



# LDT-MAGAZIN

Heft 55 | Winter 2025/2026

„bewegend gut  
und gesund“



## 150 Jahre LDT Einladung zum Jubiläumsball

Bericht auf Seite 6

## DTB-Dance Ein Jahr voller Emotionen

Bericht auf Seite 46

Aktuelle News auf  
[www.ldt-bochum.de](http://www.ldt-bochum.de)



# RESTAURANT

# Haus Linden

Der Tradition verpflichtet!

Ihre kulinarische Heimat in Bochum-Linden.



Öffnungszeiten: Mittwoch – Samstag: 16.00 – 21.30 Uhr  
Sonntag 11.30 – 21.30 Uhr · Montag – Dienstag Ruhetag

Telefon: 0234 97 888 078

Saalbetrieb und Kegelbahn.



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Hattinger Str. 814 · 44897 Bochum

## INHALT

Heft 55  
Winter 2025/2026

Grußwort	4
Einladung zur Jahreshauptversammlung	5
150 Jahre LDT - Jubiläumsball	6
Rhönrad: Traditionell erfolgreich	8
Termine 2026	9
Rhönrad: Das Drama von(m) Siegen	10
Rhönrad: Deutschland-Cup 2025	12
LDT-Fitnessstag	14
Radtour der Jedermänner	18
Feiern im Turnschuh	23
Deutsches Turnfest in Leipzig	26
Halloween	28
Beitragsordnung	32
Kontakt zur Geschäftsstelle	33
Sportangebot	34
Aufnahmeantrag	37
Unser Kursangebot	40
Fit im Park	44
DTB-Dance	46
Sommerfest beim LDT	50
Prellball - Pott Pokal	52
Prellball - Deutsche Senioren Meisterschaft	54
Zumba	56
Triathlon und Langstreckenlauf	58
Bergtour 2024 der Jedermänner Dahlhausen	62
Amtierender Vorstand	66

# Grußwort

## Liebe Mitglieder und Freunde des LDT

Die Welt kommt nicht zur Ruhe. Weiterhin belasten geopolitische Konflikte den Frieden auf der Welt und in Europa. Leider wird auch der Ukraine-Krieg in unserer Nachbarschaft mit unverminderter Härte weitergeführt und eine Aussicht auf Frieden erscheint derzeit in weiter Ferne.

Dennoch blicken wir optimistisch in die Zukunft. Als Sportverein schauen wir auf ein rundum erfolgreiches Jahr 2025 zurück. Herausragende sportliche Erfolge in den Leistungsgruppen, wie der Gewinn der Deutschen Prellballmeisterschaft in den Altersklassen Männer 30 und 40, den 2. Platz bei der Deutschen Meisterschaft DTB-Dance in der Altersklasse 30+ für unsere Tänzerinnen der Gruppe „NonStop“, der Gewinn des Deutschland-Cup im Rhönrad-Turnen in der Disziplin „Zweikampf Sprung und Gerade“, Altersklasse 15/16, durch Lisann Kespe und nicht zuletzt der hervorragende 9. Platz in der Altersklasse M55 beim internationalen IronMan-Triathlon im schweizerischen Thun von Oliver Magdziarz, sind eine tolle Werbung für den Verein, weit über die Stadtgrenzen hinaus.

Darüber hinaus motivieren uns auch die schönen Veranstaltungen wie das Sommerfest, die Halloween-Party für Kinder und Jugendliche, unser Fitnessstag und die Teilnahme am Deutschen Turnfest in Leipzig sowie an der SSB-Aktion „Fit im Park“, weiterhin mit viel Freude und Engagement dafür zu arbeiten, den LDT als festen Bestandteil des öffentlichen Lebens im Bochumer Südwesten attraktiv zu halten bzw. zu etablieren.



**Brigitte Coutourier, Rolf Dams, Bijou Esken,  
Doris von Hagen, Jana Riesenbergs**

Dazu gehört in erster Linie der Blick nach vorne. Im Jahr 2026 feiern wir das 150-jährige Bestehen des LDT. Wir wollen dies nicht nur mit einer Festveranstaltung tun, sondern darüber hinaus alle unsere Veranstaltungen unter diesem Motto gestalten. Dazu gehören neben den bekannten Events auch die Deutschen DTB-Dance-Meisterschaften, die wir in Kooperation mit und im Auftrag des DTB ausrichten dürfen.

Unser Highlight zum Jahresabschluss, das vorweihnachtliche Schauturnen, beendet also wieder ein sehr ereignisreiches Jahr für den LDT.

Mit großer Vorfreude blicken wir auf ein spannendes Jubiläumsjahr 2026 mit besonderen Herausforderungen und vielen tollen Veranstaltungen mit Euch und wünschen ein frohes Weihnachtsfest und alles Gute zum neuen Jahr.

**Euer Vorstand**

## Einladung zur Jahreshauptversammlung 2026

### Liebe Mitglieder,

gemäß §10 der Satzung des Linden – Dahlhauser Turnvereins 1876/1888 e.V. laden wir hiermit alle Mitglieder ab 16 Jahren zur ordentlichen Mitgliederversammlung ein:

**Am Sonntag, 08. März 2026 um 11:00 Uhr**

**im Vereinsheim „Turnschuh“, Hilligenstraße 16, 44879 Bochum**

### Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung durch den Vorsitzenden
2. Wahl eines/er Protokollführers/in
3. Genehmigung der Tagesordnung
4. Gedenken der Verstorbenen des LDT
5. Genehmigung der Niederschrift der Jahreshauptversammlung vom 15.03.2025
6. Ehrungen
7. Berichte über die Vereinsarbeit
8. Bericht der Schatzmeisterin über den Haushalt 2025
9. Aussprache
10. Bericht der Kassenprüfer
11. Entlastung der Schatzmeisterin und des Vorstandes
12. Wahl eines Wahlleiters
13. Wahlen
14. Vorlage und Genehmigung des Haushaltplanes 2026 (Kurzfassung)
15. Beitragsangelegenheiten
16. Vorschau auf das Jubiläumsjahr 2026 -> 150 Jahre LDT
17. Anträge von Mitgliedern
18. Verschiedenes
19. Schlusswort

Anträge zur Mitgliederversammlung sind satzungsgemäß spätestens 2 Wochen vor der Versammlung bis zum 22.02.2025 beim Vorstand einzureichen.

Anschrift:

Rolf Dams, E-Mail: [r.dams@ldt-bochum.de](mailto:r.dams@ldt-bochum.de)  
c/o Linden-Dahlhauser TV, Hilligenstr.16, 44879 Bochum

für den Vorstand

gez. Rolf Dams, Vorsitzender





LINDEN-DAHLHAUSER TURNVEREIN

# Jubiläums BALL

Samstag

18. April 2026

ab 17.30 Uhr

- FESTAKT
- DINNER
- AUFTRITTE
- PARTY

BOCHUMER EVENTCENTER  
ROMBACHER HÜTTE 6-8  
44795 BOCHUM



„bewegend gut und gesund“

## 150 Jahre LDT

**2026 erwartet uns ein ganz besonderes Jahr:  
Der LDT feiert sein 150-jähriges Bestehen!**

Aus diesem besonderen Anlass wollen wir unsere gewohnten Veranstaltungen ganz unter das Motto dieses Ereignisses stellen, mit unseren Mitgliedern und Vereinsfreunden zusammenkommen und ausgiebig feiern.

Als besonderes Highlight findet am Samstag, 18. April 2026 unser Jubiläumsball statt, an dem wir in besonders feierlichem Rahmen mit einem stimmungsvollen Programm dieses bedeutende Vereinsereignis feierbrieren möchten.

**Eintrittskarten gibt es ab dem  
15. Dezember 2025 über  
unsere Homepage zu kaufen.**

# Rhönrad: Traditionell erfolgreich

Zum 30-jährigen Jubiläum des TSVE-Pokals machten sich auch die Bochumer Rhönradturner:innen auf den Weg nach Bielefeld. Tradition ist hier, dass der Zeitplan nie eingehalten wird und somit der Wettkampftag mit knapp zweieinhalb Stunden Verzug begann. Dafür aber nach 12 Stunden in der Halle mit reichlich Edelmetall für die Bochumer:innen zu Ende ging.

Lisann Kespe überzeugte erneut in der AK 15/16 in den Disziplinen Gerade/Sprung und konnte sich mit über drei Punkten Abstand den ersten Platz erkämpfen.

Felicia Hebach (AK 25+) und Annika Hogreve (AK 30+) sicherten sich mit sehr guten Übungen jeweils den 2. Platz.

Einen tollen ersten Wettkampf turnte Erik Renner in der Gruppe der Anfänger im

Geradeturnen mit 14 Starter:innen und landete mit einer sauberen Ausführung auf dem 2. Treppchenplatz.

Ida Tiller startete erstmals im Zusatzwettkampf Sprung Anfänger. Auch Ida konnte sich mit einer sehr guten Ausführung gegen die Konkurrenz behaupten und ebenfalls den 2. Platz belegen.

Isabelle Richter und Maja Böhmer traten zudem in der auf Wettkämpfen eher seltenen Disziplin des Synchronturnens an. Hier wird in zwei Rädern parallel geturnt.

Zu den üblichen Bewertungskriterien der Ausführung und Schwierigkeit wird hier auch die Synchronität bewertet. In der jüngsten Altersklasse der Kinder freuten sich die beiden am Ende ebenfalls über Platz 2.



## Alle weiteren Platzierungen

### Anfänger Kids

- 4. Alva von Possel
- 7. Nea Thömmes
- 8. Jule Stekelenburg
- 9. Luise Lenzen

### AK 9/10

- 13. Amaya Honigmann
- 16. Sophia Zelezik
- 18. Ida Tiller
- 21. Isabelle Richter
- 27. Felia Schwefer

### AK 11/12

- 18. Leni Marquard
- 23. Maja Böhmer

### AK 13/14 Gerade/Sprung

- 6. Aileen Kijewski

### AK 30+

- 5. Sarah Kraft

### Anfänger Sprung

- 6. Amaya Honigmann

### Anfänger Spirale

- 10. Maja Böhmer

### Zusatzwettkampf Sprung

- 6. Maja Böhmer

## Termine 2026

**Sonntag, 08.03.2026, 11:00 Uhr  
Jahreshauptversammlung\***

**Samstag/Sonntag, 19./20.09.2026  
DM DTB-Dance**

**Samstag, 18.04.2026  
Festveranstaltung  
„150 Jahre LDT“**

**Sonntag, November 2026\*\*\*  
Fitnessstag**

**Samstag, 11.07.2026  
Sommerfest**

**Sonntag, 3. Advent 13.12.2026  
Schauturnen**

\*) im Vereinsheim Turnschuh

\*\*) in den Sommerferien - genauer Zeitraum ist noch nicht bekannt

\*\*\*) genauer Termin wird noch bekanntgegeben

# Das Drama von(m) Siegen

**Lisann Kespe erreicht Qualifikation zum Deutschland-Cup 2025 im Rhönrad-**

## Turnen

Am 27.09.25 durfte Lisann Kespe zum vierten und somit letzten Qualifikationswettkampf für den Deutschlandcup im Rhönradturnen in Siegen antreten.

Zur Erklärung: Die zwei besten Ergebnisse

von drei geturnten Quali-Wettkämpfen werden herangezogen, um die besten sieben Turnerinnen Westfalens zu ermitteln, die dann bei der 4. Quali antreten dürfen.

Anschließend wird das Ergebnis des 4. Wettkampfs dazugerechnet und die zwei besten Turnerinnen dürfen sich dann mit der



nationalen Konkurrenz beim Deutschlandcup messen.

Es war ein spannendes Kopf-an-Kopf-Rennen bis zum Schluss zwischen Lisann und drei weiteren Turnerinnen aus Bestwig, Siegen und Deilinghofen, die jeweils nur einen Punkt auseinanderlagen.

Lisann zeigte eine perfekt geturnte Kür im Geradeturnen mit Höchstschwierigkeit, doch dann passierte es: Blackout und Sturz vor der letzten Übung! Dieser Fauxpas kostete viele Ausführungspunkte. Doch es hieß Nerven behalten, denn es folgte noch die zweite Disziplin „Sprung“. Hier zeigte Lisann einen sehr guten, gebückten Salto vorwärts vom 2,10 m großen Rad.

Doch auch die Konkurrenz war an diesem Tag sehr stark, sodass jede Hoffnung auf die

Qualifikation verloren schien. Unsere Turnerin wurde letztendlich Dritte, doch ob das am Ende zur Qualifikation reichen würde, war immer noch nicht klar.

Die erste qualifizierte Deutschland-Cup Teilnehmerin stand bereits fest. Lisann lag jetzt jedoch punktgleich auf Rang 2 mit einer anderen Turnerin. Bei diesem seltenen Fall tritt eine Sonderregelung in Kraft, bei der das Ergebnis des Wettkampfes zählt, der eigentlich nicht in der Wertung berücksichtigt wird.

