

# LVS Geflüster



die aktuelle Mitgliederinfo des LV Stommeln, Ausgabe Dezember 2022

Liebe Mitglieder,  
liebe Eltern der Kinder und Jugendlichen im LVS

Heute erhaltet Ihr eine weitere Ausgabe des „LVS Geflüster“, die Euch Auskunft über die Aktivitäten des LVS in den vergangenen und kommenden Monaten geben soll.

## Termine

Auch im Jahr 2023 ist beim LVS wieder einiges los.

Neben dem normalen Sportbetrieb startet der LVS mit seiner eigenen Gruppe am *19. Februar beim Stommelner Karnevalszug*. Danach und zwar im März planen wir unsere *Mitgliederversammlung* abzuhalten. Das alljährliche *Volksradfahren* findet an Pfingstmontag, dem 29. Mai statt. Unser Sportfest planen wir für den 22. April. Weitere Termine sind ein *Fähnchenturnier* und die *Wanderungen* unserer Wandervögel. Auch eine große *Mehrtageswanderung* im Oktober ist geplant, der genaue Termin folgt noch. (Infos bei Ernst und Heinz - [Heinz.Abs@netcologne.de](mailto:Heinz.Abs@netcologne.de)). Abgeschlossen wird das Jahr mit dem liebgewonnenen Besuch des *Nikolaus*.

Genaue Termine und Uhrzeiten kommunizieren wir zeitnah und stellen alles auf unsere Homepage: <https://www.lv-stommeln.de/aktuelles/>

## Ehrevorsitzender

Im Zuge des diesjährigen Volksradfahrens wurde ebenfalls der langjährige Vorsitzende Heinz Abs zum Ehrevorsitzenden ernannt. Wir danken Heinz für alles was er für den Verein tut und getan hat! LVS jood Hööp!

## Übungsleiter gesucht!

Weiterhin sucht der LVS nach motivierten Übungsleiter\*innen und Trainer\*innen. Wir suchen dich! – Vakanzen haben wir aktuell bei unseren Kindersportgruppen, der Rückenschule oder auch bei unserer Seniorensportgruppe. Für weitere Infos: [www.lv-stommeln.de/aktuelles/wir-suchen/](http://www.lv-stommeln.de/aktuelles/wir-suchen/) oder der Sportlichen Leiterin, Sarah Dufrenne: [sportlicherleiter@lv-stommeln.de](mailto:sportlicherleiter@lv-stommeln.de)

## Nikolausaktion 2022

Auch in diesem Jahr haben wir wieder unsere Kinder und Senioren mit Weckmännern beim Besuch des Nikolaus beglückt. Über 120 Kinder nahmen die Kleinigkeit gerne entgegen. Es wurde gesungen, getanzt und geturnt, um dem Nikolaus auch eine Freude zu machen und sich zu bedanken.

## Achtung Gruppenänderung ab Januar

Aus Aerobic wird – „Bodyforming“  
Das FORMING mit Kurzhantel, Fitnessbändern oder dem eigenen Körper!  
Gezielt werden nach gründlichem Aufwärmtraining deine Problemzonen Bauch, Beine & Po mit kontrollierten Übungen trainiert. Deine Muskulatur wird zunehmend verbessert und, wie der Name bereits sagt, deine Figur angenehm geformt.

Zum Ausklang nutzen wir die Faszienrolle.  
*Zeiten: Jeden Montag von 19.15 – 20.30 Uhr  
Christina Halle, Stommeln*

Fragen beantwortet dir unsere Übungsleiterin Katrin Abs (0173-2977373).

## Neuer Kurs – Powerworkout

Ihr habt Lust auf ein abwechslungsreiches Training, dann seid ihr beim Powerworkout genau richtig. Dieses Training richtet sich an alle, die gerne an ihrer Ausdauer arbeiten, Muskeln aufbauen und einfach Spaß an Sport und Bewegung haben.

Neben einem vielseitigen Kräftigungstraining erwarten euch intensive Cardio-Einheiten für die Grundfitness und die Kondition, sowie eine wohltuende Dehnungs- und Entspannungsphase. Trainiert wird mit dem eigenen Körpergewicht und Hilfsmitteln, wie Kleinhanteln. Der Kurs ist für jedes Level geeignet. Ausprobieren lohnt!

*Zeit und Ort wird noch bekanntgegeben*

## Aktuelles Sportangebot

Einen Überblick könnt Ihr der Internetplattform des LVS entnehmen:

<https://www.lv-stommeln.de>

An dieser Stelle bedankt sich der Vorstand bei allen Übungsleiter\*innen für das Jahr 2022!

## Aus den Gruppen

Neben unseren erfolgreichen Volleyballern um Jürgen Hösterey, haben wir seit diesem Jahr auch eine Basketballmannschaft unter der Leitung von Christopher Braun. Diese nimmt ebenfalls am Spielbetrieb teil und konnte das Auftaktspiel gewinnen! Sehr freuen wir uns über das Trikotsponsoring des Gartenhof Becker in Stommeln.



Wir wünschen beiden Mannschaften weiterhin einen erfolgreichen Saisonverlauf!

Infos zu den Spielen, Ergebnisse und kurze Zusammenfassungen sind hier zu finden:

<https://www.lv-stommeln.de/aktuelles/aus-den-gruppen/>

## Volksradfahren 2022

Endlich konnten wir im Jahr 2022 wieder ein Volksradfahren am Pfingstmontag anbieten. Bei bestem Wetter begaben sich an die 700 Fahrradbegeisterte auf die 20 km lange Strecke.

