



# Infoblatt

**Veranstaltungen**

## Grillfete am Samstag, 05.08.2023 ab 15.00 Uhr

Alle Mitglieder werden zu unserer Grillfete am Samstag, 05.08.2023 herzlich eingeladen. Ab 15.00 Uhr gibt es auf unserer Platzanlage frisch Gegrilltes mit Salate bei Musik und Tanz im Klubhaus.  
Anmeldungen bis zum 25.07.2023 mit einer Kostenbeteiligung von 5,- € pro Person.



Wasserschaden in der Mehrzweckhalle - Abbruch des Parkettbodens

## Mitgliederversammlung



## am Sonntag, 22.10.2023 um 16.00 Uhr

Zur Mitgliederversammlung werden alle Mitglieder am Sonntag, 22.10.2023 um 16.00 Uhr in unser Klubhaus eingeladen.

Tagesordnung:

1. Begrüßung, Eröffnung und Totenehrung durch den 1. Vorsitzenden
2. Verlesen der Niederschrift der Jahreshauptversammlung vom 26.03.2023
3. Veranstaltungen 2024
4. Verschiedenes

**Vereinsinterna**

## Wasserschaden Mehrzweckhalle

Es geht voran. In der Mehrzweckhalle wir kräftig gewerkelt. Vorrangig wird die Kegelbahn getrocknet und renoviert, so dass die Kegelgruppen und Mieter die Bahn bald wieder nutzen können. Da in der Sporthalle das Wasser unter das Parkett gelaufen ist, musste der Boden entfernt werden. Auch die Wände werden saniert, zum Teil muss erst noch der Putz abgeschlagen werden bevor Tapeziert und Angestrichen wird. Es wurden auch Risse in den Außenwänden der Halle entdeckt, die

wir zur Zeit abdichten, damit keine weitere Feuchtigkeit in die Wände eindringt. Der Kostenvoranschlag für die Dacherneuerung ist für uns unbezahlbar. Die Sanierung kön-



nen wir nur in Eigenleistung und mit großzügigen Spenden angehen.

**INNEN**

<b>1</b>	<b>Veranstaltungen</b>
<b>1</b>	<b>Wasserschaden MzH</b>
<b>2</b>	<b>Sportübungsplan</b>
<b>3</b>	<b>Wandern</b>
<b>4</b>	<b>Wir im Internet Mitglieder / Termine</b>