Somit war klar, dass Lisann eine bessere Platzierung vorweisen konnte und sie sich das Ticket zum Deutschland-Cup am 8. November in Magdeburg in der Altersklasse 15/16 gesichert hat. Damit darf sie den WTB beim höchsten Wettkampf der Landesklassen auf nationaler Ebene vertreten.



*Genießen Sie eine gutbürgerliche Küche, egal ob im Restaurant,  
auf der Kegelbahn oder gemütlich im Biergarten.  
Gerne richten wir Ihre Festlichkeiten oder Feiern aus.*

Kassenberger Straße 16  
Tel: 0234/3257523

44879 Bochum  
[www.heinrichsbauer-bochum.de](http://www.heinrichsbauer-bochum.de)

# Großer Erfolg für den LDT Bochum beim Deutschland-Cup 2025 in Magdeburg



Am Wochenende des 08. und 09. November 2025 fand in Magdeburg der Deutschland-Cup im Rhönradturnen statt – der höchste Wettkampf dieser Leistungsklasse in Deutschland. Das Datum hatte dabei eine ganz besondere Bedeutung: Denn genau 100 Jahre zuvor, am 8. November 1925, wurde das Rhönrad-Patent angemeldet – ein Jubiläum, das dem Wettkampf zusätzlichen Glanz verlieh.

Nach fast zehn Jahren durfte endlich wieder eine Turnerin aus Bochum an diesem hochkarätigen Wettkampf teilnehmen. Lisann Kespe vertrat unser LDT in der Altersklasse 15/16 im Zweikampf Sprung und Gerade.

Begleitet wurde sie von den Bochumer Trainerinnen Franziska Kraft, Larissa Reetz und Annika Hogrebe, die bereits am Freitag gemeinsam mit Lisann zum Einturnen anreisten, um sich optimal an die Räder und den Hallenboden zu gewöhnen – mit großem Erfolg.

Der Wettkampf verlief reibungslos, und Lisann zeigte einen starken Sprung sowie eine herausragende Gerade-Kür, die sich deutlich von der Konkurrenz abhob. Ein besonderes Highlight dieser Kür ist der Salto rückwärts als Abgang, den Lisann perfekt in den Stand turnte. Das gesamte Team war begeistert und voller Freude über diese großartige Leistung.

Mit diesem beeindruckenden Auftritt sicherte sich Lisann Kespe verdient den 1. Platz und darf sich nun beste Turnerin Deutschlands in ihrer Leistungsklasse nennen. Das ganze Team ist sehr stolz auf eine so gute Leistung bei diesem hochkarätigen Wettkampf.

Mit diesem phänomenalen Ereignis endet das Wettkampfjahr 2025 für die Rhönradabteilung des LDT, und alle Turnerinnen sind hochmotiviert, im nächsten Jahr mit neuen Kürten an den Wettkämpfen teilzunehmen.



## Kfz-Wolff



**An- und Verkauf von  
Gebraucht- und Unfallwagen  
Dr.-C.-Otto-Str. 76  
44879 Bochum  
Fon (0234) 47 58 70  
Fon (0163) 34 55 747**

**Gerne unterbreite ich Ihnen ein Angebot  
für Ihren Gebrauchtwagen.**

# LDT-Fitnessstag 2025

## am Sonntag, 9.11.2025

### Fitnessstag des Linden-Dahlhauser Turnvereins – ein bewegender Sonntag.

Am Sonntag, 9. November 2025 hatten Mitglieder und Gäste von 10.30 bis 16 Uhr die Gelegenheit, beim Fitnessstag des Linden-Dahlhauser Turnvereins einen umfassenden Überblick über unser Breitensportangebot zu bekommen.

Circa 120 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nahmen dieses Angebot wahr, auch viele Sportinteressierte, die den LDT noch nicht gut kannten. Der Tag war geprägt von guter Laune, Spaß und vielfältigen Mitmachangeboten – von anstrengend bis entspannt.

Zu Beginn gab es eine gemeinsame Aufwärmung für alle Teilnehmer. Anschließend standen zahlreiche Workshops zur Auswahl: Insgesamt wurden 12 Angebote präsentiert, aus denen die Teilnehmenden je nach Vorlieben 6 Workshops à 40 Minuten

auswählen konnten. Die Bandbreite reichte vonfordernden Programmen wie Functional Training, Kraft- und Cardio-Workouts bis hin zu ruhigen, entspannenden Angeboten.

Tänzerische Formate im Line Dance, Zumba und Dancefeeling brachten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mitreißenden Beats und kreativen Moves in Schwung. Daneben boten Qi Gong und Tai Chi, Pilates/Stretching und Yoga-Fitness ruhige, meditativ-anregende Übungen, die zur Entspannung beitrugen.

Workshops mit Fokus auf Prävention, Beweglichkeit, Stabilität und Kraft mit Flexibar und Hanteln, allgemeines Wohlbefinden. Die Vielfalt der Workshops machte Lust, auch einmal bislang unbekannte Sportangebote auszuprobieren.

Eine Entspannungsphase schloss den Tag ab: Nach den intensiveren Einheiten gab es eine geführte Traumreise, die Körper und Sinne beruhigte.



Frische, ausgewogene Snacks und Getränke standen den Teilnehmenden bereit und boten eine wohltuende Stärkung zwischen den Workshops.

Über den Gewinn von Kursgutscheinen konnten sich drei Teilnehmerinnen freuen, die nun sofort mit ihrem Lieblingsportprogramm loslegen können.

**Fazit:** Der Fitnesstag zeigte eindrucksvoll die Bandbreite des LDT-Breitensportangebots – von energiegeladenen, herausfordernden Einheiten bis hin zu besinnlichen, entspannenden Momenten. Ein gelungener Tag mit viel Motivation, guter Laune und spannenden Mitmachangeboten.



# Zwei-Flüsse – Radtour der Jedermänner

## Oberdahlhausen 11.06. – 14.06.2025

Bereits im 30.Januar 2025 bekamen wir per E-Mail drei Tourenvorschläge für die diesjährige Fahrradtour der Jedermänner Oberdahlhausen von Friedhelm zugeschickt.

Wir entschieden uns traditionell beim Grünkohlessen im Februar 2025 für die „Zwei-Flüsse Tour. Die geplante Rundreise ging an den Rhein und an die Erft mit drei Übernachtungen und einer Tourlänge von ca. 340 km. Aussichtspunkte am Tagebau Jackerath und Garzweiler waren bei Bedarf eingeplant. Die Radtour wurde auch erstmals in die Wochenmitte verlegt. Gründe hierfür

waren: Zimmer und Lokale besser buchbar als am Wochenende, geringere Verkehrsdichte auf den Radwegen und seit 2025 haben alle Beteiligten eins gemeinsam: Status Rentner.

Friedhelm Brennholt organisierte wieder alles: Die Ausarbeitung der Streckenführung, drei Hotelübernachtungen sowie das, woran man nicht denkt. Hierfür herzlichen Dank an Friedhelm und danke an seine Heidi für die Geduld. Gegenüber dem Vorjahr hat sich die Anzahl der Biker halbiert. Fünf hochmotivierten Fahrradfahrer meldeten sich verbindlich für die Tour an. Die Beteiligten nutzten die

Zeit von Februar bis zum Startpunkt im Juni intensiv und trainierten individuell oder in Gruppenfahrten. Die Teilnehmer haben sich immer montags mit einer Tagestour von ca. 70 - 90 km darauf vorbereitet. Die „Maschinen“ wurden geputzt, gepflegt und kurz vor der Tour noch zur Inspektion gebracht.

### 1.Tag (Mittwoch, 11. Juni 2025, Etappenziel Bergheim)

Am 11. Juni um 8:10 Uhr starteten wir an der Gaststätte „PIGI“ in Bochum-Eppendorf/Bochum-Oberdahlhausen. Alle fünf Radfahrer waren gut gelaunt und unser erstes Ziel war der S-Bahnhof in Wattenscheid-Höntrop. Nebeneinanderfahren kam auf der Gartenstr. in Höntrop bei einigen „Schulkinder-Taxi-Müttern“ überhaupt nicht an. Egal, nonstop fuhren wir diesen Streckenabschnitt in Minuten und genossen die Morgensonne am Bahnsteig. Verteilt auf zwei Waggons fuhren wir in Richtung Rheinland. Der Zugbegleiter der DB entpuppte sich als Comedy-Star. Seine Durchsagen an den Haltepunkten waren der Brüller. Der Mühlheimer Hbf wurde von ihm

als „Hbf den keiner kennt“ bezeichnet sowie „holen sie die Badehose raus“. In Duisburg Hbf kündigte er eine „Kaffeepause“ an und als wir in DU-Großenbaum auf der Strecke warten mussten, kam die Durchsage: „Eine Colabüchse hat uns überholt“. Gemeint war ein Zug mit einer Cola-Werbefläche.

Die Anfahrt war sehr kurzweilig, und wir erreichten um 10:15 Uhr den Düsseldorf Hbf. Wir fuhren durch die Düsseldorfer Innenstadt, vorbei am Fernsehturm und dem Landtag auf den Weg nach Neuss-Grimlinghausen, wo die Erft in den Rhein mündet. Zunächst ein Foto und unsere Tour begann um 11:15 Uhr bei gutem Wetter.

Immer an der schönen Erft entlang, vorbei an Erdbeer- und Rapsfeldern, machten wir nach 30 km Pause und ließen uns die mitgebrachte Verpflegung schmecken. Auch der vorbeikommende Hund „Suma“ roch unsere Kniften und wollte etwas abhaben. Weiter ging es in Richtung Garzweiler. Bei Kilometer 50 erreichten wir den Aussichtspunkt und staunten über das Ausmaß des Tagebaus. Riesig und schier endlos erstreckte sich die

Rezepte jetzt auch **ONLINE** einlösen

Wir sind für Sie da - vor Ort und digital

**bahnhof apotheke**  
Stephan Müller

[www.bahnhof-apotheke-bochum.de](http://www.bahnhof-apotheke-bochum.de)

Dr.-C.-Otto-Str. 121 • 44879 Bochum • T. 0234 - 49 22 95



Grube vor uns. Davon beeindruckt wollten wir mehr davon sehen und entschlossen uns den „Skywalk“ in Jüchen anzusteuern. Eine Zusatzstrecke von ca. 30 km sollte uns nicht schrecken.

Auf der Fahrt dorthin kamen wir durch Keyenberg bei Erkelenz. Hier bot sich uns eine Geisterstadt. Es waren alte und neue Häuser links und rechts der Straße zu sehen, aber herabgelassene Rollläden und alles menschenleer. Mittagspause? Nein, ganz im Gegenteil. Der Energiekonzern RWE hatte damals geplant, dass die Ortschaft dem Tagebau weichen sollte. Die Umsiedlung fand 2016 statt. Im Jahr 2022 gab RWE dann bekannt, das Dorf doch nicht abzureißen.

Die Eindrücke der „Geisterstadt“ noch im Hinterkopf kamen wir bei Kilometer 66 am „Skywalk“ an. Der noch bis 2030 aktive Tagebau bot von dieser Stelle einen imposanten Ausblick. Nach 2030 soll alles renaturiert und mit Wasser aufgefüllt werden. Die umliegenden Grundstücke sind bereits alle verkauft.

Weiter ging es nach Bedburg. Wir machten Rast im „Landhaus Danielshof“. Im schönen Biergarten genossen wir das kühle Kölsch. Der Akku eines Teammitgliedes lechzte nach Strom bei einer Anzeige von nur noch einem Balken.

Erfrischt und mit einer Reserve von zwei Balken ging es in Richtung Bergheim, unserem Tagesetappenziel. Am Rand von Bedburg bemerkte Hans jedoch an seinem Hinterreifen einen unruhen Lauf. Es stellte sich heraus, dass er einen Platten hatte und das nicht das erste Mal. Auf der Suche nach einem Fahrradladen – es war bereits kurz vor 18:00 Uhr – wurden wir fündig, aber der hatte mittwochs geschlossen. Selbsthilfe war angesagt. Mitten auf dem Bürgersteig vor einem Lokal reparierten wir den Platten. Werner steuerte den Ersatzschlauch dazu und die Arbeit begann. Mehr als 300 Jahre Erfahrung standen zusammen. Der Ein- und Ausbau konzentrierte sich lediglich auf zwei Fahrer. Alles im Lot fürs Erste.

Die Ankunft in Bergheim verzögerte sich leicht um anderthalb Stunden und so erreichten wir



gegen 19:30 Uhr unsere erste Unterkunft „Brauhaus zur Krone“ bei Kilometer 94. Nach dem Motto zuerst das Pferd, dann der Reiter, versorgten wir unsere E-Bikes und checkten ein. Nach nur fünfzehn Minuten saßen wir draußen und orderten Kaltgetränke sowie das Essen. Ein Problem mit dem Fl-Schalter in der Küche wurde von Hans elegant gelöst und bei der Abrechnung seines Aufenthaltes entsprechend von dem Gastwirt gewürdigt.

