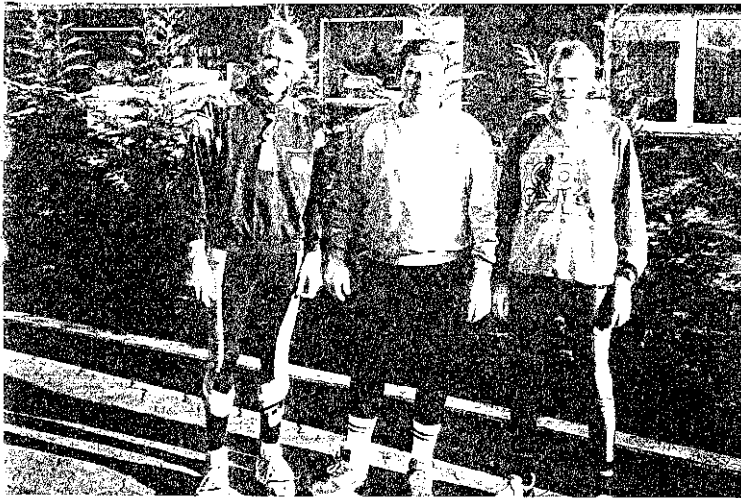


## Silvesterlauf mit 4 Arminen

### Hans Krüger schon zum 7. Mal in Soest dabei



Auch am 11. Silvesterlauf nahmen wieder einige Arminen teil. Hans Krüger, Friedel Romberg, Konrad Degener und Michael Marr liefen trotz kaltem Wetters hervorragende Zeiten. Gestartet wurde wie immer an der Werler Stadthalle. Starter sind immer berühmte Leute wie z.B. Emil Zatopek.

Circa 3.000 Läufer quälten sich über 15 Km. Eine gute Vorbereitung erleichtert jedem Läufer die Marterstrecke. Hans, Friedel, Konny und Michael bereiten sich jeweils seit dem Sommer ganz gezielt auf diesen Wettkampf vor: Zweimal in der Woche werden zwischen 8 und 14 Km im Gelände rund um Langeneicke gelaufen.

Bei z.B. durch Krankheit nicht optimaler Vorbereitung kann der Silvesterlauf konditionelle Probleme bereiten. Hans Krüger: "Beim letzten Lauf sagte ich zu einem Mitläufer kurz vor dem Ziel: 'Jetzt haben wir es gleich geschafft'. 'Nein', antwortete dieser, 'ich gebe auf, ich bin am Ende' ". Hans konnte ihn aber noch zum Durchhalten motivieren, wofür sich der Mitstreiter am Ziel bedankte.

"Wenn ich in Soest bei FAMILA Josef und Bernhardine Kahr sehe, die mich seit 7 Jahren (so lange nimmt er in ununterbrochener Reihenfolge teil) anfeuern, weiß ich, bald ist es geschafft", berichtet Hans Krüger.

Ziel ist immer das Zentrum von Soest.

Organisiert wird der Lauf von verschiedenen Vereinen aus dem Raum Soest; Veranstalter ist die 'Westfalenpost', die auch die Kosten trägt. Das Startgeld in Höhe von 15,- DM/Person wird immer einem guten Zweck zugeführt; in diesem Jahr ging das Geld an die Kinderkrebshilfe.

Die besten Zeiten unserer diesjährigen Silvesterläufer und deren Teilnahmehäufigkeit: Hans Krüger 1:13 Min. (7 Mal), Friedel Romberg 1:10 (4), Konrad Degener 1:08 (5), Michael Marr 1:04 (2).

Unseres Wissens haben folgende Arminen bereits ein- oder mehrmals am Silvesterlauf teilgenommen: Reinhard Chudaska, Heinrich Wiehen, Ralf Krüger, Bernhard Grote jun. (Westernbaum), Bernd Kruse und Thomas Romberg. Vielleicht sind zum nächsten Jahreswechsel wieder einige Arminen dabei. Für Fragen der Interessierten steht Hans Krüger gern zur Verfügung.

### Aus dem Inhalt

Kennen Sie den noch  
Friedel Wulf

Reisebericht  
Einmal Rumänien und zurück

Der Gastkommentar  
Werner Redicker  
SuS Störmede

Tabellen

Aus den Abteilungen

Rückengymnastik

Pfingstturnier

## Seniorengymnastik besteht 10 Jahre

### Agathe Wiehen zieht Bilanz - Bericht Seite 2



Die Gymnastikgruppe beim Auftritt während des Seniorenkaffee '92

## Senioren-Gymnastik

### Mit wenigen Männern ins zweite Jahrzehnt

Im Dezember 1982 gründete Agathe Wiehen die Senioren-Gymnastikgruppe des SV Arminia Langeneicke. In den vergangenen 10 Jahren wurde die Abteilung eine kleine verschworene Gemeinschaft. Agathe Wiehen blickt zurück:

War zu Beginn im Dezember 1982, wie immer, wenn etwas neu ist, eine große Anzahl interessiert, so wurde die Gruppe Anfang 1983 immer kleiner. Die Arbeit mit den Damen und Herren, die blieben, war dafür aber sehr intensiv und konstant.

Drei Herren und etwa 15 Damen blieben. Turnen, Wandern und einmal im Monat Kegeln sind in all den Jahren Bestandteil des aktiven Programm geworden.

Einige Male habe ich mit ihnen Theaterstücke für die Senioren-Nachmittage eingeübt und mit großer Freude gespielt. Es waren

immer lustige Einakter, die gut angekommen sind.

Verstorben sind in den letzten Jahren unsere Mitglieder Anton Haselhorst, Franz Frenser, Frau Kamp, Frau Th. Grote und Frau K. Ramme. Durch neue Mitglieder, worunter sich leider keine Herren mehr befanden, wurden die Lücken, welche die Verstorbenen hinterlassen hatten, zwar personell wieder aufgefüllt, aber der Verlust dieser, mit so viel Freude an der harmonischen Gemeinschaft aktiven Mitglieder, ist nicht auszugleichen.

