



# Club Info

AUSGABE 2024

## .... der Dorfverein

früher und heute



Ehrenamt

Sommerfest 3.0

Calisthenicsanlage

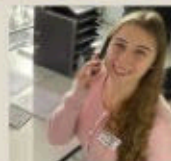
[www.sc-hennen.de](http://www.sc-hennen.de)



# Wir geben alles...



eine spannende Ausbildung mit der Aussicht  
auf eine berufliche Heimat bis zur Rente



## ... für den Erfolg!

(auch wenn der Ball nicht immer im Tor landet)

Wenn Auto, dann

# Gebrüder Nolte

seit 1914

Iserlohn  
Schwerte  
Hemer  
Hagen  
Lüdenscheid  
Gevelsberg



Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer, wie schnell so ein Jahr umgeht. Hier habt Ihr die neueste Ausgabe unseres Vereinsheftes in den Händen.

Wir sind neu im Vorstand und freuen uns, Euch die Sportangebote des SC Hennen vorzustellen und über Neuigkeiten zu informieren. Gerade im Jugendbereich warten viele Kinder auf das Vereinsheft mit „Ihrer“ Mannschaft und das Heft bekommt einen Stammplatz als Erinnerung im Bücherregal.

Wir beide sind schon seit Jahren dem SC Hennen verbunden. Jonas als Spieler und

„Leitzebra“ der 2. Fußball Mannschaft und Susanne durch ihre Jungs und den Job der Mitgliederverwaltung. Als Marvin Horn aus dem Vorstand ausgeschieden ist, haben wir mit Jonas einen Nachfolger aus dem Bereich Fußball gefunden. Da Georg Schebesta vor einiger Zeit seinen Rücktritt angekündigt hatte, war schon damals besprochen, dass Susanne seinen Platz im Vorstand übernehmen würde. Und so versuchen wir beide jetzt für Euch alle einen guten Job im Vereinsleben zu machen.

Bitte unterstützt uns dabei.

Wir wünschen viel Freude dabei, Euch auf die Reise durch die verschiedenen Sportabteilungen mitzunehmen. Über Erfolge, aber auch Fehlschläge und die Zukunftsplanung berichten wir. Wichtig ist aber vor Allem Eins: Zusammengehörigkeit,



Spaß am Sport und Teamgeist. Denn dafür steht der SC Hennen als Dorfverein.

Danken möchten wir unseren Mitgliedern, Betreuern und Trainern, Helfern beim Sportfest und unseren Sponsoren. Ohne Euch wäre das alles nicht möglich.

Wir wünschen nun viel Spaß beim Lesen. Wir hoffen Euch beim aktiven Sport, als Zuschauer im Naturstadion, durch Eure Mitgliedschaft oder auch als Sponsor zu treffen.



Mit sportlichen Grüßen  
Susanne Glingener und Jonas Krause

IMMER NAH,  
IMMER DA.



Provinzial Geschäftsstelle  
Roland Kilka  
Scherlingstr. 22  
58640 Iserlohn-Hennen

+49 2304 - 57 41

kilka@provinzial.de

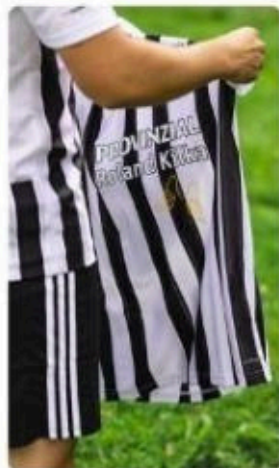
  
**PROVINZIAL**

Roland Kilka



**DAS RUNDE MUSS INS ECKIGE!**

**DAFÜR SORGT DER  
SC HENNEN  
ZUSAMMEN MIT DER  
PROVINZIAL - GESCHÄFTSSTELLE  
ROLAND KILKA**



# Rückblick Jahreshauptversammlung 2024

Am Freitag, den 28.06.2024, nahmen insgesamt 44 Mitglieder an der diesjährigen Hauptversammlung im Naturstadion in Hennen teil.

In den Vorstand wurden Susanne Glingener und Jonas Krause neu gewählt und die anderen Vorstandsmitglieder mit einer Ausnahme bestätigt.

Nach jahrelanger Tätigkeit im Vorstand des SC Hennen wurde Georg Schebesta aus seiner Tätigkeit verabschiedet und zum Ehrenvorsitzenden gewählt.