## SPORTÜBUNGSPLAN

Tag	Zeit von - bis	Sportart - Gruppe	Übungsstätte
Mo.	13 <sup>30</sup> - 17 <sup>00</sup> 15 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> 17 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup> 18 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup>	Kartenspiel, Canasta Bosseln Gymnastik Tischtennis	Klubhaus Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle
Di.	10 <sup>00</sup> - 11 <sup>00</sup> 11 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup> 11 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup> 15 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> 15 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> 16 <sup>30</sup> - 17 <sup>30</sup> 17 <sup>30</sup> - 19 <sup>00</sup> 18 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup> 19 <sup>30</sup> - 21 <sup>30</sup>	Wirbelsäulengymnastik Neurologischer Rehasport bei Schlaganfall Nordic Walking Boule Osteoporose Wirbelsäulengymnastik Ausdauersport Herz/Kreislauf (Vorsorge) <b>Neu!</b> Fußball (sowie Spiele) Chuan Su <b>Neu!</b>	Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Treffpunkt VSG-Platz Rasenplatz Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Rasenplatz (1. April - 30. Sept.) Mehrzweckhalle
Mi.	10 <sup>00</sup> - 11 <sup>00</sup> 11 <sup>00</sup> - 14 <sup>00</sup> 14 <sup>45</sup> - 15 <sup>45</sup> 15 <sup>45</sup> - 16 <sup>45</sup> 17 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup> 19 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup>	Stuhlgymnastik Tischtennis (während der Spielsaison) Wirbelsäulengymnastik Wirbelsäulengymnastik Bogensport (Kinder und Jugend) Bogensport (freies Training)	Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle / Rasenplatz Mehrzweckhalle / Rasenplatz
Do.	10 <sup>00</sup> - 11 <sup>00</sup> 15 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> 15 <sup>00</sup> - 16 <sup>45</sup> 17 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup> 17 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup> 20 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup> 17 <sup>00</sup> - 22 <sup>00</sup>	Wirbelsäulengymnastik Koronarsport Boule Bogensport Bogensport Wassergymnastik - Schwimmen Z. b. V.	Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Rasenplatz Mehrzweckhalle (1. Nov. - 31. März) Rasenplatz evt. Halle (1. April - 31. Okt.) Hallenbad Toeppersee Kegelbahn
Fr.	16 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> 17 <sup>30</sup> - 19 <sup>00</sup> 19 <sup>30</sup> - 21 <sup>30</sup> 16 <sup>00</sup> - 18 <sup>15</sup> 18 <sup>15</sup> - 20 <sup>00</sup> 16 <sup>00</sup> - 18 <sup>15</sup> 18 <sup>15</sup> - 20 <sup>30</sup> 15 <sup>15</sup> - 16 <sup>00</sup> 16 <sup>00</sup> - 16 <sup>45</sup> 16 <sup>45</sup> - 17 <sup>30</sup> 17 <sup>30</sup> - 18 <sup>15</sup> 18 <sup>15</sup> - 19 <sup>00</sup> 20 <sup>00</sup> - 22 <sup>00</sup>	Reserviert Tischtennis Tischtennis Faustball Fußball Faustball Fußball Wassergymnastik REHA Sport <b>Neu!</b> Wassergymnastik - Reha Wassergymnastik - Reha Wassergymnastik - Reha Wassergymnastik - Reha Wassergymnastik - Reha Freitagssportler (Kegeln-Sportabzeichen)	Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Mehrzweckhalle Rasenplatz (1. April - 30. Sept.) Rasenplatz (1. April - 30. Sept.) Halle - Marktschule (1. Okt. - 31. März) Halle - Marktschule (1. Okt. - 31. März) Schwimmbecken-Marktschule Schwimmbecken-Marktschule Schwimmbecken-Marktschule Schwimmbecken-Marktschule Schwimmbecken-Marktschule Kegelbahn
Sa.	11 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> 13 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> 17 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>	Bogensport (Kinder und Jugend) Bogensport (Training) Tischtennis Rundenspiele	Mehrzweckhalle / Rasenplatz Mehrzweckhalle / Rasenplatz Mehrzweckhalle (wenn frei)
So.	09 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> 10 <sup>00</sup> 15 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	Chuan Su <b>Neu!</b> Wandern (jeden 2. Sonntag im Monat) Bogensport Training und Schnupperkurse	Mehrzweckhalle Treffen: Parkplatz Schule "Auf dem Berg" MzH / Platz, Kurse nur nach Absprache

Vereinsarzt: Dr. med. Georg Hewera

4 ausgebildete Sportwarte für Rehabilitationssport allgemein  
1 ausgebildete Sportwartin mit Fachübungsleiterlizenz-Koronarsport  
1 ausgebildete Sportwartin mit Fachübungsleiterlizenz-Neurologie





Die Wandergruppe in den Walsumer Rheinauen

## **Wandern**

### **Wanderung am 16.04.2023 Rundkurs Wal- sumer Rheinauen (Alt Walsum)**

Es ist leicht bewölkt und lt. Wetterbericht bis 16:00 h kein Regen angesagt. Leider sind nur 6 Wanderleute zur monatlichen Wanderung am Start. Wir fuhren mit 2 PKW's zum Ausgangspunkt nach DU-Walsum.

Von dort starteten wir unseren Rundkurs Richtung Rhein. Wir wanderten durch eine schöne Auenlandschaft bis zum Rheindamm. Weiter auf dem Damm entlang, bei leichtem Gegenwind, bis zur Emschermündung. Vorort entschieden wir uns noch kurzfristig einen kleinen Abstecher Richtung Emscherbrücke zu wandern. Dort entstand auch unser Gruppenfoto.

Dann wieder retour Richtung Rheindamm. Wir liefen windgeschützt, parallel unterhalb des Rheindamms Richtung Ausgangspunkt. Die letzten ca. 3 Kilometer wanderten wir durch

eine wunderschöne Landschaft mit Seen und Moorgewässern. Kurz vor unserem PKW-Parkplatz entschlossen wir uns im Café den Tag ausklingen zu lassen.

Eine schöne, tierreiche Wanderung von ca. 11,8 km. Wir sahen Störche, Rehe und z. B. einen Stiglitz.