Danach machten wir noch im Eissalon halt und schlenderten durch Bergheim. Ein ansässiger Fahrradhändler machte sehr gute Angebote für E-Bikes. Wir wollten keines. So endete gegen 22:00 Uhr der erste Tag unserer Tour.

## 2. Tag (Donnerstag, 12. Juni 2025, Etappenziel Rheinbach)

Der nächste Tag begann mit einem guten Frühstück und einem Fotoshooting vor dem Brauhaus. Die notwendige Marschverpflegung kauften wir bei dem Bäcker unseres Vertrauens ein und machten uns auf den Weg in Richtung Rheinbach. Nach einer knappen Stunde Fahrt meldet uns Hans, dass der Reifen wieder unrund läuft. Pumpen,

fertig. Wir passierten die Wasserburg in Kerpen, ließen Blatzheim hinter uns und beobachteten die Flugkünste der Eurofighter des Jagdbombergeschwaders 31 „Boelke“, welches in Nörvenich stationiert ist.

Die verdiente Pause machten wir in Eggersheim auf einer Bank und kamen überein, dass die Luft im Reifen von Hans hält. Das Stadttor von Zülpich erreichten wir bei Kilometer 51/145. Das Fotoshooting war schnell erledigt, aber eine geeignete Gaststätte in der City mit Kaltgetränken nicht auffindbar. Ein Blick ins Internet, und wir wurden auf den Seepark Zülpich am Ortsrand aufmerksam. Am „Lago Beach“, von Palmen und Sandstrand umgeben, machten wir unsere wohlverdiente Pause. Strom für den Akku gab gratis dazu. Der Abschied aus dieser Urlaubsidylle bei 28 Grad fiel uns nicht leicht. Gegen 18:45 Uhr kamen wir in unserem „Hotel Nord“ bei Kilometer 90/184 in Rheinbach an. Nach einem Duschbad ging es ins hoteleigene Restaurant zum Abendessen mit einem anschließenden Absacker. Gegen 22:00 Uhr endete unser 2. Tag mit der schrecklichen Nachricht von einem Flugzeugabsturz in West-Indien.

**3. Tag (Freitag, 13. Juni 2025,  
Etappenziel Hürth-Fischenich)**

Am nächsten Morgen waren nicht alle fit, da die gebuchten Zimmer an der B266 lagen. Ab fünf Uhr morgens fuhren dort die LKW vorbei und hielten uns wach. Es waren sehr viele. Eine Strichliste wurde darüber nicht geführt. Dafür war das Frühstück gut und die Sonne strahlte. Die geplante Abfahrt um 9:30 Uhr in Richtung Hürth verzögerte sich technisch bedingt um zehn Minuten.

Nach einer kurzen Fahrt stießen wir auf die Apfelroute. Vor uns ein riesiger Obst- und Gemüseanbau sowie Apfelplantagen abgedeckt durch Netze. Die Stimmung war wie immer ausgelassen. Wir machten an einem Erdbeerfeld halt und nahmen eine Verkostung vor - lecker!

Die Temperatur erreichte zur Mittagszeit ca. 27 Grad und wir hatten eine gute Sicht. In der Ferne konnten wir den Petersberg bei Königswinter bereits erkennen. In Wachtberg machten wir Rast und genossen den Blick auf die Drachenburg, den Petersberg und das darunter gelegene Rheintal. In einer schnellen Abfahrt erreichten wir die Uferstraße und radelten rheinabwärts an eleganten

Alt- und Neubauten vorbei. Zahlreiche Frachtschiffe, Motorboote und Jet-Skis fuhren stromaufwärts und -abwärts. In Bonn-Beul hinter dem Regierungsviertel machten wir halt und gönnten uns bei mittlerweile 32 Grad das bewährte Kaltgetränk. Dabei beobachteten wir das Treiben auf dem Rhein.

Der Dehydrierung entgangen, setzten wir unsere Fahrt fort und kamen in Hürth-Fischenich an unserem Hotel „Breidenbacher Hof“ gegen 16:00 Uhr bei Kilometer 64/248 an. Die Fahrräder konnten wir im eleganten Eingangsbereich des Nebeneingangs unterstellen. Dann stärkten wir uns mit Abendessen und einem gepflegten Kölsch bzw. Pils und ließen den 3. Tag gegen 21:30 Uhr ausklingen.

**4. Tag (Samstag, 14. Juni 2025,  
Etappenziel Düsseldorf)**

Der letzte Tag unserer Rundreise begann wieder um 8:00 Uhr mit einem ausgiebigen Frühstück. Taschen packen, auschecken und Abfahrt um 9:35 Uhr. Ziel war wieder der Düsseldorfer Hbf. Die ersten 10 km waren ausschließlich Asphaltstrecke. Dann aber wechselten wir in die Rheinauen. Von saftigem Grün umschlungen, genossen



Spass im LDT  
Sport im LDT  
**Feiern im LDT**

Wo?????????

Natürlich in unserem Vereinsheim

**Turnschuh**

Hilligenstr. 16, 44879 Bochum

Dort stehen Euch zwei große Räume (einer mit Theke und Zapfanlage) und eine wunderschöne Terrasse zur Verfügung.  
Parkplätze befinden sich vor dem Haus.

**Preise für Vermietungen gültig ab dem 01.01.2025**

<b>Mietpreis für</b>	<b>1 Raum</b>	<b>€ 150,-</b>
<b>Mitglieder</b>	<b>2 Raum</b>	<b>€ 200,-</b>
<b>Mietpreis für</b>	<b>1 Raum</b>	<b>€ 250,-</b>
<b>Nichtmitglieder</b>	<b>2 Raum</b>	<b>€ 300,-</b>
<b>Kaution</b>	<b>€ 350,-</b>	
<b>Kaution Treppenlift*</b>	<b>€ 20,-</b>	
<b>Anzahlung</b>	<b>€ 100,-</b>	
<b>Zapfanlage</b>	<b>€ 20,-</b>	

\* Nur bei Nutzung des Treppenliftes

Die Vermietung wird in unserem Geschäftszimmer im „Turnschuh“ oder telefonisch unter der Rufnummer:

**0234 / 49 59 97** oder Fax: **0234 / 2 98 86 78** vorgenommen.  
Die Anmietung der Räumlichkeiten wird erstmals vorläufig und nach der Genehmigung des Vorstandes verbindlich reserviert.

**Impressum LDT-Magazin**

Linden-Dahlhauser Turnverein 1876/1888 e.V., Hilligenstr. 16, 44879 Bochum,  
Telefon 0234/495997, Telefax 0234/2988678, E-Mail: kontakt@ldt-bochum.de

Redaktion: Rolf Dams, Jana Riesenber, Bijou Esken, Markus Wende, Gerald Klimt, Brigitte Coutourier

Auflage: 1.000 Stück

Layout, Satz & Druck: 5th FLOOR GmbH  
www.5th-floor.de

**JUNKERS**  
**WÄRME**  
**PARTNER**  
Wir gestalten Ihre Energiezukunft

**PETER STRIEB**  
Ihr Fachbetrieb für  
**Sanitär · Heizung**  
**Rohr- und Kanalreinigung**

Dr.- C.- Otto Str. 7 - 44879 Bochum Tel. 0234 492934 info@strieb.de

wir die Fahrt mit Blick auf unser nächstes Zwischenziel, nämlich Köln. Am Deutschen Sport- und Olympia-Museum nahmen wir die „Power Girls“ wahr. Wir stellten fest, dass wir die Übungen auch immer freitags machen. An den Rheinbrücken war viel los.

Auch wir stellten uns für ein Gruppenfoto mit dem „Dom zu Kölle“ im Hintergrund in Pose.

Bei 29 Grad setzten wir unsere Fahrt fort. Vorbei an dem Hafengebiet von Köln



mit unzähligen Containern erreichten wir Leverkusen und anschließend Köln-Worringen bei Kilometer 52/300. Der Rheinschleife entlang und die Sonne im Nacken machten wir in Dormagen bei „Piwipp“ Rast. Neben Ruderern und Ausflugsgästen pausierten wir in dem schönen Ausflugslokal. Der rege Schiffsverkehr war imposant anzusehen. Jede Pause endet mal und so ging es weiter in Richtung Zons.

Das Wetter änderte sich, dunkle Wolken zogen auf. Bei Rheinkilometer 737 verließen wir in Neuss-Grimlinghausen den Rhein und fuhren an der Mündung der Erft in den Rhein vorbei. Wir überquerten den Rhein auf der Josef-Kardinal-Frings-Brücke und mit Speed und ein paar Regentropfen ging es auf die Düsseldorfer Innenstadt zu in Richtung Hbf.



Die Fahrkarten waren aufgrund der Routine schnell gelöst und wir saßen innerhalb von 25 Minuten in der S-Bahn Richtung Bochum. Nach ca. einer Stunde kamen wir in Wattenscheid-Höntrop an und radelten zu unserem Ausgangspunkt der Gaststätte „PIGI“. Der Blick auf den Tacho zeigt kaufmännisch gerundet Kilometer 98/346 an. Wir verabschiedeten uns standesgemäß und ließen nur noch rollen.

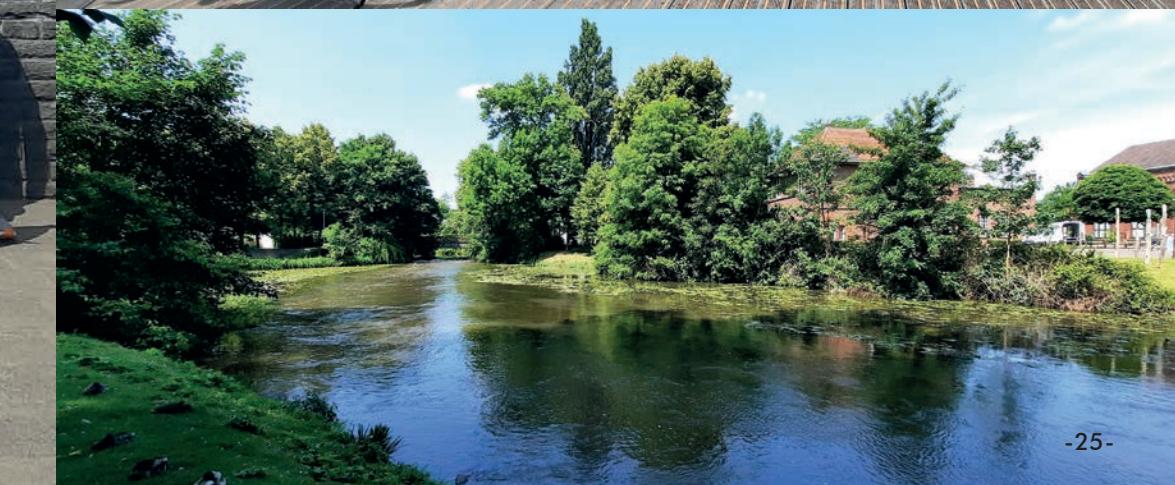
**Epilog:** Zusammenfassend können wir festhalten, dass alles gepasst hatte. Die Tagesetappen, die Unterkünfte, das Essen, keine Unfälle und vor allen Dingen das Wetter. Die Stimmung und der Zusammenhalt

in der Gruppe waren auf der Gesamtstrecke von 346 km mehr als Top. Die Ursache für den platten Reifen lag an einem spitzen Stein, der im Mantel des Reifens schlummerte. Innerhalb der Woche und nicht am Wochenende zu fahren, hat sich bewährt. Was will man mehr. Im Januar ist wieder Grünkohlessen, und der Planungs- und Entscheidungsprozess beginnt wieder. Hoffentlich.

Friedhelm: Vielen Dank für die Planung, wo geht es in 2026 hin?

PS: Der Beitrag ist „hand made“ geschrieben und KI kam nicht zum Einsatz.

Jürgen Görke



# 44. internationales Deutsches Turnfest in Leipzig 2025

Vom 28. Mai bis 2. Juni 2025 war es endlich so weit. Leipzig lud mit vier Jahren coronabedingter Verspätung wieder zu einem Deutschen Turnfest ein. Der LDT war mit 86 Aktiven, darunter 41 Kindern, vertreten. Mit einem Reisebus und etlichen PKWs traten wir den Weg nach Leipzig an.

Während die einen sich in Apartments bzw. Hotels einquartiert hatten, übernachteten 58 Teilnehmer in einer Schule. Diesmal hatten wir Glück, die Unterkunft lag zentrumsnah und wir hatten reichlich Platz. So konnte abends viel gefeiert werden, was auch den Zusammenhalt der Gruppe stärkte.