In der Hoffnung, daß wir alle in der

Gruppe noch lange aktiv weiterturnen, wandern, kegeln und radfahren können, beginnen wir das nächste Jahrzehnt.



Gründerin Agathe Wiehen

### In eigener Sache

Vierteljährlich etwa sollte die Arminen INFOS erscheinen, das hatten wir uns vorgenommen. Bisher hatte das auch gut funktioniert, doch bei dieser Ausgabe war der Teufel drin. Zunächst mußten wir erfahren, daß uns die bisherige Möglichkeit über 300 Zeitungen zu drucken, nicht mehr zur Verfügung steht. Das bedeutet, daß die Druckqualität und besonders die Schärfe der Fotos nicht mehr so gut sind wie bisher.

Dann kamen einige Schreiber mit ihren Beiträgen nicht "in die Pötte" und letztendlich war der Schwung zunächst raus, die Zeitung wollte nicht fertigwerden. Doch nun hat es doch noch geklappt und wir können nur Besserung in Pünktlichkeit, Qualität und vor allem Aktualität geloben, denn letztere hat natürlich unter dem verspäteten Erscheinen gelitten. Die nächste A I also wieder nach ca. 3 Monaten.

Übrigens, um wieder an unsere bisherige Druckqualität heranzukommen, müßten wir je Ausgabe mit ca. 400,- DM Kosten mehr rechnen, was wohl nur über Werbeanzeigen finanzierbar ist. Eure Meinung dazu würde uns interessieren.  
Werner Giersch

## Was ist daraus geworden?

### Einmal Rumänien und zurück in 81 Stunden

#### Bernd Luig und Carsten Tollkamp übergeben Trikots, Bälle, Schuhe

Im Juli '92 startete Arminia kurzfristig einen Aufruf an seine Mitglieder mit der Bitte, Sportgeräte und -Bekleidung zu spenden, die für eine Schule in Rumänien bestimmt sein sollten. Bernd Luig und Carsten Tollkamp wollten diese Sachen zu Freunden rüberbringen. Was sie auf ihrer langen Reise erlebten, berichten sie hier.

Zunächst einmal möchten wir uns für die rege Beteiligung an der Sammelaktion für Rumänien bedanken. Nach einer 24-stündigen Fahrt mit anfänglichen Schwierigkeiten (siehe Foto) kamen wir in Sibiu (Hermannstadt) an. Nachdem wir bei unserem Bekannten, Prof. Mihai Trimbis, kurz "Micky", eingetrudelt waren, war für uns erst einmal Erholung angesagt.

Nach einer großen Wiedersehensfreude und einem Begrüßungskaffee präsentierten wir dann unsere Überraschung aus Deutschland. Die Freude war groß und da in Rumänien auch gerade Ferien waren, wurde der Sohn mit 3 Freunden losgeschickt, um die jüngsten Klassen seiner Schule zusammenzutrommeln.

Die Kinder waren zwischen 10 und 15 Jahren alt. Vlad, der 9-jährige Sohn, spricht fast perfekt deutsch und konnte so für uns übersetzen. Nachdem wir die Sachen mit großer Begeisterung verteilt hatten, war sofort ein großes Fußballspiel angesagt. Nach 1 1/2 Stunden waren wir ganz schön fertig, den Rest für den Tag gab uns am Abend der

selbstgemachte Rot- und Weißwein. Am nächsten Sonntag machten wir mit der Familie einen Trip ans Schwarze Meer. Nach wiederum 16 Stunden Fahrt konnten wir uns dann in die kühlenden Fluten stürzen. In den nächsten Tagen machten wir unsere ersten Stehversuche auf dem Surfbrett, was wegen des rauen Seegangs oft mißlang.

Nachts hatten wir das Problem, daß wir nicht wußten, wo wir schlafen sollten: im Zelt war es zu warm, im Auto zu unbequem und draußen war ein Sandsturm.

Mittwochs darauf entschlossen wir uns dann, die Heimreise anzutreten. Auf der Rückreise waren wir dann doch ziemlich müde von unseren Urlaubsaktivitäten.

Die rumänischen Feldwege haben uns die meiste Zeit gekostet, sodaß wir erst nach 63 Stunden am Freitag spätnachmittags in Langeneicke ankamen.

Wir haben übereinstimmend beschlossen, diese Aktion zu wiederholen. Wir würden das langfristiger vorbereiten und hoffen auf eine



Bereits kurz nach dem Start tauchten die ersten Schwierigkeiten mit den Fahrzeugen auf. Schon auf der Autobahn nach Kassel gab's Probleme, doch letztlich kamen Bernd und Carsten gut hin und zurück.

ebenso große Resonanz, da diese Sportartikel schon zu den Luxusgütern gehören, die sich nicht jede Familie dort leisten kann, wenn sie denn überhaupt zu haben sind.

Zum Schluß möchten wir im Eindruck unserer Reise und zurück-

blickend auf die freundliche und herzliche Aufnahme in Rumänien zu bedenken geben, was fast jeder schon einmal erfahren hat:

Wir sind alle Ausländer !!!

Carsten Tollkamp, Bernd Luig

## Senioren

Die erste Hälfte der Spielserie 92/93 ist vorbei; also wieder Zeit für einen kleinen Rückblick.

Ende Juni begann unser neuer Trainer Stephan Zopp mit der Saisonvorbereitung. Eine Vorbereitung mit Hindernissen, denn unser Platz war aufgrund der Renovierungsarbeiten noch gesperrt. Also mußte immer nach Ausweichmöglichkeiten für die Trainingseinheiten gesucht werden. Aber Probleme sind nun einmal da, um beseitigt zu werden. Die Trainingsbeteiligung war und ist auch heute noch sehr gut. Dies spricht schon dafür, daß Stephan sein Training gut aufbaut, daß den Jungs gut ankommt und offensichtlich ein junger aber guter

von der Mannschaftsaufstellung. Bis auf den Torwart fanden sich fast alle Spieler plötzlich auf anderen Positionen wieder. Allerdings war er auch gezwungen zu experimentieren, denn viele Spieler befanden sich in der Vorbereitung oder zu Beginn der Serie im Urlaub. So entschied sich erst kurz vor Saisonstart, wer am ersten Sonntag in der "Ersten" und wer in der "Zweiten" aufläuft.

