



# Infoblatt

**Vereinsinterna**

## Mitglieder- versammlung der VSG Rheinhausen

Zur Mitgliederversammlung am Sonntag, den 30.10.2022 um 16.00 Uhr laden wir alle Mitglieder recht herzlich in unser Klubhaus ein.

**Tagesordnung:**

1. Begrüßung, Eröffnung und Totenehrung durch den 1. Vorsitzenden.
2. Verlesen der Niederschrift der Jahreshauptversammlung vom 10.04.2022.
3. Veranstaltungen 2023.
4. Verschiedenes.

Wir hoffen auf rege Teilnahme.



**Sport**



## Deutsche Meisterschaft in Schwedt

Nachdem die Bogenschützen am 12.06. schon in Schwedt beim Landesverbandspokal für NRW erfolgreich waren, fuhren wir am 26.08. erneut nach Schwedt. Dieses Mal war die Deutsche Meisterschaft an der Reihe, die am 27. und 28.08.



Unsere Bogenschützen Uwe, Silke, Claudia, Yvonne und Sven

ausgetragen wurde. Wir machten uns also zu Viert am Donnerstag schwer bepackt mit Zelt und Wohnwagen auf die 680 Kilometer lange Reise. Claudia hatte erst ab Freitag frei und kam dank 9-Euro-Ticket mit dem Milchkanenexpress nach. Nachdem wir uns auf dem kleinen Campingplatz eingerichtet hatten, holte ich Claudia vom Bahnhof ab und zu Fünft ging es dann zum Essen in "Charly's Treff".

Samstag Mittag fuhren wir zum Wettkampfpplatz über eine renovierungsbedürftige alte Panzerstraße. Die erste halbe Stunde waren wir damit beschäftigt, bekannte Schützen aus ganz Deutschland zu begrüßen, schließlich hatten wir uns längere Zeit nicht gesehen. Bei reichlich Kaffee wurde geklönt und gelacht, bis wir endlich zur Anmeldung kamen.

Zurück am Platz wurden wir abends doch ziemlich von Mücken und Fröschen genervt. Das hat man davon, wenn man sein Lager unmittelbar am Hafenbecken zur langsam fließenden



Oder aufschlägt. Einen Brötchenservice gab es

**INNEN**

1	Vereinsinterna Bogensport
2	Chuan Su
3-4	Wandern
5	Bogensport
6	Wir im Internet Mitglieder / Termine

leider nicht, so daß wir morgens zum Norma laufen mußten. Zum Glück war der Laden in knapp 1,5 Km Entfernung schnell erreicht.

Sonntag nach der Siegerehrung machten wir uns noch einen gemütlichen Abend, bevor wir am Montag morgen wieder alles einpackten. Claudia, Yvonne und Sven brachte ich um 11.00 Uhr noch zum Zug, bevor wir den Wohnwagen ankuppelten und uns selbst auf den Weg machten.

Bis kurz hinter Berlin verlief die Fahrt ziemlich ruhig, bevor wir dann wegen eines größeren

Insgesamt konnten wir die DM für uns erfolgreich abschließen, wie man an den Platzierungen und Rekorden sehen kann:

Herren Blankbogen - Sven - Platz 8

Herren Ü55 Blankbogen - Uwe - Platz 2

Damen Blankbogen - Yvonne - Platz 5

Damen Ü50 Blankbogen - Silke - Platz 4

Damen Ü50 Blankbogen - Platz 5 - Claudia

Mit der Mannschaft Silke, Yvonne und Uwe belegten wir mit leider 16 Ringen Rück-



Silke Kurzweg mit ihren Rekord-Urkunden

Staus und eines Unfalls eine Umleitung durch Cottbus fahren mußten, wodurch wir knapp 4 Stunden verloren und erst gegen 23.30 Uhr zu Hause ankamen.

stand nur Platz 4.

In der Einzelwertung wurde Uwe in seiner Klasse Deutscher Vizemeister.

Silke konnte 2 ihrer Deutschen Rekorde vom Verbandspokal verbessern

und noch einen dazu erzielen. Sie hält nun in ihrer Altersklasse 4 von 5 Rekorde.