Die Eröffnungsveranstaltung am Mittwoch

auf der Festwiese vor dem RB-Leipzig Stadion war noch verregnet, dafür hatten wir aber Kaiserwetter in der restlichen Woche.

Unsere Sportler beteiligten sich in den Bereichen Prellball, Turnen, Rhönrad, DTB-Dance, Wahlweitkampf und dem Gesundheitssport. Dabei wurden auch einige sehr gute Ergebnisse erzielt.

Die Mitmachangebote und Abendshows begeisterten uns ebenfalls. Auf zwei zentral in der Stadt gelegenen Bühnen konnte man ganztägig abwechslungsreiche Vorführungen und Live-Musik erleben.

Viele von uns waren auch bei der gut besuchten Turnfestgala, die vor allem dank

ihrer Vielseitigkeit aus dem bunten Repertoire des Turnens überzeugte. Die Turn-Jugend Party kam bei unseren Jugendlichen ebenfalls gut an.

Ein besonderer Höhepunkt waren die Turn-Europameisterschaften, die in der Messe Leipzig ausgetragen wurden. Unsere Kunstr Turnerinnen ließen sich die Wettkämpfe natürlich nicht entgehen.

Neben den zahlreichen Angeboten in den Sport- und Veranstaltungsstätten konnten wir auch viele Eindrücke von der schönen Stadt Leipzig mitnehmen.

Jetzt geht es nächstes Jahr vom 3.6. – 7.6.2026 zum Landesturnfest nach Hamm und 2029 findet dann das nächste Deutsche Turnfest in München statt (9.5. – 13.5.2029).

Wir freuen uns schon darauf.

**Eure Marita Göttel**

**Besonders zu erwähnen sind folgende Platzierungen:**

**Rhönrad: Lisann Kespe**  
1.Platz, Geradeturnen W15

**DTB-Dance: Gruppe „Non Stop“**  
Deutscher Vizemeister AK30+

**DTB-Dance: Gruppe „Mobilé“**  
4. Platz Deutsche Meisterschaften Kleingruppen AK15+

**Prellball:**  
Vizeturnfestsieger 19+



# Schaurig-schöne Halloweenparty

Am 31. Oktober fand im Vereinsheim nach langer Zeit erstmals wieder eine Halloween-party für Kinder und Jugendliche statt. 21 Hexen, Geister und Gruselgestalten zwischen sechs und zwölf Jahren folgten der Einladung und feierten gemeinsam in gruseliger Atmosphäre.

Zu Beginn sorgten Spieleklassiker wie Stop-Tanz und Mumienwickeln für gute Stimmung und einige gruselige Mini-Spiele förderten den Ehrgeiz der Kinder.

Nach viel Bewegung war es Zeit für eine Pause, und alle konnten sich bei einem schaurig hergerichteten Buffet mit Snacks und Getränken stärken.

Thematisch passend ging es am Basteltisch weiter. Glitzer- und Leuchttattoos waren der Hit; viele Kinder fanden aber auch Spaß am Gestalten ihrer eigenen Halloween-Buttons und Spinnen aus Papptellern und Strohhalmen. Der Kreativität waren keine Grenzen gesetzt und die selbst gebastelten Werke



wurden anschließend stolz als Erinnerung mit nach Hause genommen.

Auch wenn die Kids kaum vom Basteltisch wegzuholen waren, wurde es dann aber nochmal aktiver, und bei weiteren gemeinsamen Spielen wurde alles gegeben und sich richtig ausgetobt.

Zum Abschluss dann das Highlight: alle Kinder wurden vor der Party vom „Grafen des Vereinsheims“ darauf hingewiesen, lieber eine Taschenlampe mitzubringen, am Halloweenabend weiß man ja nie... Diese sollten nun zum Einsatz kommen, denn auf der Terrasse des Vereinsheims hatten die kleinen

Geister für jedes Kind eine Tüte mit Süßem und Saurem versteckt. Alle trauten sich also raus in die dunkle Nacht und mithilfe der Taschenlampen und großer Motivation waren alle Tüten schnell gefunden.

Gut gelaunt und mit vollem Süßigkeiten-Bauch verabschiedeten sich die Kinder von unseren Hexen Viki und Jana, die Geister verschwanden wieder auf dem Dachboden und unser „Turnschuh“ blieb in einer atmosphärischen Halloween-Nacht zurück.

Ob die Vereins-Geister auch im nächsten Jahr wieder hervorkommen...?



## Ihre Werbung im LDT-Magazin? Sehr gern. Sprechen Sie uns an:

Telefon: 0234 - 495997

E-Mail: kontakt@ldt-bochum.de

Ihr Gärtner- und Floristenteam

**KÜSTERMANN** Meisterbetriebe

florale Gestaltung

Floristik und Fleuropservice  
Grabgestaltung und Grabpflege  
Gartenpflege  
Beet- und Balkonpflanzen aus eigener Produktion

Ettersheide 7      44879 Bochum      Im Berge 15c  
0234-493851      0234-494491

# LDT Beitragsordnung 2026

Gebühr / Beitrag			
1.	Aufnahmegebühr für alle neuen Mitglieder (auch beitragsfreie)		10,00 €
2.0	Jahresbeiträge		
2.1	Mitgliedsbeitrag Erwachsene (ab 18 Jahre) (aktive, passive, fördernde)		90,00 €
2.2	Mitgliedsbeitrag Jugendliche (14 – 18 Jahre), Schüler, Studenten, Auszubildende*		65,00 €
2.3	Mitgliedsbeitrag Kinder, die bis zum 01.01. des Jahres das 14. Lebensjahr noch nicht vollendet haben**		52,00 €
3.0	Zusatzbeiträge		
3.1	Zusatzbeitrag für Rhönradturnen		90,00 €
3.2	Zusatzbeitrag - für Leistungsbereich Gerätturnen, weiblich nur Turnhalle für Turnhalle und Turnzentrum (ohne Nutzungsgebühr)		140,00 € 180,00 €
3.3	Zusatzbeitrag für Leistungsbereich Tanzen		120,00 €
3.4	Zusatzbeitrag für Leistungsbereich Wettkampfsport in den Bereichen: Prellball und Triathlon		30,00 €
*	Schüler, Studenten, Auszubildende  müssen nach Vollendung des 18. Lebensjahres bis zum 31.01. eines jeden Jahres an die LDT-Geschäftsstelle eine Schul-, Studien- (Wintersemester), Ausbildungsescheinigung unaufgefordert vorlegen, weil sonst der Erwachsenenbeitrag erhoben wird.  Dieser Beitrag gilt auch für Empfänger des Arbeitslosengeldes I oder II nach Vorlage einer Bescheinigung.		
**	Sind mehrere Kinder einer Familie im LDT, so wird ab dem 3. Kind Beitragsfreiheit gewährt, außer der einmaligen Aufnahmegebühr.		
	Für die Teilnahme am Eltern + Kind-Turnen ist es erforderlich, dass neben dem(n) Kind(ern) zumindest ein Elternteil Mitglied im LDT ist.		
	Erziehungsberechtigte von Kindern und Jugendlichen verpflichten sich zusammen mit dem Vereinsmitglied gegenüber dem LDT als Gesamtschuldner zur Zahlung des jeweiligen Mitgliedsbeitrags im Lastschriftverfahren.		
	Beitragsfälligkeit: Jahresbeitrag: 15.02. Zusatzbeiträge (3.1, 3.2, 3.3): hälftiger Beitrag 30.03. und 30.08. Zusatzbeiträge (3.4): 30.03.  Der Bankeinzug erfolgt zum Fälligkeitsdatum. Der Jahresbeitrag ist zum Fälligkeitsdatum vollständig zu entrichten. Eine Rückerstattung oder teilweise Erstattung findet auch dann nicht statt, wenn das Mitglied im Laufe des Jahres aus dem Verein ausscheidet.		

## Hat sich bei Dir Adresse, Name, Konto-Nr. geändert?

Liebes Vereinsmitglied, wenn sich Deine Adresse geändert hat oder Du die Idee hastest, den bisherigen Namen durch einen Neuen zu ersetzen, dann lass' es doch bitte die Geschäftsführung wissen.

Auch wenn Du Dir ein neues Bankkonto zugelegt hast ist das für uns wichtig. Dann fülle bitte die nachfolgenden Zeilen aus und sende sie an uns.

### LDT-GESCHÄFTSSTELLE „TURN SCHUH“

Hilligenstraße 16

Postanschrift: Postfach 50 02 20, 44872 Bochum

### Konto-Nr. für Spenden und Zuwendungen:

IBAN DE23 4305 0001 0005 3068 40

**Sprechstunden: Dienstag 16.00 bis 20.00 Uhr**

Telefon: 0234 / 49 59 97

E-Mail: kontakt@ldt-bochum.de

Telefax: 0234 / 2 98 86 78

Internet: www.ldt-bochum.de

Information	alt	neu
Name		
Vorname		
Straße und Haus-Nr.		
Postleitzahl		
Ort		
Telefon-Nr.		
Bank		
Name des Instituts		
Konto-Nr.		
Bankleitzahl		
IBAN		
BIC		

# UNSER SPORTANGEBOT FÜR EUCH (Stand 15. November 2025)

Kommt doch einfach vorbei, macht 3 Mal ein Probetraining und entscheidet dann ob unser Angebot zu Euch passt!

Informationen & Kontakt:

Telefon: 0234 / 49 59 97

E-Mail: kontakt@ldt-bochum.de

Unser Kursprogramm unterliegt einem ständigen Aktualisierungsprozess und wird daher an dieser Stelle nicht veröffentlicht.

Aktuelle Informationen dazu finden sich auf unserer Homepage unter:

<https://www.ldt-bochum.de/sportangebot/kursangebote/>

Ort	Tag	Uhrzeit	Sportart
Großturnhalle im Schulzentrum Südwest Dr.-C-Otto- Str. 88	Di	17:30 - 20:00	Gerätturnerinnen Leistungsgruppe ☀
	Di	18:00 - 20:00	Jazztanz "Konfettis" 10-12 Jahre
	Di	20:00 - 22:00	Cardio-Fit
	Di	20:00 - 22:00	Prellball Männer + Frauen
	Di	20:00 - 22:00	Volleyball Mixed-Gruppe
	Do	17:30 - 20:00	Gerätturnerinnen Leistungsgruppe ☀
	Do	18:00 - 19:30	Jungen in Bewegung
	Do	20:00 - 22:00	Jung oder älter - "Fit mit dem Ball" ab 14 Jahre
	Do	20:00 - 22:00	Prellball Männer + Frauen
Päd. Zentrum im Schulzentr. Südwest	Mo	19:30 - 21:30	Jazztanz ab 30 Jahre
Turnhalle Grundschule Dr.-C.-Otto-Str. 112	Mo	16:00 - 17:00	Turnen Eltern + Kind I
	Mo	17:00 - 18:00	Turnen Eltern + Kind II
	Mo	18:00 - 19:00	Gesundheits-Workout
	Mo	19:00 - 20:00	Power and Work
	Di	16:00 - 17:00	Turnzwergen 3 - 5 Jahre
	Di	17:00 - 18:00	Kinderturnen 6 - 9 Jahre
	Mi	18:00 - 19:00	Wirbelsäulen-Gymnastik
	Mi	19:00 - 20:00	Wirbelsäulen-Gymnastik
	Do	18:00 - 19:00	Power and Work
Großturnhalle Lindener Str. 126	Mo	18:00 - 19:30	Prellball (Hobbygruppe)
	Mo	19:00 - 20:30	Fitnesstraining der Frauen
	Mo	19:30 - 22:00	Jazztanz "Nonstop"
	Di	16:45 - 17:45	Sportkids - Allgem. Turnen 3 - 6 Jahre
	Di	18:00 - 19:00	Step-Aerobic für Anfänger
	Di	19:00 - 20:00	Fit - gesund - beweglich
	Do	20:00 - 22:00	Zusatraining Jazztanz "Mobilé" und "NonStop"
	Fr	17:30 - 19:00	Jazztanz "Amigas" ab 10 Jahre
	Fr	19:00 - 20:30	Jazztanz "Mobilé"
	Fr	18:00 - 20:00	Fitnesstraining der Jedermänner

Ort	Tag	Uhrzeit	Sportart
Turnhalle Köllerholzweg 61	Mo	16:00 - 17:30	Rhönradturnen 7 - 13 Jahre ☀
	Mo	17:30 - 19:00	Rhönradturnen ab 14 Jahre ☀
	Mo	19:00 - 20:00	Step-Aerobic
	Di	19:00 - 22:00	Rhönradturnen ☀
	Mi	18:30 - 20:00	Fit und mobil, Er und Sie-Gruppe
	Do	16:00 - 17:00	Kinderturnen 6 - 10 Jahre
	Do	17:00 - 18:00	Kinderturnen 4 - 8 Jahre
	Do	18:00 - 19:30	Turnen für Mädchen ab 10 Jahren
	Do	19:30 - 20:30	Step and Dance - Step Aerobic für Fortgeschrittene
Vereinsheim "Turnschuh" Hilligenstr. 16	Do	20:30 - 22:00	Late Night Gym
	Fr	17:00 - 18:30	Jazztanz "Hush Puppies" ab 6 Jahren
	Fr	20:00 - 22:00	Fitnesstraining der Jedermänner
	Mo	17:00 - 18:00	Gesellschaftstanz für Anfänger
	Mo	18:00 - 19:30	Gesellschaftstanz für Fortgeschrittene
	Di	10:00 - 11:00	Fit in den Tag für Senioren
	Mi	08:30 - 09:30	Yoga
	Mi	09:30 - 10:30	Yoga
	Stadion "in der Hei"	Fr	17:00 - 19:00
Schwimmhalle Sportzentrum Westenfeld	Mi	19:00 - 20:30	Triathlon Schwimmen
	Mi	17:30 - 19:30	Gerätturnerinnen Zusatraining Leistungsgruppe ☀
TZ Harpener Heide	Fr	15:00 - 17:00	Gerätturnerinnen Zusatraining Leistungsgruppe ☀
	Mo	9:00 - 10:30	Nordic-Walking

Geschäftsstelle "Turnschuh" des Linden-Dahlhauser TV  
Hilligenstr. 16 - 44879 Bochum  
Tel.: 02 34 / 49 59 97 - Fax: 02 34 / 2 98 86 78  
E-Mail: [kontakt@ldt-bochum.de](mailto:kontakt@ldt-bochum.de) - [www.ldt-bochum.de](http://www.ldt-bochum.de)

\* Aufnahme in diese Gruppen nur über besondere Sichtungen durch die Trainer möglich.