Der Beginn war erfreulich, doch dem Sieg in Suttrop II folgte am nächsten Spieltag sofort eine Niederlage in Erwitte II. Noch schlimmer jedoch war es, daß wir am 2. Spieltag bereits die erste Rote Karte hatten. Und es sollte nicht die letzte

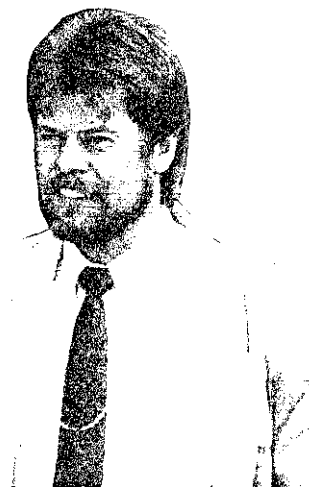


Skeptisch sehen Trainer Stephan Zopp und Betreuer Bernhard Sonntag dem Angriff des SuS Östereiden entgegen. Torwart Franz-Josef Kötemann dirigiert seine Vorderleute.

sönliches Fehlverhalten zugrunde, spricht Unbeherrschtheit. So begann sich das Rad zu drehen: Zu den Platzverweisen gesellten sich noch einige Verletzungen, so daß die Spielerdecke wieder äußerst dünn wurde. In der Winterpause können jetzt alle ihre kleineren und größeren Verletzungen auskurieren, damit zum Rückrundenstart dann wieder alle Mann an Bord sind. Trotz aller Widrigkeiten hat es Andreas Schneider immer wieder geschafft, sonntags eine Mannschaft zu nominieren. Ich persönlich habe mir für die "Zweite" in diesem Jahr mehr Erfolg gewünscht, aber was nicht ist, kann ja noch werden. Was der Mannschaft fehlt, ist die ordnende Hand auf dem Platz. Jemand, der die junge Truppe führt; einen "alten Hasen". Von denen haben wir eigentlich genug, wir müssen nur einen finden, der die Schuhe wieder anzieht. Ich hoffe, daß die Fehler der ersten

Halbserie in der Rückrunde nicht wieder vorkommen, damit die Arbeit, die Spieler und Trainer leisten, Früchte tragen kann, denn bei beiden Teams ist mehr drin als der derzeitige Tabellenplatz.

Thorsten Kahl, Fußballobmann



Trainer ist. Inzwischen hat er das auch schriftlich, denn er hat seinen P Schein gemacht. Von dieser Stelle dazu unseren herzlichen Glückwunsch.

Wie das bei neuen Trainern so ist, hat jeder eine andere Vorstellung

bleiben. Es kam wie eine Seuche. Bis heute sind es 6 an der Zahl; zwei in der "Reserve" und vier in der "Ersten". Da kann man nur sagen: Leute, Ihr bringt Euch um die Früchte Eurer Arbeit! Dies war nicht nötig, denn allen Platzverweisen lag per-

Ich hoffe, daß die Fehler der ersten

## Der Trainer hat das Wort



Als Bernhard Grote mich im April '92 ansprach, ob ich nicht Interesse hätte der Nachfolger von Uwe Onstein zu werden, mußte ich erst einmal einige Zeit nachdenken.

Ins Trainergeschäft einzusteigen hatte ich mir zu diesem Zeitpunkt bereits vorgenommen, doch wollte ich zunächst meinen Trainerschein machen.

Nachdem ich mir einige Spiele angesehen hatte, wußte ich, daß in der Mannschaft mehr Potential steckt, als der derzeitige Tabellenplatz es widerspiegelt. Ich entschied mich also dazu, die gute Arbeit von Uwe Onstein fortzusetzen.

In den Trainingseinheiten legte und lege ich ganz bewußt den Schwerpunkt auf die Technik und das Spielverständnis, da unsere junge Mannschaft (Durchschnittsalter 23 Jahre) in diesen Bereichen meines Erachtens Defizite aufweist. Außerdem hat wahrscheinlich keine Mannschaft so viel Torschußtraining gemacht, wie die unsere, wenn sich dies bisher auch leider noch nicht ausgezahlt hat.

In der Zukunft jedoch müssen wir unsere Arbeit vor allem in den Bereichen Cleverness und Disziplin verstärken. Die Tatsache, daß wir in der Hinserie bereits 4 II rote Karten hinnehmen mußten, belegt diese Notwendigkeit eindrucksvoll.

Eine weitere Schwäche, die es abzustellen gilt, ist die Tatsache, daß wir zu emotionsgeladen und unkonzentriert spielen, wenn wir in Rückstand geraten bzw. grundsätzlich nach einem Gegentor. Dadurch mußten wir bereits einige Punkte unnötigerweise abgeben. Dies gilt es in 1993 abzustellen.

Ich wünsche beiden Seniorenmannschaften eine gute und erfolgreiche Rückserie und hoffe auf eine gute Zusammenarbeit in der nächsten Saison.

Ihr Stephan Zopp

# Jugend

## 18 Trainer / Betreuer garantieren den Spielbetrieb von 5 Jugendmannschaften

Vorstellung aller Teams - Heute: C- und F-Jugend



In den nächsten Arminen INFOS werden wir die Betreuer der verbliebenen 5 Jugendmannschaften -die B-Jugend mußte aufgrund Spielermangels abgemeldet werden- vorstellen. In dieser Ausgabe die Verantwortlichen für die 2 F-Jugendteams (6 bis 8 Jahre), Foto links, v.l.n.r.: Die Trainer Burkhard Schöberle und Rudi Fastabend, die Betreuer Franz Harrenkamp, Wilfried Berning und Werner Giersch. Foto unten: Die Trainer und Betreuer der C - Jugend: v.l.n.r.: Ernst Kemper, Reinhard Grundmeier und Manfred Giersch



## Der Gastkommentar

Seit nunmehr 6 Jahren arbeiten die Jugendabteilungen des SuS Störmede und Arminia Langeneicke zusammen. Heute fehlt uns "nur noch" eine A-Jugend. Ansonsten konnten wir wieder jeder Altersgruppe die Möglichkeit zum Spielen geben. Das ist keine Selbstverständlichkeit, wie viele immer noch meinen.

