

## Pilates-Kursus startet

Auch Probetraining möglich / Ganzheitlich

**WETTER-VOLMARSTEIN.** Beim TV Volmarstein gehört Pilates seit knapp zwei Jahren zum festen Kursprogramm. Ein neuer Kursus für Anfänger und Fortgeschrittene beginnt am Mittwoch, 17. Januar, von 16.15 bis 17.30 Uhr im Gymnastikraum der Turnhalle am See in Alt-Wetter.

Pilates ist ein ganzheitliches, gesundheitsorientiertes Körpertraining, das aus zahlreichen Dehn- und Kräftigungsübungen besteht und

viele Variationsmöglichkeiten bietet. Schlechte Haltungs- und Bewegungsgewohnheiten werden abgelegt und durch richtige Muster ersetzt. Pilates eignet sich grundsätzlich für alle, die sich gerne bewegen. Der Kursus findet zehn Mal statt und kostet 20 Euro für Nichtmitglieder und zehn Euro für Vereinsmitglieder. Ein unverbindliches Probetraining ist möglich. Anmeldung und Infos bei Brigitte Ufer, Tel. (0 23 35) 68 14 73.

Nr. 13 · WESTFALENPOST

## Große Chancen für Aufstieg...

... bei Volmarsteiner Tischtennisspielern

**WETTER-VOLMARSTEIN.** Besser hätte die Hinserie für die Tischtennismannschaften des TV Volmarstein nicht laufen können. Zur Zeit stehen drei von fünf gestarteten Mannschaften auf dem ersten Tabellenplatz, bzw. sind punktgleich mit dem Tabellenführer und haben damit große Aufstiegschancen.

Mit sechs Punkten Vorsprung und ohne Punktverlust sicherte sich die erste Herrenmannschaft klar die Herbstmeisterschaft in der ersten Kreisklasse Gruppe 2. Erfreulich ist das sehr gute Abschneiden der Nachwuchsmannschaften. Nach einem nervösen Start im ersten Spiel, das die Volmarsteiner 1:8 in Altenvoerde verloren, gab die Jugendmannschaft des TV nur noch einen Punkt gegen Haßlinghausen ab und steht mit nur drei Verlustpunkten auf dem ersten Tabellenplatz.

Auch die Schülermannschaft verlor nur ein Spiel in der Hinserie und steht punktgleich mit der Konkurrenz an der Tabellenspitze. Ausgerechnet im Spitzenspiel musste man auf zwei Stammspieler

verzichten und hatte so keine Chance.

Die zweite Herrenmannschaft steht mit nur drei Punkten Rückstand auf dem zweiten Tabellenplatz und hat somit auch noch alle Möglichkeiten, die Tabellenführung zu übernehmen. Der Start in die Rückrunde konnte für die Volmarsteiner Mannschaften auch nicht besser laufen. Zwar verlor die dritte Herrenmannschaft ihr Spiel, doch die vier übrigen Mannschaften konnten sich jeweils gegen ihre Gegner durchsetzen. Sowohl die erste, als auch die zweite Herrenmannschaft konnte ihr Auftaktspiel der Rückrunde souverän gewinnen.

Besonders erfreulich ist der Start der Nachwuchsmannschaften. So konnte die Jugendmannschaft ihre Hinserie gegen den TV Altenvoerde wettmachen und gewann mit 8:5. Auch die Schülermannschaft gewann gegen den Tabellendritten 1860 Hagen mit 8:3. Somit stehen auch diese beiden Mannschaften klar auf Aufstiegskurs.

17.7.2007

Nr. 14 · WESTFALENPOST

## Urkunde für Absolventen des Sportabzeichens

**WETTER-VOLMARSTEIN.** Die erfolgreichen Sportabzeichenabsolventinnen und -absolventen der vereinsoffenen Trainingsgruppe des TV Volmarstein erhalten ihre Urkunden und Abzeichen am Samstag, 20. Januar, ab 19.30 Uhr im Vereinsheim des SuS Volmarstein an der Köhlerwaldstraße.