# SEIT 20 JAHREN IN BOCHUM

JETZT IN ALtenBOCHUM



## DENTAL-LABOR — FIRLAY —

WIR BIETEN IHNEN ALS DIGITALES LABOR DAS GESAMTE  
LEISTUNGSSPEKTRUM DER ZAHNTECHNIK AN

INNOVATIV NATÜRLICH BEZAHLBAR

tel: 0234 97058944  
[info@dentaltechnik-bochum.de](mailto:info@dentaltechnik-bochum.de)  
[www.dentaltechnik-bochum.de](http://www.dentaltechnik-bochum.de)

Dentaltechnik Firlay  
Kordbecksweg 26 f  
44803 Bochum



## LINDEN-DAHLHAUSER TURNVEREIN 1876/1888 E.V.

Turnen · Gymnastik · Triathlon · Volleyball · Prellball · Jazztanz · Aerobic · Rhönrad · Gesundheitssport



Aufgenommen durch Übungsleiter: \_\_\_\_\_

### Aufnahmeantrag Nr.:

Vorname:	Eintrittsdatum:
Nachname:	Geburtsdatum:
Straße, Nr.:	
PLZ / Ort:	<input type="checkbox"/> weibl. <input type="checkbox"/> männl. <input type="checkbox"/> div.
Telefon:	Handy*:
E-Mail*:	@

\*freiwillige Angaben

Ich beantrage hiermit meine Aufnahme in den Linden-Dahlhauser Turnverein 1876 / 1888 e.V. als:

- Erwachsener  
 Jugendlicher (14 – 18 Jahre, Schüler, Studenten, Auszubildende)  
 Kind (bis zum 01.01. des Jahres das 14. Lebensjahr noch nicht vollendet)

in die Gruppe:

<input type="checkbox"/> Aerobic / Step Aerobic	<input type="checkbox"/> Jazztanz / Tanz	<input type="checkbox"/> Rhönrad	<input type="checkbox"/> Eltern und Kind
<input type="checkbox"/> Jedermann	<input type="checkbox"/> Triathlon	<input type="checkbox"/> Gymnastik/Gesundheit	<input type="checkbox"/> Kinder- und Jugendturnen
<input type="checkbox"/> Volleyball	<input type="checkbox"/> Gerätturnerinnen	<input type="checkbox"/> Leichtathletik	<input type="checkbox"/> Prellball
<input type="checkbox"/>			

in der Sportstätte:

<input type="checkbox"/> Pädagogisches Zentrum	<input type="checkbox"/> GTH Lindener Straße	<input type="checkbox"/> Vereinsheim „Turnschuh“
<input type="checkbox"/> Stadion in der Hei	<input type="checkbox"/> GTH Schulzentrum Südwest	<input type="checkbox"/> TH Kölnerholzschule
<input type="checkbox"/> TH Grundschule Dahlhausen	<input type="checkbox"/> TH ehem. Timmerschule	<input type="checkbox"/> Gymnastikraum TKS
<input type="checkbox"/>		

Die Vereinssatzung und die Datenschutzverordnung werden mit der Beitragsbestätigung zugesandt. Ich erkenne sie in vollem Umfang an.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den Linden-Dahlhauser-Turnverein 1876/1888 e.V. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von dem Linden-Dahlhauser-Turnverein 1876/1888 e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Zahlungsart: Wiederkehrende Zahlung

Eine Kündigung kann nur schriftlich bis zum 30.11. eines jeden Jahres erfolgen. Bei Schülern oder Studenten muss nach Vollendung des 18. Lebensjahres bis zum 30.01. eines jeden Jahres eine Schul- bzw. Studienbescheinigung (Wintersemester) vorgelegt werden (siehe Beitragsordnung).

Für Kinder und Jugendliche:

Als Erziehungsberechtigte des o. a. Jugendlichen sind wir mit dem Eintritt in den Linden-Dahlhauser Turnverein 1876 / 1888 e.V. einverstanden. Für Beitragszahlungen im Lastschriftverfahren geben wir unsere schriftliche Zustimmung. Die Erziehungsberechtigten verpflichten sich hiermit zusammen mit dem Vereinsmitglied gegenüber dem LDT zur Zahlung des jeweiligen Mitgliedsbeitrags als Gesamtschuldner.

# LINDEN-DAHLHAUSER TURNVEREIN 1876/1888 E.V.

Turnen · Gymnastik · Triathlon · Volleyball · Prellball · Jazztanz · Aerobic · Rhönrad · Gesundheitssport



„bewegend gut und gesund“

Vorname und Name / (Kontoinhaber, falls abweichend vom Antragsteller)

Kreditinstitut (Name und BIC)

IBAN DE \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Datum, Ort und Unterschrift (Kontoinhaber)

Unterschrift des neuen Mitglieds / Bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten

## Datenschutz / Persönlichkeitsrechte

1. Der Verein erhebt, verarbeitet und nutzt personenbezogene Daten seiner Mitglieder unter Einsatz von Datenverarbeitungsanlagen zur Erfüllung der in dieser Satzung aufgeführten Zwecke und Aufgaben (z. B. Name und Anschrift, Bankverbindung, Telefonnummern und E-Mail-Adressen, Geburtsdatum, Lizzenzen, Funktionen im Verein).
2. Durch ihre Mitgliedschaft und die damit verbundene Anerkennung der Satzung und der Datenschutzordnung stimmen die Mitglieder der
  - Erhebung,
  - Verarbeitung (Speicherung, Veränderung und Übermittlung),
  - Nutzung
 ihrer personenbezogenen Daten im Rahmen der Erfüllung der satzungsgemäßen Aufgaben und Zwecke des Vereins zu. Eine anderweitige Datenverwendung (z. B. Datenverkauf) ist nicht statthaft.
3. Durch ihre Mitgliedschaft und die damit verbundene Anerkennung der Satzung und der Datenschutzordnung stimmen die Mitglieder außerdem der Veröffentlichung von Bildern und Namen in Print- und Telemedien sowie elektronischen Medien zu, soweit dies den satzungsgemäßen Aufgaben und Zwecken des Vereins entspricht. Dies erfolgt freiwillig und kann jederzeit widerrufen werden.
4. Jedes Mitglied hat im Rahmen der gesetzlichen Vorschriften des Bundesdatenschutzgesetzes das Recht auf
  - Auskunft über die zu seiner Person gespeicherten Daten, deren Empfängern sowie den Zweck der Speicherung,
  - Berichtigung seiner Daten im Falle der Unrichtigkeit,
  - Löschung oder Sperrung seiner Daten.

Mit meiner Unterschrift nehme ich die Information zu Datenschutz- und Persönlichkeitsrechten zur Kenntnis und erkenne sie in vollem Umfang an.

Datum, Unterschrift (Bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten)

Wir als Sportverein verstehen uns als Gemeinschaft, an der alle Mitglieder aktiv teilnehmen können und sollten. Wir würden uns freuen, wenn Sie auch die geselligen Veranstaltungen des Vereins besuchen.

Zur Vorbereitung und Durchführung unserer verschiedenen Aktivitäten benötigen wir laufend tatkräftige Helfer, da wir nur mit Ihnen in der Lage sind, Sport und Vereinsleben zu einem günstigen Preis anbieten zu können.

Ich helfe gerne bei: (bitte ankreuzen)

- |  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Vorbereitung bei Festen und Veranstaltungen | <input type="checkbox"/> Aufräumen Turnschuh nach Veranstaltungen | <input type="checkbox"/> Kuchentheke bei Veranstaltungen | <input type="checkbox"/> Getränkeausschank bei Festen im Turnschuh |
| <input type="checkbox"/> Pressearbeit                                | <input type="checkbox"/> Jugendarbeit                             | <input type="checkbox"/> Marketing                       | <input type="checkbox"/> Mitarbeit in Ausschüssen                  |
| <input type="checkbox"/> Hilfe bei Renovierung etc.                  | <input type="checkbox"/> Kuchen Backen                            | <input type="checkbox"/> Grillstand bei Festen           | <input type="checkbox"/> Übungsleiter im Sportbetrieb              |

Hier fehlt noch was...  
Ihre Werbung würde sich hier gut machen...





# UNSER KURSANGEBOT

- vielfältig & bewegend
- mit qualifizierten Trainer:innen
- für Mitglieder und Nicht-Mitglieder



**INFORMIERE DICH HIER ÜBER UNSERE AKTUELLEN KURSE:**

[www.ldt-bochum.de/sportangebote/kursangebot](http://www.ldt-bochum.de/sportangebote/kursangebot)



Kontakt:  
Bijou & Brigitte  
[b.esken@ldt-bochum.de](mailto:b.esken@ldt-bochum.de)  
[brigitte.coutourier@ldt-bochum.de](mailto:brigitte.coutourier@ldt-bochum.de)

Fitness Hula-Hoop  
Zumba  
Yoga-Fitness  
Tai Chi  
Qigong  
Rückenfit  
... und mehr

## Unsere Kurse 2026

**Zwei neue Kurse, zum ersten Mal im LDT:**

**NEU: Functional Workout -  
Start Mittwoch, 04.02.26**

Kraft, Ausdauer und eine starke Körpermitte Zielgruppe des Kurses sind Menschen, die ein forderndes Training mögen und bereits eine gewisse Fitness mitbringen und/oder wiedererlangen möchten.

Ein abwechslungsreiches Training unter zur Hilfenahme von Langhanteln, Gewichtsbändern und natürlich dem eigenen Körper.

Dieses Training zielt nicht nur auf Muskelaufbau, sondern auf Funktionalität deiner Bewegungen im Alltag und Sport. Intensives Training der frontalen Muskelkette zur Verbesserung der Rumpfstabilität (Core Stabilität).

**NEU: Flexi-Bar Fitness -  
Start Mittwoch, 21.01.26**

Das Flexi-Bar-Training ist ebenso beliebt wie wirkungsvoll. Mit wenig Aufwand kann hier viel bewegt und trainiert werden. Neben der eher quantitativen Verbesserung von Muskelkraft und Beweglichkeit findet auch im Nervensystem eine hohe Anpassung und Trainingswirkung statt.

Der Übende ist stark auf seine körpereigenen Rückmeldungen angewiesen, um optimal auf die Schwingungen des Flexi-Bar zu reagieren.

Neben der Tiefenmuskulatur werden in gleichem Maße Problemzonen wie Bauch und Po gestrafft, die Rumpfmusculatur in der Tiefe gestärkt, die Wirbelsäulenhaltung verbessert.

# Unsere Kurse 2026

## Neue Termine zum Jahresbeginn

### Fitness Hula-Hoop - Start 13.01.26

**Turnhalle Grundschule Dahlhausen, Dr.-C.-Otto-Str. 112**

Hula-Hoop trainiert die Körpermitte, für eine bessere Körperhaltung, besseres Gleichgewicht und eine bessere Herz-Gesundheit.

Effekte beim Hula-Hoop Workout:

- Stärkung der Bauch-, Rumpf- und Rückenmuskulatur, aber auch Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur sowie des Beckenbodens
- Verbesserung der Koordination, des Gleichgewichts und der Flexibilität
- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Durch das Kreisen des Reifens wird die Haut massiert und dadurch die Durchblutung angeregt
- Die inneren Organe werden stimuliert, was den Stoffwechsel antreiben kann

Der Kurs ist für jedes Alter und jedes Fitnesslevel geeignet.