Gründe gibt es ausreichend: Je älter die Jugendlichen werden, desto mehr Hobbys und andere Interessen haben sie. Mit zunehmenden Alter werden sie aber auch schwieriger. Besonders hier fehlt uns häufig

sehr schwierige Aufgabe stellt, da die Spielerdecke bei fast allen Mannschaften sehr dünn ist.

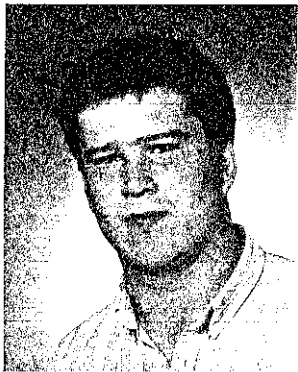
Natürlich gibt es auch sehr viel Positives zu berichten. Die beiden Jugendvorstände arbeiten sehr eng zusammen. Hier muß insbesondere die Zusammenarbeit mit Manfred Giersch hervorgehoben werden. Nicht nur, daß er seit Jahren eine Mannschaft mit viel Erfolg trainiert und betreut, er kümmert sich um alle Belange der Jugendarbeit. Unter anderem organisiert er, ebenfalls seit Jahren, die Vorrunde der Hallenkreismeisterschaft. Diese erfolgreiche Kooperation funktioniert aber nur in einem Team mit engagierten Trainern/Betreuern. Auch ihnen an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön.

Da auch immer wieder Trainer/Betreuer aus beruflichen oder privaten Gründen aufhören, sind wir auf neue Mitstreiter angewiesen, um die Jugendarbeit zu sichern. Hier hoffen wir natürlich auf die Mitarbeit der Eltern, die auf diese Weise viel mehr Freizeit mit den eigenen Kindern und deren Freunden verbringen. Aber auch die Senioren- und Altherren-Spieler sind gefordert, um die Jugendarbeit, die letztendlich die Existenz eines jeden Sportvereins sichert, zu gewährleisten.

Da es in letzter Zeit einige Gespräche über die Zusammenarbeit im Seniorenbereich gegeben hat, sei an dieser Stelle bemerkt, daß diese heute bereits in der Jugend erfolgreich praktiziert wird und einen Grundstein für die Zukunft legt. Denn die Jugendspieler von heute spielen in der Seniorenmannschaft von Morgen.

**Fazit: Es ist eine faire Zusammenarbeit mit zwei gleichwertigen Partnern.**

**Eine solide Basis für die Zukunft!!!**



**Werner Redicker**

Jugendobmann und -Geschäftsführer des SuS Störmede

die Hilfe der Eltern bei der Betreuung. Aber nicht nur die direkte Hilfe, sondern auch das bloße Interesse der Eltern fehlt zu oft. Die Motivation der wenigen Betreuer fällt uns da nicht leicht.

Zusätzlich kommen die Abwerbungen der großen auswärtigen Vereine. Die besten Spieler verlassen uns, ohne daß der Verein informiert wurde. Ist es denn nicht möglich, den Betreuer/Trainer oder Jugendvorstand von einem geplanten Vereinswechsel zu informieren? Dann erfolgt immer ein Neuanfang, der uns vor eine

## Wer steht wo?

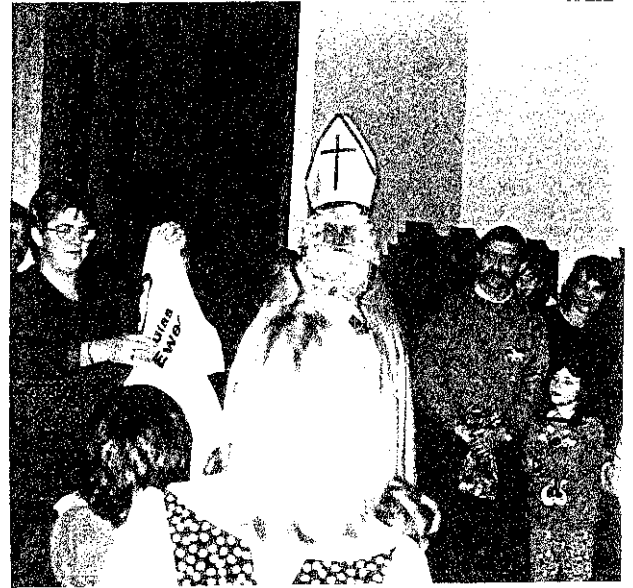
D-Jugend		C-Jugend	
<b>D-Junioren-Kreisliga A-Süd</b>		<b>C-Junioren-Kreisliga Nord</b>	
TuS Belecke I	13 11 1 1 51:7 23:3	Deddinghausen	10 6 3 1 39:16 15:5
TuS Warstein	12 10 1 1 81:16 21:3	Mönninghausen	8 5 3 0 29:8 13:3
GW Allagen I	13 6 3 4 19:20 15:11	Erwitte	8 5 2 1 19:9 12:4
DJK Mellrich	11 7 0 4 38:20 14:8	Viktoria	9 5 1 3 27:15 11:7
Oestereiden	12 7 0 5 43:26 14:10	Overhagen	9 3 1 4 22:19 7:9
Westf. Erwitte	14 6 2 6 22:26 14:14	Teutonia II	10 3 0 7 12:35 7:13
SuS Störmede	13 6 1 6 42:47 13:13	Benninghausen	10 2 1 7 23:43 5:15
TSV Rützen	12 2 1 9 6:34 5:19	Lipperode II	11 2 1 8 16:43 5:17
SuS Sichtigvor	11 1 1 9 10:48 3:19	<b>Pflichtspiele</b>	
RW Horn	11 0 0 11 7:75 0:22	Hörste	15 11 3 1 50:15 25:5
		Störmede	14 4 2 8 24:44 10:18
		Westernkotten	12 1 2 9 15:58 4:20
<b>F-Jugend I. und II.</b>		<b>E-Jugend</b>	
<b>F-Junioren Kreisliga Hellweg</b>		<b>EJunioren-Kreisliga Süd</b>	
Erwitte	3 3 0 0 22: 1 6-0	Störn./Bö/Lang.	9 8 1 0 57:1 18:1
Störmede/Lang 1	3 3 0 0 15: 4 6-0	Warstein	10 8 1 1 27:4 17:3
Störpe	4 3 0 1 20: 9 6-2	Mönningh./Ehr.	10 6 3 1 38:6 15:5
West/Bök./Eik. 2	4 2 0 2 24: 17 4-4	Erwitte	9 6 0 3 26:11 12:6
Horn	5 1 0 4 12: 19 2-8	Anröchte	10 2 3 5 6:20 7:13
Benninghausen	5 0 0 5 4: 47 0-10	Oestereiden	9 2 2 5 13:23 6:12
<b>Pfl.-Spiele:</b>		Horn/Schmerl.	8 2 0 6 3:20 4:12
Bök. West./Eik. 1	8 6 0 2 55: 11 12-4	Sichtigvor	8 0 1 7 3:56 1:15
Deddinghausen	8 3 2 3 14: 27 8-8	<b>Pflichtfreundschaft</b>	
Mönningh./Ehr	5 2 0 3 3: 15 4-6	Rützen	11 4 4 3 19:13 12:10
Störmede/Lang 2	7 1 1 5 9: 46 3-11	Kallenhardt	10 3 2 5 14:15 8:12
		Belecke	11 3 0 8 14:42 6:16