Neben den Ehrungen der langjährigen Mitglieder für 25-jährige und 40-jährige Mitgliedschaft gab es besondere Auszeichnungen:



Thomas Dettmer für langjährige Verdienste um den SC Hennen.

Armin Moldenhauer wurde für seine Tätigkeit als Trainer, im Vorstand und zuletzt im Bereich Gebäude- und Mitgliederverwaltung geehrt.

Das Zebra des Jahres 2024 wurde eigentlich einer „Zebra-Herde“ verliehen. Jonas Krause erhielt mit seiner zweiten Fußballmannschaft die Auszeichnung für Engagement im Bereich Teambuilding und social Media.

Den letzten Punkt der Tagesordnung bildeten ausführliche Informationen des Vorstands zum Vereinsleben.

Die Ehrungen für langjährige Vereinszugehörigkeit im Einzelnen:

**25-jährige Vereinszugehörigkeit:** Andraes Angelkorte, Oliver Freitag, Astrid Kleemann, Lucas Körner, Sabine Lehmann, Martin Lehmann, Günter Ronschke, Aaron Schmid, Heinz-Ulrich Sundermann

**40-jährige Vereinszugehörigkeit:** Herbert Müller, Rudolf Rümmelein, Carsten Stricker, Annegret Wasielewski



*Praxis für  
Physiotherapie*

*Tobias Buck*

---

Scherlingstrasse 22  
58640 Iserlohn  
Tel.: 0 23 04 / 239 22 22

---

[physiopraxis.buck@t-online.de](mailto:physiopraxis.buck@t-online.de)

# Georg geht, und doch nicht ganz (?)

Lieber Georg,

mit großer Wertschätzung und Dankbarkeit blicken wir auf die Zeit zurück, die Du dem SC Hennen gewidmet hast. Dein Engagement haben den Verein in vielerlei Hinsicht bereichert und vorangebracht. In den letzten Jahren hast du als Mitglied des Vorstandes und Vorstandssprecher den Verein maßgeblich mitgestaltet. Die Eröffnung des neuen Vereinsheims, das bereits liebevoll als "Hennener Elbphilharmonie" bezeichnet wird, ist ein leuchtendes Beispiel für Deine Vision und Einsatz für den Verein.

Deine Arbeit hat maßgeblich dazu beigetragen, dass der SC Hennen nicht nur sportliche Erfolge feiern konnte, sondern auch als sozialer Treffpunkt und als Heimat für Sportbegeisterte aller Altersklassen fungiert.

Auch in der verantwortlichen Vorstandsarbeit warst du immer auf das Wohl des Vereins bedacht. Du hast mit deinem Wissen um das Vereinsrecht uns um viele Klippen herumgeleitet.



Der Kreissportbund Märkischer Kreis e.V. (KSB-MK) steht ebenfalls für die Förderung des Sports und des ehrenamtlichen Engagements. Die Unterstützung und die Ressourcen, die der KSB-MK bereitstellt, sind essenziell für lokale Vereine wie den SC Hennen. In dieser Partnerschaft spiegelt sich der gemeinsame Geist wider, den Du, Georg, stets verkörpert hast: den Sport als Mittel zur Stärkung der Gemeinschaft und zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden zu nutzen.

Wir danken Dir für die fast drei Jahrzehnte, in denen Du Deine Zeit, Wissen und Leidenschaft in den Dienst des SC Hennen gestellt hast. Wir wünschen Dir für die Zukunft alles Gute und hoffen, dass Du dem SC Hennen weiterhin verbunden bleibst.

Mit sportlichen Grüßen

# Unsere Informationskanäle

Früher hing an der Tankstelle ein Plakat mit Ankündigungen: Spiele am Wochenende, Veranstaltungen und Versammlungen. Heute ist das anders – aber wie? Einladungen zur Jahreshauptversammlung, Mitgliedsbestätigungen und all dieses kommt generell nur noch per E-Mail. Deshalb gebt uns bitte Eure Mailadresse an, falls wir diese noch nicht haben. Eine kurze Mitteilung an [mitglieder@sc-hennen.de](mailto:mitglieder@sc-hennen.de) ist ausreichend.