### Zumba - 13.01.26 – 10.02.26 –

**Turnhalle Grundschule Dahlhausen, Dr.-C.-Otto-Str. 112**

Zumba ist eine energiegeladene Tanz- und Fitnessform, die lateinamerikanische Rhythmen mit Aerobic-Elementen kombiniert. Es ist eine unterhaltsame Art, sich zu bewegen, Kalorien zu verbrennen und gleichzeitig Spaß zu haben. Mit seiner mitreißenden Musik und den einfach zu erlernenden Choreografien, ist Zumba für Menschen jeden Alters und Fitnesslevels geeignet.

### Fit mit Modern Line Dance - Start 1. Kursblock Mittwoch, 28.01.26 und Start 2. Kursblock Mittwoch, 04.03.25 Turnhalle Lindener Str. 126

Der Spaß steht in diesem Kurs an vorderster Stelle. Es werden viele kleine Choreografien zu Hits der letzten 50 Jahre erlernt. Da in Reihen getanzt wird, ist kein Partner notwendig.

Hierbei wird die Konzentration, Koordination und die allgemeine Fitness verbessert. Modern Line Dance ist für Tanzbegeisterte jeden Alters geeignet.

### Qi Gong - Start Donnerstag, 15.01.26 - Turnhalle Dahlhausen, Dr.-C.-Otto-Str. 112

Qigong bedeutet sinngemäß prozessorientiertes Lernen. Nur durch kontinuierliches Üben lassen sich die praktischen Fähigkeiten entwickeln und die Magie des Qigong erlernen. Besonders zu Beginn übt man durch Koordination der Bewegung die Aufmerksamkeit auf den Körper zu richten. Das intensive Bewegen trainiert den Atem und das Herz, der Fokus auf das Handeln zentriert den Geist.

### Tai Chi für Anfänger - Start 15.01.26

**Tai Chi für Fortgeschrittene - Start 15.01.26**

**Turnhalle Lindener Str. 126**

Die Bewegungen werden bewusst, aufmerksam und fließend ausgeführt. Durch gezielte Übungsfolgen können Beweglichkeit, Koordinations-, Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit gefördert werden. Der Kurs ist besonders für diejenigen geeignet, die sich ruhig, aber dennoch aktiv entspannen möchten.

Weitere Termine im Laufe des Jahres auf unserer Homepage:  
[www.idt-bochum.de](http://www.idt-bochum.de)

# Fit im Park mit dem LDT

## Sommerferienaktion des Stadtsportbundes seit acht Jahren

In den Sommerferien, wenn die Turnhallen geschlossen sind, laden wir in Kooperation und unter der Leitung des Stadtsportbundes seit acht Jahren zu "Fit im Park" ein. Eine Mitmachaktion speziell für alle, die neue Angebote ausprobieren oder einfach auch während der Ferien nicht auf Bewegung verzichten möchten. Der LDT hat sich, wie in den vergangenen Jahren, mit Freude beteiligt und viele Mitmachangebote beigesteuert.

Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination – all das wurde mit viel Spaß trainiert. Besonders beliebt waren Angebote wie Gesundheitsworkouts, Handtuchgymnastik, Wohlfühlgymnastik und Fit mit dem Flexi-Bar.

Bewegungen nach Musik standen ebenfalls hoch im Kurs: Zumba, Dance Aerobic, Modern Line Dance und Hula-Hoop erfreuten sich großen Zulaufes. Aber auch fernöstliche, ruhigere Angebote fanden viele Freunde. Qi Gong und Tai Chi sorgten für Entspannung und Konzentration.

Erstmalig dabei waren intensive bzw. herausfordernde Angebote wie Functional Training und Skigymnastik, die auf der Wiese vor dem Bergbaumuseum stattfanden.

Mitzubringen von den Teilnehmenden waren lediglich eine Gymnastikmatte und gute Laune. Der Spaß wurde auch von plötzlichen Regenschauern nicht verdorben, die sich leider bei einigen Angeboten ungefragt dazugesellten. Die Teilnehmenden machten einfach weiter, und auch die neue Musikbox hat den Regen erstaunlich gut überstanden.

Trotzdem mussten leider doch einige Termine aufgrund durchgehend schlechten Wetters

ausfallen. Dennoch blieb die Motivation hoch und die Stimmung positiv.

Großer Dank geht an den Stadtsportbund, der diese tollen vier Wochen wieder einmal möglich gemacht hat. Und natürlich geht ein herzliches Dankeschön auch an die Übungsleitenden für ihr Engagement und das vielfältige Programm, welches von den Teilnehmenden viel Lob erhielt.

Wir freuen uns auf das nächste Jahr mit hoffentlich mehr Sonnenschein und erneut vielen Sportbegeisterten.



# DTB-Dance

## Ein Jahr voller Emotionen, Erfolge und Teamgeist – Rückblick der LDT-Tanzgruppen 2025

Das Jahr 2025 war für die Tanzgruppen des Linden-Dahlhauser TV ein ganz besonderes Jahr – voller Spannung, Herausforderungen, Freude, Tränen und vor allem: großartiger Erfolge. Unsere drei Gruppen Non Stop, Mobilé und Konfettis haben in diesem Jahr wieder einmal gezeigt, was Leidenschaft, Zusammenhalt und Durchhaltevermögen bewirken können.

### Landeswettkämpfe Westfalen DTB-Dance – Der Start in die Saison

Im Februar stand mit den Landeswettkämpfen Westfalen DTB-Dance der erste große Höhepunkt an – gleichzeitig auch die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften im Mai auf dem Turnfest in Leipzig.

Die Aufregung war groß, die Vorfreude noch größer. Wochenlange Trainings, lange Abende in der Halle, Schweiß, Lachen und manchmal auch Frust lagen hinter den Tänzerinnen – doch nun hieß es: zeigen, was man kann!

Den Anfang machten am Samstag die Gruppen Non Stop und Konfettis in der Kategorie Dance.

### Non Stop – Die 70er Jahre auf der Tanzfläche

Unsere erfahrene Gruppe Non Stop (um Trainerin Birgit) startete in der Altersklasse 30+ mit einer energiegeladenen Choreografie zum Thema 70er Jahre. Nach der Deutschen Meisterschaft im vergangenen Jahr blieb kaum Zeit zum Verschnaufen – in nur drei Monaten wurde eine komplett neue Choreo

erarbeitet. Die Vorbereitung war turbulent: eine krankheitsbedingte Umbesetzung, eine Hallenschließung durch Streik – es gab einige Momente, in denen die Nerven blank lagen.

Doch wer Non Stop kennt, der weiß: Aufgeben gibt's nicht! Die sieben Tänzerinnen ließen sich nicht beirren, gingen hochkonzentriert auf die Fläche und zeigten eine beeindruckende, mitreißende Darbietung. Bei der Siegerehrung wurde dann gejubelt, gelacht – und auch ein paar Freudentränen verdrückt: 1. Platz und Westfalenmeister 2025! Titel erfolgreich verteidigt!



### Konfettis – Die Jüngsten mit großem Mut

Unsere Nachwuchsgruppe Konfettis (um Trainerinnen Lina und Johanna) hatte einen langen Tag vor sich – sie starteten erst am späten Nachmittag. Als eine der jüngsten Gruppen in der Junior-Cup-Kategorie und mit zwei neuen Tänzerinnen war die Aufregung verständlich groß. Doch sobald die Musik für ihre Roboter-Choreografie begann, war von der anfänglichen Nervosität nichts mehr zu spüren.

Die Mädchen zeigten eine starke, synchrone Performance, die das Publikum begeisterte. Am Ende sprang ein hervorragender 3. Platz heraus – und als man sah, dass nur wenige Zehntel zum Sieg fehlten, war klar: Das nächste Ziel steht! Motivierter als je zuvor blickte die Gruppe somit auf die kommenden Wettkämpfe.



### Mobilé – Gefühl und Ausdruck pur

Am Sonntag war dann die Kleingruppe Mobilé (um Trainerin Danielle) an der Reihe. Nach einer erfolgreichen Saison 2024 wollten die vier jungen Frauen an ihre Leistungen anknüpfen. Mit ihrer emotionalen Choreografie zu „Dancing on my own“ berührten sie Publikum und Kampfrichter gleichermaßen.

Zwei technisch saubere und gefühlvolle Durchgänge bedeuteten am Ende den Titel des Vizewestfalenmeisters – und die Qualifikation für die Deutsche Meisterschaft. Die Freude war riesig – und die Motivation für Leipzig geweckt!



### TuRa Osterpokal in Witten – Die große Generalprobe

Im April ging es zum TuRa Osterpokal nach Witten – die letzte große Generalprobe vor dem nationalen Highlight. Noch einmal wurde intensiv trainiert, an Details gefeilt, synchronisiert und verbessert. Und der Einsatz hat sich gelohnt:

**Mobilé** zeigte zwei ausdrucksstarke Durchgänge und sicherte sich den 2. Platz mit einer deutlich höheren Punktzahl als im Februar.

**Non Stop** überzeugte mit Routine und Leidenschaft und holte souverän den 1. Platz.

**Konfettis** steigerten sich deutlich und freuten sich über einen großartigen 2. Platz.

Mit viel Selbstvertrauen konnten die Gruppen in die heiße Phase der Vorbereitung starten – Leipzig konnte kommen!

## Deutsche Meisterschaften in Leipzig – Ein Wochenende voller Emotionen

Im Mai war es endlich so weit: das Internationale Deutsche Turnfest in Leipzig – ein Erlebnis, das man nicht vergisst. Schon die Anreise war geprägt von Vorfreude, Aufregung und Lampenfieber. Die Atmosphäre in den großen Messehallen, die vielen Teilnehmerinnen aus ganz Deutschland – das spürte man sofort: Hier tanzt man auf der ganz großen Bühne!

### Mobilé – Starke Leistung mit Herz

Am Freitag eröffnete Mobilé das Wettkampfprogramm der LDT-Tanzgruppen. Der erste Durchgang verlief nicht ganz fehlerfrei, doch im zweiten Durchgang zeigten die vier Tänzerinnen, was in ihnen steckt. Mit beeindruckender Ausdrucksstärke und perfekter Technik erkämpften sie sich einen 4. Platz – nur zwei Zehntel fehlten zum Treppchen. Die Freude über die deutliche Steigerung gegenüber dem Vorjahr war riesig!

### Non Stop – Ein Traum wird wahr

Am Samstag folgte dann Non Stop. Schon in der Vorrunde tanzten sich die sieben Frauen mit einem nahezu perfekten Durchgang direkt ins Finale – ohne den Umweg über die Zwischenrunde. Der Jubel war groß, die Emotionen kaum zu bremsen.

Am Sonntag stand dann das große Finale an. Die Spannung war kaum auszuhalten, die Nerven zum Zerreißen gespannt. Doch die Tänzerinnen blieben fokussiert, tanzten mit Herz, Energie und absoluter Präzision.

Als bei der Siegerehrung schließlich der zweite Platz aufgerufen wurde, war klar: Non Stop ist Deutscher Vizemeister 2025! Nur drei Zehntel trennten sie vom Titel – ein unglaublicher Erfolg nach vielen Jahren harter Arbeit und unermüdlichem Training. Trainerin und Tänzerinnen lagen sich in den Armen – Tränen der Freude, des Stolzes und der Dankbarkeit flossen. Ein Moment, den keiner so schnell vergessen wird.



### Der Blick nach vorn – Deutschland-Cup 2026 in Bochum

Mit diesen Erfolgen im Gepäck blicken unsere Tanzgruppen voller Vorfreude auf das kommende Jahr. Denn 2026 wird ein ganz besonderes Jahr:

Der Linden-Dahlhauser TV ist Ausrichter der Deutschen Meisterschaft „Deutschland-Cup DTB-Dance“! Am 19. und 20. September 2026 werden über 400 Tänzerinnen und Kampfrichter aus ganz Deutschland in Bochum-Wattenscheid erwartet.

Für den LDT ist das eine große Ehre – und natürlich auch eine großartige Gelegenheit, unseren Verein, unsere Stadt und unsere Leidenschaft für Tanzen zu präsentieren.

Die Tänzerinnen sind hochmotiviert, die Vorbereitungen laufen bereits – und sie freuen sich über jede Unterstützung von Familie, Freunden, Vereinsmitgliedern und Fans. Denn eins steht fest: Gemeinsam tanzt es sich einfach besser!