## Jugend

### Weihnachtsfeiern

Die D-Jugend gestaltete ihre Weihnachtsfeier diesmal anders, sportlich aktiv. Statt hinter den Ball zu treten wurde eine ruhige Kugel geschoben. Auf der Kegelbahn des Vereinslo-

kals Kemper-Steinhoff hatten die Betreuer Manfred Giersch, Ernst Kemper und Reinhard Grundmeier Kegelspiele vorbereitet, bei denen die Sieger auch kleine Preise erwarteten.



Zur Weihnachtsfeier der F-Mannschaften hatten sich neben den Spielern auch Mütter und Väter eingefunden.

leichte Hiebe und Tüten verteilte.

Nach einigen auflockernden Spielchen, bei denen die Lautstärke oft die Schmerzgrenze erreichte, wurde es dann aber doch mucksmäuschenstill. Der Nikolaus kam!! Und selbst diejenigen, die gewöhnlich die Größten und Stärksten sind, wurden ergriffen und sooooo klein mit Hut, als Nikolaus Werner Giersch Lob und Tadel und Knecht Ruprecht Thomas Heiermann

Ein größeres Geschenk konnte Gaby Berning dann der F - II - Jugend noch machen. Im Namen ihrer Mutter, Chefin der Firma Ewers-Glas in Mastholte, überreichte sie dem Team, im dem auch Sohn Sascha spielt, einen Satz Trikots. Lauter Jubel war ein schöner Dank, dem wir uns anschließen möchten.

Mit Fritten, Würstchen, Fanta und Cola stärkten sich die Jungs für die neue Saison.

### Seniorentabellen

Kreisliga B LP, St. Möhne		107
Effeln	— Erwitte II	3:0
Berge	— Völlinghausen	3:0
Warstein II	— Suttrop II	1:3
SK Belecke	— Mellrich	1:3
Viktoria II	— Allagen II	0:0
Kallenhardt	— Langeneicke	0:2
Stirpe II	— Oestereiden II	5:5
TuS Belecke II	— Schmerlecke	0:2
Oestereiden II	— Mellrich	0:3

1 ( 1) Schmerlecke	24 21	3 0	84:18	45:3
2 ( 2) Mellrich	23 18	3 2	88:16	39:7
3 ( 3) Effeln	23 13	5 5	51:30	31:15
4 ( 4) Berge	24 12	5 7	49:40	23:19
5 ( 5) Langeneicke	24 13	2 9	41:29	28:20
6 ( 6) Allagen II	23 10	7 6	35:31	27:19
7 ( 7) Warstein II	23 8	6 7	44:44	24:22
8 ( 8) SK Belecke	24 9	4 11	44:42	22:26
9 ( 9) Völlinghausen	24 9	4 11	38:51	22:26
10 (10) Suttrop II	24 8	4 12	45:55	20:28
11 (11) Oestereiden II	23 7	4 12	31:44	16:28
12 (12) Viktoria II	23 4	10 9	23:37	18:28
13 (13) Kallenhardt	23 6	5 12	27:52	17:29
14 (14) Erwitte II	25 6	4 15	27:68	16:34
15 (15) Stirpe II	23 2	7 14	36:70	11:35
16 (16) TuS Belecke II	23 3	3 17	29:63	9:37

### Kreisliga C LP, Staffel 2

Langeneicke II — Mettinghausen 0:4

1 ( 1) Mettinghausen	20 19	0 1	87:20	38:2
2 ( 2) Aikbeck	20 17	2 1	69:12	36:4
3 ( 3) Esbeck II	20 12	3 5	70:30	27:13
4 ( 4) Lipperode III	20 9	5 6	56:35	23:17
5 ( 5) Störmede II	20 10	3 7	43:49	23:17
6 ( 6) Sökenförde II	20 7	5 8	36:43	19:21
7 ( 7) Ehrlinghausen II	20 9	1 10	37:52	19:21
8 ( 8) Hörste-Garfehn II	20 7	3 10	32:44	17:23
9 ( 9) Waldiasborn III	20 7	3 10	30:49	17:23
10 (10) Biedinghausen II	20 4	3 13	17:46	11:29
11 (11) Mönninghausen III	20 2	1 17	13:53	5:35
12 (12) Langeneicke II	20 2	1 17	13:70	5:35



## Freizeit - und Breitensport

### "Kopf Hoch" bei Rückenschmerzen

Zum Thema Rückenbeschwerden hielt Dr. Jürgen Dramburg von der S.P.O.A.G. Lippstadt (Sportmedizinisch-therapeutische Arbeits-Gemeinschaft e.V.) am 17. September 1992 einen Vortrag im Gasthof Meyer.