Ganz aktuelle Informationen werden über Social Media also Facebook und Instagram veröffentlicht. Einige Abteilungen haben sogar eigene Instagram Profile. Wir bedanken uns herzlich bei Lena Blumenstein für die Pflege des Instagram-Accounts der zweiten Mannschaft und bei Marcel Kordt für die Pflege des Instagram Accounts des SC Hennen.

Dann ist da noch unsere Homepage. Diese wird zurzeit noch durch Thomas Ketzer gepflegt. Hier suchen wir noch Mithelfer für die Aktualisierung der Beiträge. Auf der Homepage [www.sc-hennen.de](http://www.sc-hennen.de) findet Ihr alle Ansprechpartner, Sportangebote mit Kursleiter und Trainingszeiten. Natürlich werden die Sportangebote auch einzeln vorgestellt und über Neuigkeiten informiert.

Und ganz wichtig: die **FEEDBACK-BOX!**

Wir möchten gerne wissen was Euch gefällt oder wo es Probleme gibt - anonym oder mit Namensangabe. Eure Eingaben über die Feedback-Box werden direkt an den Vorstand weitergeleitet und ausgewertet.



Unser neustes Angebot ist der SC 1912 Hennen **WhatsApp Kanal**. Dieser dient zur ausschließlichen Informationsübermittlung. Es können keine Nachrichten an uns gesandt werden und es erfolgt kein Austausch von Daten. Einfach über den abgedruckten Link beitreten.



# acufactum



## feine Dinge für Kreative



Webpatches  
zum Aufnähen. Stoffe uvm.  
Jetzt entdecken auf  
[www.ACFACTUM.de](http://www.ACFACTUM.de)



acufactum Ute Menze

Buchenstraße 11 • 58640 Iserlohn-Hennen • 02304 910970

# Nachruf

Am 05.04.24 ist Klaus-Dieter Semmler plötzlich und unerwartet im Alter von nur 64 Jahren kurz nach dem Eintritt in den Ruhestand verstorben. Klaus-Dieter war mehr als 33 Jahre ein Zebra durch und durch. Viele kannten ihn als langjährigen Platzkassierer, der bei Wind und Wetter die Kasse besetzte und jeden willkommen hieß. Lange Jahre war er als Jugendtrainer aktiv. Seine Fußballkarriere ließ „Pele“ bei den Alten Herren des Vereins ausklingen. Hier organisierte er unter anderem den Vatertag als Vereinsfamilientag. Schließlich schloss er sich den „fleißigen Zebras“ an. In diesem Team half und unterstützte er den Verein, wo immer Hilfe notwendig war – getreu nach dem Motto: „Frag nicht, was der Verein für dich machen kann, sondern frag den Verein, wo Hilfe notwendig ist!“. Mit ihm verlieren seine Familie und wir einen herzensguten und engagierten Menschen. Er wird in der „Zebra-Familie“ immer einen festen Platz haben. Vielen Dank für alles „Pele“!



Kurz hintereinander mussten wir im Juli Abschied von Dorothea „Dorchen“ und Günter Fischer nehmen. Kurz nach ihrem 80. Geburtstag starb „Dorchen“ und Günter folgte ihr wenige Tage später im Alter von 84 Jahren.

Beide haben den Verein über viele Jahre nach Kräften unterstützt. Günter wurde 2021 für 70 Jahre Vereinsmitgliedschaft geehrt. Vielen im Verein und darüber hinaus sind beide durch die Bewirtung im alten, bereits abgerissenen Vereinsheim bekannt. 10 Jahre haben die Beiden oft mit familiärer Unterstützung die durstigen Kehlen und leeren Mägen gefüllt. Nicht Wenige haben die leckeren selbstgemachten Kuchen sehr zu schätzen gewusst. Besonders die Donauwelle war die Spezialität des Hauses Fischer. In einem der letzten Gespräche erzählte mir „Dorchen“ die ein oder andere Anekdote.



Beide waren immer da, wenn Hilfe benötigt wurde. „Dorchen“ wusch über Jahrzehnte die Trikots der Herrenmannschaften und könnte sicherlich so einiges dazu erzählen.

Mit ihnen verlieren wir zwei wertvolle, liebenswerte und immer hilfsbereite Menschen. Die Zebrafamilie sagt „Dankeschön“ – ihr wart toll! Wir werden immer an euch denken!