# Sommerfest 2025 beim LDT – ein gelungenes Event für groß und klein

Wie auch im vergangenen Jahr meinte der Wettergott es wieder gut mit dem LDT, als wir am 28.06.2025 unser jährliches Sommerfest starteten. Der Nachmittag war vor allem den kleinen Gästen gewidmet, die auf der Hüpfburg und bei verschiedenen Spielen viel Spaß hatten. Aber auch die erwachsenen Gäste ließen es sich schon bei Kaffee und Kuchen und diversen Kaltgetränken gut gehen. Später wurde dann der Grill angeheizt und es gab Grillwürstchen – wahlweise im



Brötchen oder als Currywurst.

Zum Abend hin standen dann für die „großen“ Gäste diverse Cocktails und Kaltgetränke im Fokus und es wurde in gemütlicher Runde und bei netten Gesprächen bis in die späten Abendstunden der Tagesausklang gefeiert.

**Wir freuen uns schon auf das Sommerfest 2026, dass ganz im Zeichen unseres 150-jährigen Jubiläums stehen soll.**



**Fahrschule Hubbert**

Inh. Axel Voigt

**Einfach lernen (-) gut (zu) fahren!**

Laut offizieller Statistik der Stadt Bochum und des TÜV hatten wir im Jahr 2018 eine Quote von nicht bestandenen praktischen Prüfungen in Höhe von 16 %. Dies ist weniger als die Hälfte des Durchschnitt-Wertes in Bochum!

**Blockunterricht, Theorie in 7 Tagen!  
Ferienkurse**

**Dr.-C.-Otto-Straße 7  
44879 Bochum (Linden)  
Tel.: 0234 9490039**

**Geöffnet Mo., Mi. und Do.  
ab 16.30 Uhr zur Beratung  
und Anmeldung**

# Pott-Pokal 2025

Am 27.09.2025 fand in Bochum der diesjährige Internationale Pott-Pokal im Prellball statt. Bereits zum siebten Mal in Folge luden der Frisch-Auf Altenbochum und der Linden-Dahlhauser TV zu diesem Turnier ein. Bereits zum zweiten Mal war der Austragungsort im Herzen der Stadt das alte Gymnasium am Ostring, bei dem beide Hallen bespielt wurden.

Das Turnier erfreut sich seit Jahren steigender Teilnehmerzahlen und immer größerer Beliebtheit in der Prellballszene. Denn die Vereine wissen, dass Gastfreundschaft bei uns großgeschrieben wird und die Fehler aus den Vorjahren bewusst angegangen werden. Auch in diesem Jahr konnten wir uns bei 31 Mannschaften und 140 aktiven Sportlern bedanken, die unser Turnier wieder einmal zu etwas ganz Besonderem gemacht haben.

Genauso erfreulich ist allerdings, dass auch unser Helferteam von Jahr zu Jahr wächst und wir so durch gemeinsames Schaffen ein riesiges Buffet bieten, bei dem die frische Grillwurst mittlerweile standardmäßig dazugehört. Das Wichtigste ist uns dabei

immer, faire Preise zu bieten und den finanziellen Aspekt unterzuordnen.

In der Männer-, Frauen- und Freizeitklasse spielten die Teams in Gruppenphasen um den Einzug in die Hauptrunden. Dabei konnten unsere Männer um Stefan Göttel, Daniel Staudt, Gerald Klimt und Marvin Winkelmann eine gute Leistung abrufen und am Ende den 7. Platz gegen etliche Erstligisten und Spitzenteams erspielen. Für die Freizeitmannschaft des LDT lief es wie gewohnt sehr gut. Am Ende wurde von Klaus Ratajczak, Lothar Fedder, Frank Patzelt, Jürgen und Karl Winkler der 2. Platz belegt und somit ein kleiner Pott-Pokal gewonnen. Unsere Freunde und Mitausrichter des Frisch-Auf Altenbochum wurden dabei jeweils bei den Männern und den Frauen Zweiter.

Nach der Siegerehrung in der Halle und einer ausgelassenen Stimmung ging es am Abend dann mit gut 70 Leuten in unseren „Turnschuh“, um bei Kaltgetränken und Pizza den Tag gebührend ausklingen zu lassen. Die Organisatoren schauten in glückliche Gesichter und wussten somit, dass sich die

ganzen Strapazen der letzten Wochen erneut gelohnt hatten.

Insgesamt war der Pott-Pokal wieder ein voller Erfolg, zumal die Ausrichtung von Jahr zu Jahr immer besser wird. Jeden Interessierten laden wir ein, bei unserem Internetauftritt ([www.pottpokal.de](http://www.pottpokal.de)) vorbeizuschauen, um sich selbst ein Bild zu machen. Denn auch Besucher kommen bei uns immer voll auf Ihre

Kosten und ein Blick in die Prellballwelt lohnt sich.

Wir freuen uns jetzt schon auf das nächste Turnier am 26.09.26 und sind noch lange nicht satt, immer neue Dinge zu initiieren, um der Prellballfamilie weiterhin etwas zurückzugeben – der Dank der Menschen treibt uns dabei jedes Jahr aufs Neue wieder an.



WERBUNG  
2 SÄULEN CAFÉ

# Doppel-Deutsche Prellballmeister der Senioren

Am 09. und 10.05 sollten die Prellballer des LDT im baden-württembergischen Rißtissen einen historischen Tag erleben, denn sowohl die Männer 30 wie auch die Männer 40 schafften es, sich im Finale durchzusetzen und den Sieg der Deutschen Seniorenmeisterschaft einzufahren.

Während das M40 Team als Titelfavorit anreiste, so war es bei der M30 im Vorfeld nicht abzusehen, wie die Reihenfolge in der Spielklasse aussehen wird.

Nach der enttäuschenden Meisterschaft des letzten Jahres hatte das M40 Team, bestehend aus Thorsten Heim, Christian Wenzel, Mirko Sachenbacher und dem

befreundeten Kierdorfer Michael Besser auch einiges wieder gut zu machen. Mit breiter Brust wurde am ersten Tag der Gruppensieg eingefahren und das Halbfinalticket gelöst.

In der M30 Klasse war aufgrund der spärlichen Besetzung bereits am ersten Tag klar, dass alle Teams um den Titel kämpfen werden. Somit konnte sich das neu aufgestellte Team um Stefan Göttel, Daniel Staudt, Marius Aufmhoff und Markus Wende gründlich einspielen. Marvin Winkelmann, der ebenfalls als aktiver Spieler eingeplant war, verletzte sich im Abschlusstraining und war somit gezwungen, als Betreuer die Mannschaft zu unterstützen.



Markus Wende, Hans-Christian Wenzel, Daniel Staudt, Marvin Winkelmann, Marius Aufmhoff, Michael Besser, Thorsten Heim, Stefan Göttel, Mirko Sachenbacher

Nach einem gemütlichen Abend im Restaurant und einem kleinen Umtrunk im Pub starteten beide Teams am zweiten Tag mit absoluter Entschlossenheit in die Runde der letzten Vier. Der Druck, der nach dem Schlusspfiff abfiel, war deutlich zu spüren, und die Mission Doppeltitel wurde mit viel Selbstvertrauen ausgerufen.

Da bei den Senioren Meisterschaften das M30 + M40 Finale parallel ausgespielt wird,

konnten beide Mannschaften zeitgleich ihren Deutschen Meistertitel bejubeln. Während die ersten Glückwünsche anderer Vereine der Prellballfamilie bereits entgegengenommen wurden, war einigen Spielern untereinander nicht einmal bewusst, wie die andere Begegnung ausgegangen ist. Am Ende bleibt für die Prellballer des LDT ein unvergessliches und historisches Erlebnis – Wiederholung erwünscht.



# Tanz dich fit – Zumba mit Michaela!

Du hast Lust auf Bewegung, Musik und gute Laune? Dann ist Zumba genau das Richtige für dich! Die energiegeladene Mischung aus Tanz und Fitness bringt dich nicht nur ins Schwitzen, sondern garantiert auch ein Lächeln aufs Gesicht. Zu mitreißenden Rhythmen aus Lateinamerika trainierst du Kondition, Koordination und Kraft – und das ganz ohne das Gefühl, Sport zu machen.

Unser Zumba-Kurs findet jeden Dienstag von 18:00 bis 19:00 Uhr in der Dr.-C.-Otto-Straße 112 statt. Geleitet wird das Training von Michaela, unserer erfahrenen Zumba-Instruktörin, die bereits seit 2012 mit Leidenschaft und Power unterrichtet. Mit ihrer

positiven Art und ihrer ansteckenden Energie sorgt sie dafür, dass jede Stunde zu einem echten Erlebnis wird.

Der Kurs richtet sich an Vereinsmitglieder und Nichtmitglieder ab 18 Jahren – egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Und das Beste: Du kannst kostenlos an einem Probetraining teilnehmen und dich selbst davon überzeugen, wie viel Spaß Zumba macht!

Also: Rein in die Sportschuhe, Musik an und einfach loszтанzen! Michaela freut sich auf jedes neue Gesicht und darauf, gemeinsam mit euch den Trainingsraum zum Beben zu bringen.

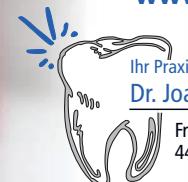


## Ihre Zahnarztpraxis für die ganze Familie!

Seit über 50 Jahren kümmern wir uns im Bochumer Westen um Ihre Zahngesundheit.

- Kinderzahnmedizin
- CMD/Kiefergelenktherapie
- Zahnsubstanzschonende ästhetische Kunststofffüllungen
- Professionelle Zahnreinigung

Mehr Informationen finden Sie unter [www.drgehrke.de](http://www.drgehrke.de)



Ihr Praxisteam  
**Dr. Joachim Gehrke**

Fraunhoferstraße 1a Tel.: 0234 / 49 00 40  
44879 Bochum Fax: 0234 / 94 09 785

# Gelungene Triathlon-Saison 2025

Der Saisonauftakt beim 10-Kilometer-Lauf in Herten-Bertlich gestaltete sich für Triathlet und Langstreckenläufer Heiner Winkelhake vom LDT-Triathlon-Team sehr vielversprechend. Nach 47:04 min. über exakt 9,7 km erreichte er den 3. Platz in seiner letzten Saison in der Altersklasse M65.

Als Vorbereitung auf die kommende Triathlon-Saison nahmen Heiner Winkelhake und Sandra Gropp vom LDT-Triathlon-Team am Kemnader Seelauf teil und konnten sich vielversprechend platzieren. Über die 10-Kilometer-Strecke kam Heiner nach 51:32 min. als 5. und dicht dahinter Sandra Gropp nach 52:10 min. als 4. ihrer Altersgruppe ins Ziel und verpasste damit das Treppchen nur knapp.



Das LDT-Triathlon-Team präsentierte sich bereits zu Beginn der Saison in exzellenter Form mit Altersklassensiegen und Treppchen-Platzierungen. Beim Hagener Triathlon trat Heiner Winkelhake über die Volksdistanz von 500 m schwimmen, 23 km Rad fahren und 5 km laufen an. Nach 1h:56min:11sec konnte er sich über Platz drei der Altersklasse M65 freuen. Noch besser machten es Sandra Gropp und Claudia Sdrenka, die sich über die Kurzdistanz von 1 km Schwimmen, 43 km Rad fahren und 10 km Laufen den 2. Platz (Sandra Gropp – W50) bzw. den Sieg (Claudia Sdrenka – W55) sicherten.

Das erfolgreiche LDT-Team in Hagen:  
v.l. Sandra Gropp, Claudia Sdrenka,  
Heiner Winkelhake



**HOOSE  
BEDACHUNGEN**  
Qualität aus Tradition

seit über 100 Jahren

Wir wünschen unseren Kunden  
und Geschäftspartnern  
eine besinnliche Advents-  
und Weihnachtszeit.  
Für das uns  
entgegengebrachte  
Vertrauen bedanken  
wir uns ganz herzlich.  
Bitte bleiben Sie gesund!

Tel. 0234 / 49 22 77 • [www.hoosedach.de](http://www.hoosedach.de)

Beim Bochumer Triathlon stellten Sandra Gropp und Claudia Sdrenka ihre Top-Form über die Kurzdistanz erneut unter Beweis, als sie beide bei großer Hitze als Siegerinnen ihrer Altersklassen W50 und W55 in 2h:59min:25sec bzw. 2h:52:57sec glücklich, aber erschöpft das Ziel erreichten. Das gute Ergebnis bei den Frauen wurde abgerundet durch den 2. Platz von Silja Claessens in der Altersklasse W50 nach 3h:11min:19sec. Bei den Männern konnte sich Wolfgang Bötzel nach 2h:44min:13sec über Platz 2 der Altersklasse M60 freuen.