Der Vortrag, vom Referenten interessant in Wort und Bild gestaltet, beinhaltete weiter lehrhaftes über unsere Wirbelsäule, Bandscheiben und die Osteoporose, die wohl überwiegend bei Frauen auftritt.

Mittels Schautafeln und an einer Wirbelsäulen- Plastik demonstrierte Dr. Dramburg den Aufbau des menschlichen Knochenbaus und die Auswirkungen falschen Verhaltens auf die Wirbelsäule. Eindrucksvoll schilderte der Referent, wie sich auch bei bereits vorhandenen Rückenbeschwerden ein sinnvoll betriebenes Sport-Training auf den Körper und den gesamten Organismus auswirkt. Weiterer Schwerpunkt des Abends waren Tips und Informationen für wirbelsäulengerechtes Verhalten im Alltag: Richtig gehen - stehen - liegen - aufstehen - tragen - usw.

Bernhard Grote verwies auf den von Arminia angebotenen Kursus "Wirbelsäulengymnastik", der von Thomas Pieper vom Kreissportbund geleitet wird.

Zum Abschluß hatten die Anwesenden Gelegenheit, mit dem Arzt des Dreifaltigkeits-Hospitals Lippstadt in einem Gespräch persönliche Fragen zu erörtern

Jutta Sonntag



Eindrucksvoll demonstrierte Dr. Jürgen Dramburg Aufbau und mögliche Schädigungen der Wirbelsäule

Obwohl der SV Arminia intensiv für diesen Vortragsabend geworben hatte (alle Langeneicker Haushalte hatten eine Einladung bekommen), war das Interesse eher gering.

### Ab jetzt nur noch kerzengerade

Der erste Kurs "Wirbelsäulengymnastik mit Entspannung" ist soeben abgelaufen und alle Teilnehmer waren sich einig: "Es hat Spaß gemacht, war sehr informativ und wir würden gern witermachen".

An 10 Übungsabenden, jeweils dienstags von 18.30 - 19.30 Uhr, trafen sich über 15 Damen und Herren verschiedenen Alters in der Sporthalle des Schulzentrums West in Geseke, um Schäden an der Wirbelsäule zu bekämpfen oder zu verhindern.

Thomas Pieper vom Kreissportbund hatte ein Programm aus Mobilisationsübungen und Übungen zur Stabilisierung der Wirbelsäule zusammengestellt. Außerdem vermittelte er einige anatomische Kenntnisse, um den Üben den Aufbau ihres Körpers noch einmal zu verdeutlichen. Zur Auflockerung baute Thomas Pieper häufig kleine Spiele aus dem Freizeit- und Breitensport ein. Ergänzend immer wieder Entspannungsübungen mit und ohne Musik.

Zum Abschluß gab es noch Informationen und praktische Tips für die richtige Haltung im Alltag, um den Rücken zu entlasten.

Der Kursus war übrigens für Vereinsmitglieder kostenlos, Nichtmitglieder zahlten DM 40,-, die jedoch bei regelmäßiger Teilnahme von der AOK erstattet werden.

Inzwischen läuft übrigens seit Anfang Februar mittwochs ein Folgekurs.



Thomas Pieper leistet Hilfestellung und verbessert immer wieder unkorrekte Haltungen

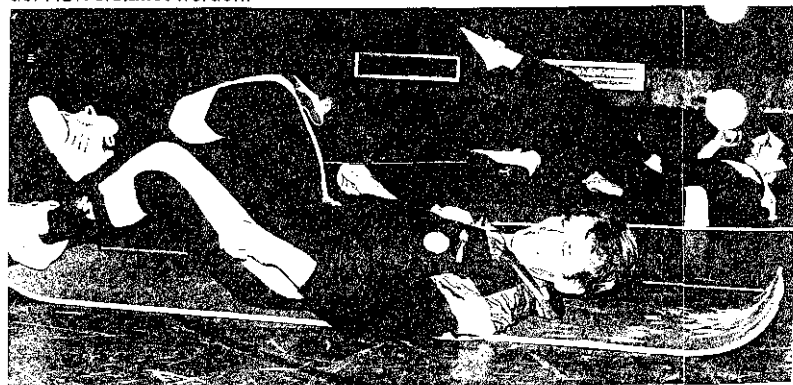
## Damengymnastik

Unter dem Motto "Halte Dich fit, turne mit" möchte ich alle Mitglieder der Gymnastikabteilung einladen, sich mehr als bisher aktiv an den Übungsabenden im Westfa-

lensaal der Gaststätte Meyer zu beteiligen, denn wer rastet, der rostet.

Bewegungsmangel und einseitige Körperbeanspruchung sind unser Zivilisationsübel Nummer 1. Deren Folgen sind: -Verspannung der Muskulatur, -Versteifung der Gelenke.

Das Übungsangebot ist vielseitig und die Übungsleiterinnen versuchen für jeden etwas anzubieten. So werden verschiedene Spiele zum Aufwärmen und zur Konditionsförderung durchgeführt. Die gymnastischen Übungen werden teilweise mit passender Musik untermalt. Zu jeder Übungsstunde gehört auch ein 10-minütiger Aerobic-Teil, indem sich jeder nach Herzenslust so richtig auspowern



kann. Als Hilfsmittel stehen Bälle, Stäbe, Reifen, Matten und ähnliches zur Verfügung.

Ab sofort werden in das Trainingsprogramm auch Übungen aus dem Seminar "Rückengymnastik" von Thomas Pieper einfließen. Am Schluß einer jeden Trainingseinheit steht "Dehnen und Stretching" auf dem Programm, um mit Entspannungsübungen den Körper den Alltag vergessen zu lassen.