# 1. Herren Fußballmannschaft

Unsere Erste hat eine enttäuschende Bezirksliga Saison hinter sich, an deren Ende der direkte Wiederabstieg zu Buche stand. Wir danken an dieser Stelle den beiden scheidenden Trainern Peter Habermann und Welf-Alexander Wemmer für ihr Engagement und wünschen alles Gute für die Zukunft.

Zur neuen A-Liga Saison lag der Fokus der sportlichen Leitung um Mo Tahrioui und Ricki Bohn darauf, aus der Mannschaft wieder eine Einheit zu formen, die füreinander auf dem Platz kämpft und sich gegenseitig mitreißen kann. Mit Christian Manza konnte auf der Trainerposition eine absolute Wunschlösung von Mo und Ricki verpflichtet werden, der einigen im Ort aus seiner Zeit als A-Jugend Trainer und Co-Trainer der Ersten Mannschaft noch ein Begriff sein dürfte. Manza kannte aus diesen Stationen bereits einen Teil der Mannschaft und so war das Kennenlernen zum Vorbereitungsstart reibungslos.

In der Vorbereitung selbst wurde dann vor allem konditionell und taktisch gearbeitet. Die Trainingseinheiten im Spinning Center steckten den Spielern meist noch ein paar Tage in den Knochen.

# Flüshöh Bedachungen



**0 2304 / 46 70 15**

[www.flueshoeh-dach.de](http://www.flueshoeh-dach.de)  
Alfred-Klanke-Str. 7A  
58239 Schwerte





Für die harte Arbeit während der Vorbereitung konnte sich die Mannschaft zum Ligastart mit 6 Siegen in Serie belohnen und war so bis dahin Spitzenreiter in der Kreisliga A. Nach zwei Niederlagen gegen die starke Konkurrenz aus Iserlohn und Letmathe stehen die Zebras aktuell auf Rang 4 der Tabelle und sind weiterhin in Schlagdistanz zur Tabellenspitze. Bemerkenswert ist dabei die Entwicklung der Mannschaft als Team. Der Spirit ist in den ersten Monaten der Saison unglaublich gewachsen und das vorgegebene Ziel, füreinander auf dem Platz zu kämpfen, hat sich in jedem Fall erfüllt.

Ein klares Leistungsziel wurde vor der Saison bewusst nicht ausgesprochen, gerade auch aufgrund der Konkurrenzsituation in der Kreisliga A. Die Mannschaft hat auf jeden Fall das Potential weiterhin oben mitzuspielen und das sollte als Absteiger aus der Bezirksliga auch der Anspruch des Vereins sein. Der Aufstieg ist aber kein muss; die Kreisliga Iserlohn bietet eine fantastische Möglichkeit Derbys zu bestreiten und demnach auch ein erhöhtes Zuschauerinteresse zu generieren.

Wir hoffen auf eine weiterhin positive sowie erfolgreiche Saison!

## Im digitalen Zeitalter angekommen

Vielleicht ist es dem ein oder anderen Aktiven schon aufgefallen, das Internet ist seit diesem Jahr sowohl am Jugendheim oben als auch unten im neuen Vereinsheim sehr viel stabiler und schneller geworden!

Unser großer Dank gilt Thorsten Jäger, seinem Team und seiner Firma. Hier wurde viel Zeit und auch viele Nerven investiert, um den Verein fit für die Zukunft zu machen.

# Förderprojekt

Die Landesregierung NRW stellte 2022 aufgrund der Erfahrungen der Corona Pandemie Fördermittel für neue Outdoor-Sportstätten zur Verfügung. So entstand der Plan in Zusammenarbeit mit der Stadt Iserlohn, neben dem Beachvolleyball-Feld eine Calisthenics Anlage zu errichten. Von der Staatskanzlei gab es eine Förderzusage von 85 % der Kosten. Die Erstellung erfolgte durch unseren langjährigen Sponsor Gartenbau Brunnert.



Die Anlage kann von allen Interessierten genutzt werden und ist zu den Sportzeiten öffentlich zugänglich. Auf den Geräten ist ein QR-Code der Firma KOMPAN angebracht, über den per Handy passende Übungen heruntergeladen werden können. Am 25.05.2024 erfolgte die offizielle Einweihung und die ersten Übungen.