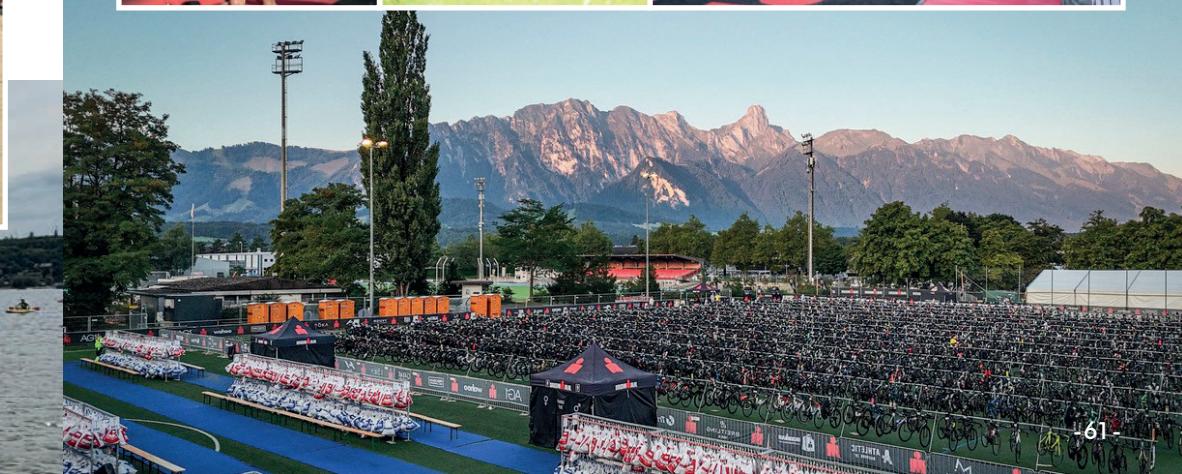
Beim diesjährigen Möhnesee-Triathlon war LDT-Triathlon-Team über alle ausgetragenen Distanzen vertreten. Heiner Winkelhake trat über die Sprint-Distanz von 500 m schwimmen, 20 km Rad fahren und 5 km Laufen an und belegte nach 1h:43min den 6. Platz seiner Altersklasse M65. Claudia Sdrenka bewies ihre starke Form erneut, als sie über die olympische Distanz von 1,5 km schwimmen, 40 km Rad fahren und 10 km laufen nach 3h:24min das Ziel als 3. ihrer Altersklasse M55 das Ziel erreichte und sich einen weiteren Treppchen-Platz sicherte. Oliver Magdziarz zeigte wie gewohnt seine Langstrecken-Qualitäten über die Grand-Prix-Distanz, bestehend aus 2 km schwimmen, 70 km Rad fahren und 15 km laufen, als er nach 4h:02min ebenfalls den 3. Platz seiner Altersklasse M55 erreichte und das Rennen damit auf dem Treppchen beendete.



Mit Top-Platzierungen verabschiedeten sich Claudia Sdrenka und Heiner Winkelhake aus der Triathlon-Saison 2025. Beim Ratinger Triathlon sicherte sich Claudia Sdrenka den ersten Platz ihrer Altersklasse W55 über 1,2 km schwimmen, 60 km Rad fahren und 15 km laufen nach 3h:28min:34sec. Im Gesamtfeld der Frauen bedeutete das Rang 9. Heiner Winkelhake startete über die Kurzdistanz (0,8 km schwimmen, 40 km Rad fahren und 10 km laufen) und wurde 2. der Altersklasse M65 nach 3h:04min:01sec.

Das Highlight der Saison war die Top-Leistung von Oliver Magdziarz beim internationalen IronMan-Triathlon im schweizerischen Thun bestehend aus 3,8 km schwimmen, 180 km Rad fahren und einem abschließenden Marathon-Lauf über 42,195 km. In seiner Altersklasse M55 erreichte er in beeindruckenden 11h:02min in einem international hochkarätig besetzten Starterfeld den 9. Platz.

**Herzlichen Glückwunsch Oliver!**



# Bergtour der Dahlhauser Jedermänner 2025

Am Sonntag, den 30. August, ging es los, zur mittlerweile 44. Bergtour der Jedermänner Dahlhausen mit zwei Bussen und 15 Teilnehmern Richtung Süden. Einer der Busse hatte zudem zwei E-Bikes auf der Anhängerkupplung.

Ziel war diesmal das Ötztal in Österreich zum Hotel Riders Inn in Sölden, das Gerd in diesem Jahr fantastisch für uns organisiert hatte. Erstmalig verlief die Fahrt ohne Staus. Leider konnten wir wegen des Tiroler Radmarathons (220 km mit 5.500 hm und über 4.000 Teilnehmern) erst nach 19.30

Uhr im Hotel einchecken. Die Unterkunft war zentral gelegen zu den verschiedenen Bergbahnen, die bis auf 3.000 m rauf gehen und die wir mit der „Inclusive Summer Card“ natürlich im Laufe der Woche ausgiebig genutzt haben. Gerd - ein großes Dankeschön an dieser Stelle – hatte für jedes Anforderungsprofil umfangreiche Tourenvorschläge ausgearbeitet, sodass alle entsprechend ihren Fähigkeiten die Natur erkunden konnten. Zwei aus der Gruppe haben an einigen Tagen mit ihren Rädern die weitere Umgebung des Tales erfahren.



Für die Einlauftour am Montag war Regen angesagt, das hat sich aber zum Glück nicht bewahrheitet. Die Tour der einen Gruppe ging von der Mittelstation Giggijochbahn zur Rettenbachalm. Die andere Gruppe machte sich auf, mit der Schwarzen-Schneid-Bergbahn durch den Nebel über den Rettenbachferner zur oben wolkenfreien Bergstation mit ausgezeichneter Fernsicht. Schon von der ersten Tour an konnte man in den hohen Lagen die teilweise erschreckenden Eingriffe in die Natur durch neue Skipisten mit hunderten von Schneekanonen, breiten Fahrwegen und Mountainbike Strecken sehen. Das sollte aber unsere Freude an den Touren nicht schmälern. Auch in den Folgetagen, bis auf zwei Spätnachmittage, blieb es die ganze Woche trocken, mit sonnigen Abschnitten.

Die Tour am Dienstag führte über den Waalweg mit 600 Höhenmetern rauf zur Fiegl-Hütte im Windachtal. Das Windachtal ist bekannt durch die Ansiedlung von Bartgeiern, die mit einem Fernglas beobachtet werden können. Nach ausgiebiger Stärkung an der Hütte teilte sich die Gruppe von hier auf zu verschiedenen Rückwegen: einige zur Kleble-Alm, einige Richtung Stallwies-Alm und die anderen nahmen den Forstweg zurück ins Tal. Von der Kleble-Alm führte eine steile, schwarze MTB-Strecke über Stock und Stein ins Tal, die für Wanderer schon eine ordentliche Herausforderung war.

Am Mittwoch machte sich die Wandergruppe auf den Weg zur Hohe-Mut-Spitze. Zunächst fuhren wir mit dem Bus bis Obergurgl. Von dort gingen wir gemeinsam durch den Zirbenwald



## Haus & Gartenservice

Dienstleistungen rund um  
Haus & Garten

Schnell, zuverlässig und preislich fair

① 0160 / 91 52 42 31  
✉ HGS-Klimt@web.de

und danach in drei verschiedenen Gruppen über Forstwege, Pfade und Klettersteige nach oben zum Treffpunkt in der Hohe-Mut-Hütte. Zurück ins Tal nahmen wir nach ausgiebiger Stärkung die Hohe-Mut-Bergbahn.



Donnerstag standen die Gletscher auf dem Programm. Von Sölden schlängelte sich der Gletscher-Skibus die Gletscherstraße auf über 2.800 Höhenmeter zum Rettenbachferner und durch den fast 1.780 m langen Rosi-Mittermeier-Tunnel weiter zum Tiefenbachferner. Von hier aus stand eine Wanderung entlang des Panoramawegs nach Vent auf dem Programm. Da es auf der Strecke bis zum Tourziel Panorama-Restaurant Stablein leider keine Einkehrmöglichkeit gab, war Selbstverpflegung einschließlich Getränke angebracht. Für einige gab es vorher noch einen Abzweig hoch zur schön gelegenen Breslauer Hütte, sodass die Gesamtlänge der Tour zwischen 16 und 22 km lag.

Für Freitag hatte der Wetterbericht ab mittags Regen angekündigt. Daher ergab sich für den Vormittag noch Zeit für eine Tour, Einkäufe oder den Besuch des hoteleigenen Schwimmbads bzw. der Sauna.

Eine kleine Gruppe wagte trotzdem noch eine Bergtour, welche allerdings nach 800 hm Aufstieg im Schneetreiben endete. Trotz des Schneetreibens konnte man ein paar waghalsige Mountainbiker auf dem Trail ins Tal beobachten. Wir zogen es aber vor, bei sinkenden Temperaturen die Gondel zu nehmen.



Kaiserwetter am Samstag, dem letzten Wandertag! Unten im Tal sonnig, aber noch recht kühl, machte sich die gesamte Gruppe mit der Gondel zum 3.000 m hohen Gaiskogel auf, zum Gruppenbild im Schnee. Oben angekommen, erschloss sich uns bei strahlendem Sonnenschein ein überwältigender Anblick über die gesamte regionale Alpenwelt, Bergspitzen und Täler, soweit das Auge reicht. Zum Nachmittag teilte sich die Gruppe mit verschiedenen Zielen. Zwei Waghalsige fuhren mit dem Bus nach Obergurgel, um den Zirbenwald-Klettersteig mit Seilbrücken über rauschende Bäche und senkrechten Felswänden zu bewältigen, natürlich mit entsprechender Kletterausrüstung.

Eine Gruppe ging von der Mittelstation zur Rettenbach-Alm nach Hochsölden, weiter zu Marias Alm und dann nach Sölden. Der restliche Nachmittag gab Gelegenheit zu Einkäufen von österreichischen Spezialitäten wie Bergkäse, Schinken und Schüttelbrot.

Am Sonntag ging's zurück, mit schönen Erinnerungen an die vergangenen Tage. Insgesamt war es wieder ein tolles Gruppenerlebnis, und die Überlegungen für die Tour im nächsten Jahr sind schon voll im Gange.

**Jürgen Lubina**



# LINDEN DAHLHAUSER TURNVEREIN 1876/1888 e. V.

## Amtierender Vorstand:

Funktion / Name	Telefon	E-Mail
<b>Vorsitzender</b> Rolf Dams	0234 / 950 79 370	r.dams@ldt-bochum.de
<b>Stellv. Vorsitzende</b> Jana Riesenbergs Bijou Esken (Geschäftsführung)	0163 / 924 87 41 0234 / 950 79 370	jana riesenberg@ldt-bochum.de b.esken@ldt-bochum.de
<b>Schatzmeisterin</b> Doris von Hagen	0170 / 935 75 39	von-hagen@ldt-bochum.de
<b>Stellv. Schatzmeisterin</b> Sandra Rohleder-Miebach	0234 / 49 59 97	kontakt@ldt-bochum.de
<b>Beauftragte Sport</b> Brigitte Coutourier	0234 / 47 09 56	brigitte.coutourier@ldt-bochum.de
<b>Sportlicher Leiter Turnen (Leistungs- und Ballsport)</b> Gerald Klimt	0234 / 940 90 32	g.klimt@ldt-bochum.de
<b>Sportliche Leiterin Gymwelt, Fachbeauftragte Fitness und Gesundheit</b> Brigitte Coutourier	0234 / 47 09 56	brigitte.coutourier@ldt-bochum.de
<b>Fachbeauftragter Triathlon und Leichtathletik</b> Rolf Dams	0234 / 950 79 370	r.dams@ldt-bochum.de
<b>Beauftragte Frauen</b> N. N.		
<b>Kinder- und Jugendschutzbeauftragte</b> Ina	0173 / 749 68 17	ina@ldt-bochum.de
<b>Beauftragte Kinder und Jugend</b> Jana Riesenbergs	0163 / 924 87 41	kinderturnen@ldt-bochum.de
<b>Beauftragter Sozialwesen</b> Michael Böhm	0234 / 49 10 62	m.boehm@ldt-bochum.de
<b>Beauftragte Senioren</b> Mira Vukas	0234 / 49 34 81	kontakt@ldt-bochum.de
<b>Beauftragter Equipment</b> Friedrich Kaehler	0160 / 91 52 42 31	f.kaehler@ldt-bochum.de

# Kfz-Rohleder



- An- und Verkauf von Gebraucht- und Unfallwagen**
- HU und AU-Abnahmen \***
- Leihwagen**
- Unfallschadeninstandsetzung**
- Scheibendienst**
- Inspektion und Wartung**
- Reifenservice**
- Klimaservice**
- Auspuff- und Kupplungsservice**
- Bremsen- und Stoßdämpferdienst**

**Dr.-C.-Otto-Strasse 74  
44879 Bochum  
Fon (0234) 49 66 16**

\* durchgeführt durch eine externe Prüforganisation, der DEKRA

Das Ideenhaus

# RODEMANN



Gestalte deinen  
neuen Lieblingsplatz



TEAM 7