Abschließend sei gesagt, daß im

Vordergrund einer jeden Trainingsstunde der Spaß und die Freude an der Beweglichkeit stehen soll; denn Gymnastik muß weder langweilig sein, noch muß sie weh tun, aber notwendig ist sie für jeden.

Maria Weier



## Alte Herren

### Mönninghauser "Oldies" werden Sieger beim Alte-Herren-Turnier

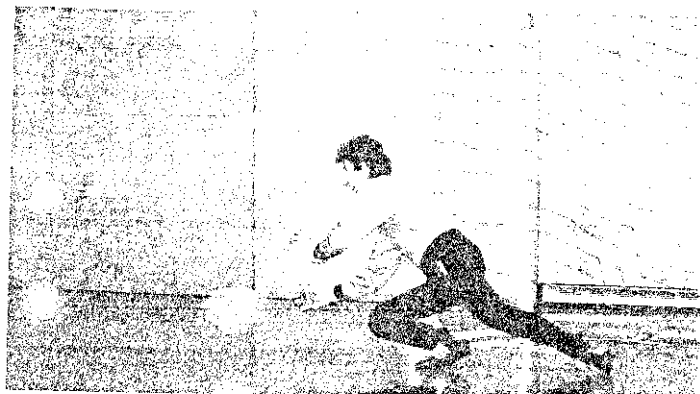
Ein sehr ausgeglichenes Turnier veranstalteten die Alten Herren des SV Arminia am 1. Adventssonntag. Die 6 Mannschaften von VfL Hörste-Garfeln, VfL 09 Geseke, SuS Störmede, FC Mönninghausen,

sternmann und Antonius Rennkamp, der zwischendurch noch das Tor von Mönninghausen hüten mußte. Das gelang ihm im Dauerstreß offensichtlich gut, denn er kassierte nur ein Tor, während seine Spieler mit 14 Treffern den besten Sturm stellten.

Insgesamt ein von Willi Heers gut vorbereitetes und spannendes Turnier, bei dem die Zuschauerresonanz leider ein wenig zu wünschen übrig ließ.

#### Spielplan und Tabelle

VfL Geseke	-	FC Mönninghausen	0:6
VfL Hörste/Garfeln	-	SuS Störmede	2:2
Arm.Langeneicke	-	GSC Wiedenbrück	0:1
VfL Geseke	-	VfL Hörste/Garf.	4:4
FC Mönninghausen	-	GSC Wiedenbrück	1:1
Arm.Langeneicke	-	SuS Störmede	2:1
VfL Geseke	-	GSC Wiedenbrück	2:0
VfL Hörste/Garfeln	-	Arm.Langeneicke	1:1
SuS Störmede	-	FC Mönninghausen	0:0
VfL Geseke	-	Arm.Langeneicke	0:4
VfL Hörste/Garfeln	-	FC Mönninghausen	0:3
GSC Wiedenbrück	-	SuS Störmede	0:4
Arm.Langeneicke	-	FC Mönninghausen	0:4
VfL Geseke	-	SuS Störmede	3:1
VfL Hörste/Garfeln	-	GSC Wiedenbrück	4:0



dem Gehörlosen-Sport-Club Wiedenbrück und dem Gastgeber Arminia spielten nach dem Modus "Jeder gegen Jeden", sodaß insgesamt 15 Spiele absolviert werden mußten. Turnierleiter in der Sprecherkabine war der "Alte Herr" Dieter Marr, als Schiedsrichter fungierten Franz We-

Damit wurde Mönninghausen Sieger vor dem VfL Hörste-Garfeln. Gastgeber Arminia wurde mit Torwart Hanne Weber, Willi Rump, Bernhard Rehkemper, Thorsten Kahl, Werner Lohn und "Peter" Brandenburg Dritter.

1. Mönninghausen	14: 1	8:2
2. VfL Hörste/Garfeln	11:10	5:5
3. Arminia Langeneicke	7: 7	5:5
4. VfL 09 Geseke	9:15	5:5
5. SuS Störmede	8: 7	4:6
6. GSC Wiedenbrück	3:11	3:7

### Altliga wird Stadtmeister

Ausrichter der diesjährigen Stadtmeisterschaft der Alten Herren und der Altligen war der FC Mönninghausen.

Endete die Alten Herren des SV Arminia unter "Ferner liefen", so konnten die Spieler der Altliga mit einem deutlichen 4:1 Sieg über BW Geseke den Titel erringen.

### Wechselt Werner Westermann vom BvB 09 zu Schalke 04 ??

#### Gelungene Jahresabschlußfeier der Alten Herren

Viele Glanzlichter hatte die auch diesmal sehr gut besuchte Nikolausfeier der Alten Herren. Neben dem guten Essen war die Tombola ein weiterer Höhepunkt des Abends im Westfalensaal. Dazu hatten Volksbank, die Gastronomen, Geschäftsleute und Versicherungen Sachpreise gestiftet, wofür an dieser Stelle gedankt sei.

renrunde durch den Saal zu laufen. Ob Werner von nun an nur noch blau-weiß von S04 statt gelb-schwarz vom

BvB träumt, wollte er uns nicht verraten.



Das Interessanteste war jedoch der Auftritt von Ruprecht Willi Weber und Nikolaus Hubert Sprink, der jedem locker die Leviten las oder auch mit einem großen Blumenstrauß für besonderen Einsatz dankte, wie bei Angelika Heers.