An advertisement for ECK Burkhard Eck. The background is a lush green forest. The company name 'ECK' is written in large, bold, blue letters. Below it, 'Burkhard Eck' is written in white on a blue rectangular background. To the right, there is a logo for 'VIESMANN' with the text 'Wir sind Partner von:' above it. At the bottom, the text 'Ihr Fachbetrieb für regenerative Energien &amp; Haustechnik' is written in white and red, followed by the website address 'www.eck-haustechnik.de' in large, bold, red letters.

# Ehrenamt - DANKE

Unser Teammanager Ricky Bohn wurde im März für seine langjährigen ehrenamtliche Tätigkeit mit einer Auszeichnung des Landessportbundes NRW geehrt. Jonas Krause und Susanne Glingener übergaben die Urkunde und ein Überraschungspaket als Dankeschön. Ricky ist seit Jahren im Bereich der Jugend und jetzt aktuell für die 1. Mannschaft als Teammanager tätig. Danke für Deinen Einsatz Ricky!



**Ursula Schäfer**

Praxis für Krankengymnastik

Manuelle Therapie \ Bobath Erwachsene u. Kinder  
Vojta-Kinder \ Lymphdrainage



**Ursula Schäfer**

Heilpraktikerin

Schwerpunkt Osteopathie

*„Ihr Wohlbefinden ist unser Anliegen!“*

*„Körper in Balance“*

## 2. Herren Fußballmannschaft

Die Zweite hat sich in der Rückrunde der vergangenen Kreisliga C Saison in einen regelrechten Rausch gespielt und ist ungeschlagen durch die Rückrunde marschiert. Am Ende war es der schlechtere direkte Vergleich mit der Konkurrenz aus Lasbeck, der die Berechtigung zur Aufstiegsrelegation zugunsten der Lasbecker entschied. Verdienstermaßen konnte auf der Jahreshauptversammlung der Preis für das Zebra des Jahres an die gesamte Mannschaft entgegengenommen werden.

Zur neuen Saison möchte das Team um Coach Schröder an der guten Rückrunde anknüpfen und diese Leistungen bestätigen. Ein erstes Saisonziel ist die Qualifikation zur Aufstiegsrunde in der Rückrunde, die in der Kreisliga C ab dieser Saison im neuen Modus ausgespielt wird. Zu diesem Ziel ist die Zweite aktuell als Tabellenzweiter auf einem guten Weg.

Bei allen sportlichen Ambitionen, die die individuelle Qualität des Kaders mit sich bringt, steht vor allem die Gemeinschaft und der Spaß weiterhin im Vordergrund. So sind die Trainingseinheiten unter der Woche sowie auch gemeinsame Events nach wie vor gut besucht und der Teamgeist ist hervorragend. Zu nennen sei hier beispielsweise die gelungene Mannschaftsfahrt im Sommer nach Belgien, an der knapp 25 Spieler teilnahmen.

Vorwerk Deutschland Stiftung & Co. KG,  
Mühlenweg 17 – 37, 42270 Wuppertal

**thermomix**

**Ganz nach deinem  
Geschmack!**

**Julia Werth**

Für dich da in Iserlohn Hennen

**017632199586**





Wir hoffen in den nächsten Jahren als Team so eng zusammenzubleiben und wer weiß, eventuell kann ja bei einer der nächsten Mannschaftsfahrten auch mal ein Aufstieg gefeiert werden, abgeneigt wäre die Zweite sicher nicht.

WIR DRUCKEN'S – ALLES AUS EINER HAND.

Christian Ihme · [www.ihme-media.de](http://www.ihme-media.de)  
**IHME\*MEDIA**  
Digitale Mediengestaltung & Druck



Christian Ihme · [www.ihme-media.de](http://www.ihme-media.de)  
**IHME\*MEDIA**  
Digitale Mediengestaltung & Druck

DIGITALE MEDIENGESTALTUNG   DIGITALDRUCK   BESCHRIFTUNG   WERBETECHNIK MESSE & EVENT   TEXTIL-BESCHRIFTUNG   WERBEARTIKEL   DIGITAL SIGNAGE

**KALTHOFER STRASSE 33 · 58640 ISERLOHN-KALTHOF**  
**TEL. 02371 8326600 · WWW.IHME-MEDIA.DE**



# Alte-Herren Fußballmannschaft

Das Jahr 2024 war für die Alt-Herren des SC Hennen geprägt von sportlichen Aktivitäten und einem starken kameradschaftlichen Zusammenhalt. Zwar führten personelle Engpässe zu Jahresbeginn zur Absage der Teilnahme an den Schwerter Stadtmeisterschaften, doch die Mannschaft blieb engagiert und motiviert.