Der Fünfte fällt auch noch! Jetzt heißt es, sich auf die Hallensaison vorzubereiten.

Die nächste DM kommt bestimmt.



## Chuan Su



### Neustart Chuan Su

Willkommen in der Abteilung Chuan Su / Pok Kek Kune der VSG Rheinhausen.

Im Folgenden möchten wir unseren Sport kurz vorstellen.

Beim Chuan Su handelt es sich um eine Kampfkunst chin. Ursprungs, welche Ende der



Übungsleiterin Claudia zusammen mit Sportskollegen Jago

1960er Jahre durch Sifu Tze Dschero Khan über Indonesien und die Niederlande an den Niederrhein kam. Viele Schulen und Vereine sind daraus entstanden. Chuan Su (Faustmethode) und Pok Kek Kune (Faustkampf) sind hierbei zwei Bezeichnungen aus unterschiedlichen Dialekten, welche aber für ein und dasselbe System stehen.

Alle Vereine, welche sich direkt auf die Kampfkünste von Sifu Tze beziehen, sind heute in der Fachschaft "Chen Tao Wushu"

im Wushuverband NRW (WVNW) organisiert.

Das trad. ausgerichtete Training umfasst die techn. Grundschi- lung von Hand-, Fuß-, und Knie- techniken in Form von Stößen, Schlägen und Tritten, unterstützt durch Pratzentraining und leichtem Sparring. Die Techniken werden auch in Partnerübungen trainiert, den sog. Kumiten oder Dui Da.

Darüber hinaus wird der "Formenlauf", die Kata oder Kuen trainiert. Hierbei müssen festgelegte Technikfolgen mit mögliche- ste hoher Präzision ge- übt und ausgeführt werden.

Ergänzt werden diese Trainings- methoden durch trad. chin. Atem - und Konzentrationsübungen aus dem Qi Gong.

Durch diese Art des Trainings werden viele körperliche und geistige Attribute wie z.B. Kraft, Hand-Augen-Koordination, Gleichgewichts- und Konzentra- tionsvermögen geschult.

Durch Anpassung von Intensität und Ausführung der Techniken kann die Kampfkunst unabhän- gig von Größe, Alter und Ge- schlecht trainiert werden.

Wenn ihr euch also für chin. Kampfkunst inter- essiert, könnt ihr gerne zum Probetraining vorbei kommen. Ruft einfach vor- her kurz an.

Ansprechpartne- rin:  
Claudia von Lip- inski  
Tel.: 0163 - 90 95 164  
E-Mail:  
info(at)vsg- rheinhausen.de

Termine: ab  
09.08.2022 !!  
Dienstag, 19:30 - 21:30 Uhr, Mehr- zweckhalle,  
Fährstr. 25

## **Wandern**

### **Wanderung am 10. Juli 2022 Ruhrauen- Runde**

Es ist bewölkt und sieht nach Regen aus. Aber der Wetterbe- richt hat keinen Regen ange- sagt. Neun Wandersleute haben sich am Treffpunkt „Schule auf dem Berg“ eingefunden, für die monatliche Wanderung.

Wir fahren mit den PKW's zu unserem Ausgangspunkt nach DU-Meiderich. Von dort starte- ten wir unseren Rundkurs Rich- tung Ruhrwiesen. Eine wunder- schöne Landschaft, immer in der Nähe der Ruhr entlang, unter etlichen Brücken hindurch und immer weiter, teilweise am Ruhrdeich entlang bis zur Brü- cke MH-Raffelberg. Zwischen- durch legten wir zwei kleine Pausen ein. Sitzbänke waren genug vorhanden, aber die Sitz- fläche waren alle nass. Somit

mußten wir im Stehen pausie- ren.

Dann ging es wieder zurück auf einen Trampelpfad an der Ruhr entlang bis zum Ausgangspunkt. Zwischendurch haben wir dann doch noch einige kleine Regen- tropfen ab bekommen. Kurz be- vor wir am PKW-Parkplatz anka- men, stand uns noch ein umge- fallener Baum im Weg, der den letzten Sturm nicht überlebt hat. Dies haben wir aber leicht ge- meistert. Gegen 13:30 h erreich- ten wir unsere PKW's.