### **Wanderung am 14.05.2023 Ilvericher Altrheinschleife**



Gabriele ist nicht auf dem Gemeinschaftsfoto, denn jemand musste auf den Fotoauslöser drücken!

Wir trafen uns wie gewohnt um 10:00 h auf dem Parkplatz der „Bergheimer Grundschule“. Gabriele und ich kamen noch gerade pünktlich am Ausgangspunkt an. Wir begrüßten auch einen neuen Gastwanderer, der bei den Bogenschützen der VSG Mitglied ist.

Wir fuhren direkt mit 3 PKW's nach Strümp. Dort erstmal einen Sektumtrunk, denn Monika hatte Geburtstag. Dann starteten wir unseren 11,4 km Rundkurs-Wanderweg, die sogenannte „Ilvericher Altrheinschleife“. Der Wanderweg war angenehm zu laufen. Erst über asphaltierte Wege und leider auch Wege, die wir mit Radfahrern teilen mussten.

Am Ufer des Rheins machten wir unsere einzige Pause, denn wir mussten uns beeilen. Einige Wanderer waren wegen Muttertag pünktlich zum Nachmittagskaffee eingeplant.

Wir konnten nicht nur die Landschaft genießen, mit schönen Bachläufen und Kopfweiden, sondern auch den Flugzeugverkehr mit Starts und Landungen von Düsseldorf aus beobachten. Nach ca. guten 3-Stündigem wandern, fuhren wir mit den PKW's wieder nach Hause.

Fazit: Landschaftlich eine schöne Tour und es hat uns, so meine ich, allen gut gefallen.

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

## Internet Hitparade

April bis Juni 2023

### Sportseiten:

Platz	Sportart	Anwahl
1	Bogensport	267
2	Wassergymnastik	157
3	Wandern 2023	134
4	Reha-Sport	125
5	Chuan-Su	107
6	Herzsport	85
7	Neurologie	78
8	Nordic-Walking	76
9	Boule	73
10	Wirbelsäulengymn.	72
11	Gymnastik	70
12	Tischtennis 2020	69
13	Beckenbodengymn.	68
14	Canasta	64
15	Sitzball	59
16	Fußball	58
17	Bosseln	58
18	Faustball	57
19	Osteoporose	50

(Durchschnitt je Monat)

### Vereinsseiten:

Platz	Seite	Anwahl
1	Homepage	1651
2	Kontakt	166
3	Termine	139
4	Impressum	128
5	Anmeldung	113
6	Bildergalerie	98
7	Trainingszeiten	86
8	Werbeflyer Verein	76
9	Vorstand	76
10	Vermietung Klubhaus	75
11	Datenschutz	74
12	Satzung	71
13	Sportstätten	70
14	Links	70
15	Geschichte	69
16	Chronik	68
17	50-Jahre Jubiläum	64
18	Bogenflyer	63
19	Infoblatt Nr. 113	32

## Wandern Verstärkung

Unter Leitung von Bernd Matthes finden die Wanderungen zu der altbekannten Zeit jeden 2. Sonntag um 10.00 Uhr auf dem Parkplatz der Schule "Auf dem Berg" 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



## Mitglieder

### Eintritt

Lydia Busch  
Mia Esser  
Nico Herold  
Heike Küttner  
Phillip Minx  
Sophie Mühle  
Katharina Staack

### Austritt

Desiree von Jüchen  
Hildegard Mauß  
Siegfried Mönchs  
Alfred Oberst  
Erwin Pinno  
Michael Ulbricht  
Detlef Weinand

### Verstorben

Wilhelm Kuhn

## Termine

### Gesellig

05.08.2023 Grillfest



22.10.2023 Mitgliederversam..

Infoblatt Nr. 114 Juli 2023

## Sportveranstaltungen

Bogensport	12.-13.08.23	Preisgeldturnier	Hamm
Bogensport	19.-20.08.23	Deutsche M. DBSV	Lindenberg (Berlin)
Bogensport	26.-27.08.23	Deutsche Meistersch.	DBSV BoV Rögling
Bogensport	07.-10.09.23	Deutsche Meistersch.	DSB Wiesbaden
REHACARE	13.-16.09.23	Messe	Düsseldorf
Bogensport	23.09.2023	Nachtturnier VSG	Rheinhausen
Bogensport	28.10.2023	Halloween VSG	Rheinhausen

## Termine

## 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, 28.07.2023

Auflage 80 St.