Die Trainingseinheiten wurden regelmäßig gut besucht, und die Mischung aus erfahrenen Spielern und neuen Gesichtern brachte frischen Wind ins Team. Ein besonderes Highlight war die Mannschaftsfahrt nach Zutphen in den Niederlanden, wo unsere Old Stars in einem Freundschaftsspiel gegen den FC Zutphen antraten. Dieses internationale Aufeinandertreffen bot nicht nur sportliche Herausforderungen, sondern förderte auch den kulturellen Austausch und stärkte die Freundschaft zwischen den Mannschaften und Vereinen.

Auch abseits des Platzes standen Respekt, Freundschaft und die Freude am Sport im Mittelpunkt. Gemeinsame Aktivitäten wie Grillabende und Stammtische stärkten den Teamgeist und förderten den Zusammenhalt innerhalb der Mannschaft.

Die Alt-Herren des SC Hennen freuen sich stets über neue Mitglieder, die ihre Leidenschaft für den Fußball teilen und Teil dieser engagierten Gemeinschaft werden möchten.



**HDI**

## Bleiben Sie jederzeit am Ball.

Auf die richtige Aufstellung kommt es an – und das nicht nur im Fußball. Deshalb bieten wir Fußballspielern und -vereinen mit unseren vielseitigen Lösungen rund um Versicherung und Vorsorge passgenaue Sicherheit. Ob auf dem Spielfeld oder im privaten Umfeld – wir geben Ihnen die notwendige Rückendeckung.



HDI Generalagentur Brand OHG  
Sebastian und Michael Brand  
Scherlingstraße 22, 58640 Iserlohn  
Tel. 02304 6066975  
Mobil 0152 22838298  
sebastian.brand@hdi.de  
michael.brand@hdi.de  
berater.hdi.de/agentur-brand-ohg





# Praxis für Logopädie Sabrina Lowinski

Logopädin

alle Kassen nach ärztlicher Verordnung und privat  
Termine nach Vereinbarung

**BEI UNS STEHT**

**KEINE GANS**

**IM ABSEITS!**

**ES IST  
JAGDHAUS-  
GÄNSESAISON!**



  /JAGDHAUSKUEHL

WWW.JAGDHAUS-KUEHL.DE · 02371-41388



# Stark wie wir - Gewaltprävention

Wir haben im Juli den ersten Kurs zur Gewaltprävention bei Kindern in Zusammenarbeit mit „Stark wie wir NRW“ durchgeführt

Ergänzend zu unserer Umsetzung des Jugendschutzkonzeptes Gewaltprävention in Sportverein, haben wir zwei Schutzkurse für Kinder angeboten.

Kevin Schaulandt von „**Stark wie wir NRW**“ führte mit seiner Partnerin die Kurse in den Vereinsräumen durch.



„Indem wir Werte wie Mut, Selbstvertrauen, Sicherheit und Selbstwirksamkeit vermitteln, bringen wir Kindern bei, wie sie mit ihrer neugewonnen mentalen und physischen Stärke verantwortungsvoll umgehen, und dass das, was sie tun, einen Sinn und eine Wirkung hat. Sie trauen sich, das Erlernte anzuwenden.“

Was mache ich wenn eine fremde Person mich anspricht, sicherer Schulweg – gehe ich alleine oder mit Freunden, wie reagiere ich auf Ansprachen fremder Personen aus Autos heraus, was ist ein Sicherheitsabstand und wo bekomme ich Hilfe. Wie schütze ich meine Person?

Dies sind alles Themen, die mit den Kindern besprochen und geübt wurden. Zum Abschluss machte jedes Kind die „Ritterprüfung“. Danach gibt es eine Urkunde.

Von den Eltern gab es nur positives Feedback sodass der Kurs auch in 2025 wieder angeboten wird.





## MAZDA 2 HYBRID ENTDECKE DIE STADT NEU

Erleben Sie mit dem Mazda2 Hybrid ein inspirierendes Fahrerlebnis in Ihrer Stadt. Sein intelligentes Vollhybridsystem minimiert Kraftstoffverbrauch und Emissionen bei maximalem Fahrspaß. Genießen Sie jede Fahrt in vollen Zügen und entdecken Sie Ihre Stadt neu.