Diese war wie immer bestens ausgeschildert, so der Kommentar vieler Teilnehmer\*innen, und von ca. 60 Helfer\*innen gesichert.

Auf eine Auszeichnung wurde in diesem Jahr verzichtet. Stattdessen wurde eine Spende an die Ukraine Hilfe geleistet.

Neben der Fahrradspende der Fa. Kann gab es viele kleinere Sachspenden bei der Verlosung zu gewinnen. Bis zur Verlosung des Fahrrads wurden die Gäste mit Speisen und Getränken bewirtet.

Ein großer Dank gilt an dieser Stelle den Helfer\*innen des LVS für ihren Einsatz bei der Veranstaltung. Danken möchte der LVS auch den Mitgliedern der Freiwilligen Feuerwehr Stommeln für die Übernahme des Sanitätsdienstes während der Veranstaltung, welcher Gott sei Dank nicht erforderlich war.

Wenn Du in Zukunft die Veranstaltung unterstützen willst, sei es durch die Beschaffung einer

Annonce für das Werbeheft, eine Kuchenspende oder als Helfer/Streckenposten, dann informiere bitte ein Vorstandsmitglied oder richte eine E-Mail an Gerd Golbach, E-Mail: [2.schriftfuehrer@lv-stommeln.de](mailto:2.schriftfuehrer@lv-stommeln.de).

## Herbstwanderung 2022

Ideales Wanderwetter war von den Organisatoren gewünscht und stellte sich am Wandertag auch tatsächlich ein.

Nach einem gemeinsamen Frühstück machten sich 40 Wanderfreund\*innen auf die 17 km lange Strecke durch einen wundervoll gefärbten Herbstwald zum Kloster Steinfeld.

Der Wanderweg war von unserem bisherigen Vorstandsmitglied Hans-Peter Miebach und seiner Frau Helga ausgearbeitet worden. Alle haben in der Gruppe oder allein das Kloster nach ca. 4 Stunden erreicht.

Helga und Hans-Peter vielen Dank für Ihre Arbeit. Führte die eigentliche Wanderstrecke über Hügel und durch Täler, die leider noch das Ausmaß der Zerstörung der Flut-Katastrohe des vergangenen Jahres erahnen ließ, so bot sich für die Kurzwanderer die Möglichkeit an einer Führung durch den ehemaligen NRW – Regierungsbunker in Urft teilzunehmen.

Die in diesem Jahr eher geringe Zahl an Teilnehmer\*innen der Wanderung ist darauf zurückzuführen, dass auch die Maigesellschaft für den 22.10.22 eingeladen hatte.

Diese Terminüberschneidung soll im kommenden Jahr vermieden werden.

Der genaue Termin und die Uhrzeit kommunizieren wir zeitnah.

*Anmeldungen / Informationen gibt Heinz Abs*  
[Heinz.Abs@netcologne.de](mailto:Heinz.Abs@netcologne.de)

## Wir brauchen eure Hilfe

Die Dorfgemeinschaft Stommeln (DG) ist der Zusammenschluss von Stommelner Vereinen. Aufgabe der DG sind die Unterstützung der Vereine, Koordination der verschiedenen Vereinstermine und die Ausrichtung der Stommelner Kirmes. Aus den Einnahmen werden die Mitgliedsvereine ebenfalls finanziell unterstützt.

Der Vorsitzende der DG vertritt Stommeln in der jährlichen Versammlung der Ortsgemeinschaften Pulheims mit der Stadt Pulheim.

Wir suchen dich als Delegierte!

Aufgabe der Delegierten ist die Vertretung des LVS in diesem Gremium. Mitteilen unserer Termine, Abstimmung mit anderen Vereinen in der

DG und Abstimmung von Aufgaben bei DG-Veranstaltungen (z.B. an Kirmes Aufbau in der Christinahalle). Wenn Du Interesse hast, melde Dich bei uns! - [1.vorsitzender@lv-stommel.de](mailto:1.vorsitzender@lv-stommel.de)

### Bericht Jugendvorstand

Wir sind auf der Suche nach engagierten und sportbegeisterten jungen Erwachsenen, die unseren Jugendvorstand unterstützen! Wenn Du Interesse hast, melde Dich bei uns!

***Der LVS möchte sich zum Abschluss noch einmal ganz herzlich bei allen Mitgliedern, Übungsleiter\*innen, Helfer\*innen, Unterstützer\*innen und Vorstandsmitgliedern bedanken! Ohne die Hilfe, Mitarbeit und Freude am Verein wären die Aufgaben bedeutend schwieriger zu bewältigen.***

***Danke!***

### Änderungen der persönlichen Daten

Solltest Du zwischenzeitlich über eine E-Mail-Adresse verfügen oder Dir eine neue zugelegt haben, lasse es uns bitte wissen – [info@lv-stommel.de](mailto:info@lv-stommel.de)

Auch die Änderung der Bankverbindung oder Adresse bitte umgehend der 1. Kassiererin mitteilen [1.kassierer@lv-stommel.de](mailto:1.kassierer@lv-stommel.de)!



Der Leichtathletik-Verein-Stommel e.V. wünscht allen Mitgliedern, Eltern, Kinder und Jugendlichen ein frohes Weihnachtsfest, ein erfolgreiches und gesundes Neues Jahr.

Bleibt dem LVS weiterhin wohlgesonnen.