Wie immer ein schöner Rund- kurs mit beeindruckender Land- schaft.



Die Wanderer in den Ruhrauen bei Duisburg-Meiderich

## Wanderung am 14. August Krefeld-Traar zum Stadtwald

Wir trafen uns heute mit 10 Personen an der Schule auf dem Berg. Von dort fuhren wir mit 3 PKW's nach Krefeld-Traar und begannen unsere Wanderung, die uns über einen schönen Rad- und Wanderweg zum Krefeder Stadtwald führte. Im dortigen Biergarten am Stadtwaldhaus machten wir eine längere Rast und ließen uns Kaffee, Kuchen, Radler und diverse andere Speisen munden. Mit dabei waren heute Rolf (mit Fahrrad), Christel und Ingrid.

Bei sehr hohen Temperaturen traten wir den Rückweg an, wobei Rolf mit dem Rad vorfuhr, um Ingrid und Christel dann mit dem Auto am Rande des Stadtwaldes abzuholen. Der Rest der Truppe schleppte sich bei großer Hitze, mit heraushängender Zunge, zurück zu den Autos in Traar. Streckenmäßig hatten wir unser Wanderlimit unterboten und pro Richtung nur 4 km zurückgelegt.



Die Teilnehmer der Wanderung von Krefeld Traar zum Stadtwald

## Wanderung am 11. September Runde um Burg Linn

Wie gewohnt trafen wir uns auf dem Parkplatz an der Schule „Auf dem Berg“ für unsere monatliche Wanderung. Wir fuhren mit den PKW's in Richtung Kref-

aus den Augen verloren. Somit parkten wir nicht gemeinsam auf einem Parkplatz. Zum Treffpunkt an der Burg Linn kamen wir aber alle wieder zusammen.

Dann starteten wir die 10,4 km-Runde bei bewölktem Wetter. Eine sehr abwechslungsreiche, landschaftlich schöne Runde. Die Stadt hatte aber versäumt Ausruhebänke zu platzieren, denn diese waren Mangelware. Wir wanderten an einem schö-



Burg Linn ist eine Wanderung wert

feld und parkten in der Nähe der Burg Linn. Leider klappt diesmal unsere Kolonnenfahrt nicht und wir haben uns, auf dem Hinweg,

nen Bachlauf entlang, wo auch der Reiher sein Revier hat, im schönen Greiffenhorstpark mit dem ehemaligen Jagdschloss

vorbei, wieder in Richtung Burg Linn. Das Wetter wurde auch immer freundlicher und als wir durch den schönen historischen Ortskern wanderten, meldete sich auch die Sonne zurück.



## 5. Fackelturnier der VSG Rheinhausen

Unser 5. Fackelturnier fand am 4. September 2022 auf der Platzanlage der VSG Rheinhausen statt.

Ab 17.00 Uhr wurde bis zu 30 Meter auf 80er Auflagen geschossen.

Nachdem es im 1. Durchgang noch pulvertrocken war, hat es zum Ende der Pause geregnet und wir hatten teilweise Probleme, die Fackeln anzuzünden. In der Pause wurde gegrillt und am Büfett ordentlich zugegriffen.

Der 2. Durchgang der um 21.00 Uhr begann fand dann unter verschärften Bedingungen statt. Mit Cordula Grün und Hub Hub

Hub... laut im Hintergrund ist nicht gut schießen! Am Ende konnte sich Uwe Kurzweg mit 2 Ringen Vorsprung den 1. Platz in der Klasse Blankbogen Herren vor dem



aus Xanten emigrierten Nigel sichern.

Auch unser Wanderpokal über alle Klassen mit Umrechnungsfaktor ging an Uwe Kurzweg.

Einige von uns zelteten hier auf dem Platz und am nächsten morgen gab es dann ein gemeinsames Frühstück.

Danke nochmal an alle Helfer



und allen, die für das reichhaltige Büfett gesorgt haben.

Und für die Kids gibt es noch eine besondere Überraschung.

Wir überlegen, unser Fackelturnier ab nächstes Jahr für andere Vereine zu öffnen. Warten wir es ab.