Ganze Überzeugungsarbeit leistete der Heilige Mann jedoch, als er Werner Westermann dazu brachte, sich in Königsblau zu kleiden und mit der Schalke-Fahne in der Hand eine Eh-



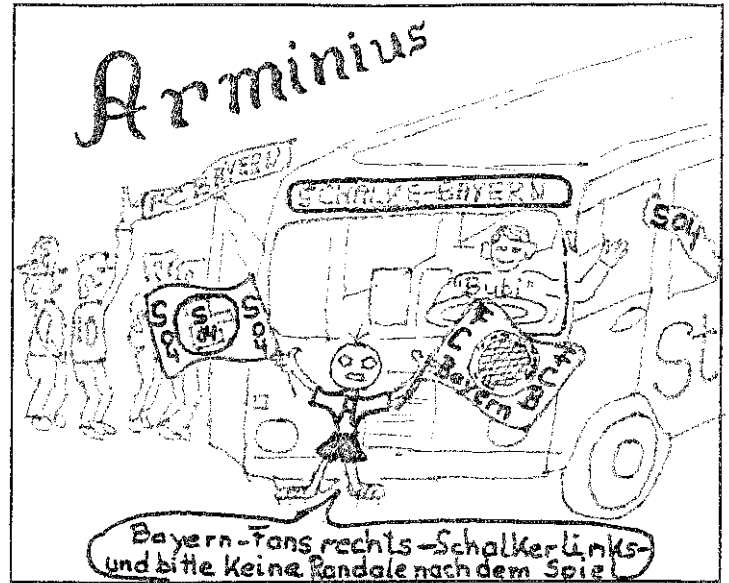
## 50 Arminen fahren auf Schalke

Am 5. Juni zum letzten Meisterschaftspiel gegen Bayern

Nach dem derzeitigen Tabellenstand könnte es gut möglich sein, daß bei diesem Spiel die Meisterschaft entschieden wird. 50 Arminen können dabei sein, wenn uns Gerhard "Bubi" Scholz am 5. Juni mit einem Stehrenberg-Bus nach Gelsenkirchen chauffiert. Das Spiel ist bereits seit Wochen ausverkauft, wir haben bereits im Januar 50 Sitzplatzkarten (Block U)

beschafft. Die Karten kosten DM 40,- incl. Busfahrt.

Damit auch Schüler und Jugendliche mitfahren können, werden wir nach dem Spiel (nach Überreichung der Meisterschale) gleich die Rückfahrt antreten. Karten können bei Werner Giersch bestellt werden.



Kennen Sie den noch ?

Gerade 70 Jahre jung ist er vor kurzer Zeit geworden (geboren 23.12.1922); das sieht man ihm nicht an, unserem ehemaligen Trainer Friedel Wulf, der Arminia Langeneicke Anfang der 70er Jahre zu ihrer Spitzenmannschaft der 1. Kreisklasse formte.

Bis heute hat er noch keinen Hausarzt, weil er gesundheitlich noch topfit ist. Regelmäßige Saunagänge tragen nach seiner Meinung dazu bei.

fen nicht nur den sportlichen Bereich-

"Als ich 1947 aus der Gefangenschaft kam, spielte ich sofort in der 'Ersten' von Teutonia, bis ich 1959 mit 37 Jahren in der Verbandsliga abdankte. Lediglich eine Verwarnung erhielt ich in all den Jahren" sagt er nicht ohne Stolz.

Heute trifft sich der Träger des Bundesverdienstkreuzes, langjähriges Ratsmitglied (1969 - 1984) der Stadt Lippstadt, aktives Mitglied der Katholische Arbeiterbewegung, regelmäßig mit den "verbliebenen Freunden", ist viel unterwegs, besucht seine 3 Töchter und bewundert die "fußballerischen Künste seiner Enkel".

Nach Lipperode, Westenholz, Sudhagen, Langenberg und Östereiden landete er bei Arminia. "Keine 6 Monate in Langeneicke" hatte man ihm prophezeit - "es wurden 3 herrliche Jahre. Wir waren nicht nur sportlich erfolgreich, sondern paßten auch menschlich sehr gut zusammen".

Die Mannschaftsbesprechungen wurden häufig genutzt, um neue Lieder einzuüben. Sonntags wurden nach dem Spiel Liedertexte verteilt und die ganze Wirtschaft sang "Flitscho, flitscho, flitschoflei, meine ist noch nagelneu...".



Friedel Wulf (70)

Viele Gespräche nach dem Spiel, auch mit den Spielerfrauen, betra-

RIH  
MURAD

Park Stadion  
Saison 1992/93  
Spiel Nr.

Samstag Bundesliga Bayern München	05.06.1993	15.30 Uhr
Begentribüne		
Drit einschl. MWST 30,00	Block	Reihe 9
Block U	UU UU UU UU UU UUUUUUUU UUUUUUUU	Platz 42
VRR-Fahrberechtigung siehe Rückseite		

XX

## Sportwoche 1993

Auch 1993 plant Arminia wieder eine Pfingst-Sportwoche. Von Mittwoch, dem 26. bis Samstag, 29. Mai werden Jugend-, Senioren- und Juxmannschaften um Pokale, Preise und Ehre spielen.

Mittwochs sind Jugendspiele, donnerstags Alte Herren-Begegnungen eingeplant, bevor freitags wieder ein Juxspiel stattfinden wird. Dazu stehen wir noch mit Feuerwehr und Tischtennis/Tennisverein im Gespräch.

Am Samstag ist ein Seniorenturnier mit beiden Arminenteams, sowie Mannschaften benachbarter Vereine vorgesehen, parallel dazu soll am Nachmittag ein Kindertrödel-

markt stattfinden. Dabei können Kindersachen, Spielzeug, Bücher, Cassetten, CD's, Fußballschuhe, Fahrräder oder sonstiger Kram von Langeneicker Kindern zum Verkauf oder Tausch angeboten werden.

Für den Sonntag ist mit Rücksicht auf die Primizfeier in diesem Jahr keine Veranstaltung geplant.

### Impressum

Herausgeber:  
SV Arminia Langeneicke e.V.  
Am Feldbach 6  
4787 Geseke 3

Freizeit und Breitensport  
Jutta Sonntag, Maria Weier  
Werner Giersch

Verantwortlich:

Jugend, Alte Herren,  
In eigener Sache,  
Werner Giersch

Seniorenbereich:  
Thorsten Kahl

Kennen Sie den noch?  
Bernhard Grote

Seniorengymnastik  
Agathe Wiehen

Rumänien  
Carsten Tollkamp, Bernd Luig