Hardegen

### Sitzgymnastik:

Gruppe G, für Frauen & Männer, AKTIV PUNKT,  
donnerstags, 16.30 - 17.15 h, Monika Redottée



Ihr Verein für ein kompetentes Sportangebot

### Zur Erinnerung:

**60plus-Grünkohlwanderung am  
06.11.2010**

**60plus-Vortrag "Vitalität im Alter"  
am 09.11.2010 im AKTIV PUNKT**

**60plus-Nachwächter-Führung durch  
Kettwig mit anschließendem  
Abendessen im Restaurant "Parla-  
ment" am 17.12.2010**