[www.vsg-rheinhausen.de](http://www.vsg-rheinhausen.de)

## Internet Hitparade

Juli bis September 2022

### Sportseiten:

Platz	Sportart	Anwahl
1	Bogensport	206
2	Wassergymnastik	195
3	Wirbelsäulengymn.	148
4	Reha-Sport	137
5	Neurologie	135
6	Chuan-Su	117
7	Beckenbodengymn.	106
8	Faustball	99
9	Nordic-Walking	98
10	Herzsport	97
11	Boule	88
12	Wandern	81
13	Gymnastik	81
14	Tischtennis	80
15	Bosseln	75
16	Sitzball 2018	74
17	Fußball	74
18	Canasta	73
19	Osteoporose	72

(Durchschnitt je Monat)

### Vereinsseiten:

Platz	Seite	Anwahl
1	Homepage	1713
2	Kontakt	175
3	Termine	128
4	Chronik	127
5	Impressum	124
6	Bildergalerie	114
7	Geschichte	114
8	Anmeldung	111
9	50-Jahre Jubiläum	104
10	Vorstand	97
11	Vermietung Klubhaus	95
12	Trainingszeiten	95
13	Links	90
14	Satzung	90
15	Werbeflyer Verein	86
16	Datenschutz	82
17	Sportstätten	80
18	Bogenflyer	70
19	Infoblatt Nr. 60	36

## Mitglieder

### Eintritt

Elena Berendonk  
Piet Blume  
Brigitte Grabner  
Wolfgang+Rosemarie Holtz  
Rita Kimmer  
Manuela Püttmann  
Ursula Schofer  
Margot Volke  
Brigitte Wanner

### Austritt

Metehan Aydin  
Hans-Jürgen Carstens  
Enes Ilkilic  
Hans Wolfgang Keller und  
Mechthilde Keller  
Rita Kelzenberg  
Rüdiger Kohl und  
Kerstin Kohl  
Saskia Kohl  
Gertrud Kretschmer  
Hildegard Liesen  
Rafael Nischkowski  
Caroline Rose  
Erika Schäfer

### Verstorben

Rosemarie Appuhn  
Wilma Bergs

# VSG

Infoblatt Nr. 111 Oktober 2022

## Impressum

Das "Infoblatt" ist eine Zeitschrift der Versehrten-Sportgemeinschaft Rheinhausen, die unabhängig und neutral der Information und dem Meinungsaustausch innerhalb des Vereins dient.

Beiträge und Termine an die Redaktion:  
Geschäftszimmer im Klubhaus  
Fährstr. 25, 47228 Duisburg  
E-Mail: [info@vsg-rheinhausen.de](mailto:info@vsg-rheinhausen.de)  
Internet: [www.vsg-rheinhausen.de](http://www.vsg-rheinhausen.de)  
oder

Udo Scholz-Starke  
Am Buschkamp 11, 47239 Duisburg

Tel.: 02151 / 406458

E-Mail: [UdoScholz@aol.com](mailto:UdoScholz@aol.com)

Datum, 20.10.2022

Auflage 80 St.

## Wandern Verstärkung

Unter Leitung von Bernd Matthes finden die Wanderungen zu der altbekannten Zeit jeden Sonntag um 10.00 Uhr auf dem Parkplatz "Auf Berg"



2. tag  
10.00 dem platz  
Schu-dem statt.

Dazu sucht die Wandergruppe Verstärkung, mit und ohne Erfahrung, mit aber auch ohne Behinderung.

Bitte meldet Euch zahlreich.

Info:

Bernd Matthes

Telefon: 02065/63934

Mail: [matthes-b@t-online.de](mailto:matthes-b@t-online.de)

### Termine

## Gesellige

30.10.2022 Mitgliedervers.

## Sportveranstaltungen

Bogensport 29.10.22	RhChampionat	Wassenberg-Myhl
Bogensport 05.11.22	Halloween	Rheinhausen
Bogensport 12.11.22	Kreismeisterschaft RSB	Rheinberg
Bogensport 13.11.22	RhCampionat	Düren
Bogensport 03.12.22	RhCampionat	MG-Rheydt
Bogensport 04.12.22	Bezirksmeisterschaft RSB	Bedburg

# Termine