Energieverbrauch kombiniert für den Mazda2 Hybrid: 3,8 - 4,2 l/100 km. CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 87 - 97 g/km. CO<sub>2</sub>-Klasse: B - C. Weitere Informationen zur elektrischen Reichweite, Energiekosten, KFZ-Steuer und CO<sub>2</sub>-Kosten finden Sie unter [www.mazda.de/Energieverbrauch](http://www.mazda.de/Energieverbrauch).



6 Jahre Garantie gemäß den Mazda Garantiebedingungen. Mehr Informationen finden Sie unter [www.mazda.de/garantie](http://www.mazda.de/garantie).

**BONNERMANN & HÜLS GMBH**

Nortkirchenstr. 43 • 44263 Dortmund

Tel.: 49 231 425772 0 • [www.bonnermann-huels.de](http://www.bonnermann-huels.de)

# Jugendfußball / Vorstand

Es verändert sich zurzeit viel im Jugendbereich. Seit Januar 2024 bin ich, Carsten Pauli, Jugendleiter in Hennen und versuche einiges mit meinem Team zu ändern oder anzustoßen. Wir als Trainer und Vorstand wollen in Zukunft die Gemeinschaft stärken und das Zusammensein noch mehr leben. Als Maßnahmen haben wir beschlossen jedem aktiven Kind ein T-Shirt zu schenken. Dies soll ein Dank und eine Wertschätzung sein. Nebenbei ist ein einheitliches Auftreten wichtig, um den Verein zu präsentieren. Weiterhin werden die Trainer ausgestattet. Dies soll auch ein Dank für die geleistete Arbeit sein. Ein Dank gilt in diesem Zusammenhang allen Sponsoren, die unsere Jugend unterstützen. Dazu gehören Tele Service, Pizza da Toni, OMEGA Elektrto-Prüfservice, Gartentypen, FenSon und Fliese & Fuge.

Weiterhin haben wir für die Jugend einen Torwarttrainer, der einmal in der Woche eine Stunde mit den Torhütern trainiert. Ab September werden wir alle 2 Wochen einen Fitnesstrainer für die Jugendspieler am Platz haben. Er wird mit Ihnen an der Koordination und anderen Themen, die nichts mit Fußball zu tun haben, arbeiten. Wir sind sehr froh, dass wir ihn für uns gewinnen konnten.

Wir haben alle Mannschaften, außer die A-Jugend, besetzt. Die F- und E-Jugend sogar mit zwei Mannschaften. Unser Trainerteam ist auch sehr gut besetzt und qualitativ bin ich als Jugendleiter sehr zufrieden. Auch im Bereich der Trainer werden wir weiter am Teambuilding arbeiten. Es geht nichts über eine gute Gemeinschaft, da die Trainer diesen Job ehrenamtlich machen. Wir schauen insgesamt sehr positiv in die Zukunft und haben ein sehr gutes Gefühl. Wichtig ist für mich, dass ihr als Eltern die Kinder und Trainer unterstützt und ihnen zur Seite steht. Danke dafür.



# C-Jugend Fußball

Die C-Junioren setzen sich in der aktuellen Saison 2024/2025 überwiegend aus den Jahrgängen 2010 und 2011 zusammen. Wir dürfen uns neben den Spielern, die aus der D-Jugend hinzukommen, auch auf ein paar Neuzugänge freuen. Der Kader ist dennoch dünn besetzt und zählt gerade mal 15 Spieler. Die Mannschaft besteht trotzdem aus einer guten Mischung aus erfahrenen Spielern, die das „Großfeld“ schon kennen, und Spielern, für die diese Saison die erste Saison auf dem ganzen Platz bedeutet. Gleiches gilt auch für die in der C-Jugend übliche Spielzeit von zweimal 35 Minuten.

Betreut wird der Kader, wie in der Vorsaison, von Manuel Backhaus und Henri Mäffert. Beide Trainer sind mittlerweile „alte Hasen“ im Geschäft und haben sowohl im Bereich der C-Junioren als auch in den jüngeren Altersklassen entsprechende Erfahrungen im Verein vorzuweisen. Gerade Henri dürfte vielen Hennesern bereits als aktiver Spieler der Ersten Mannschaft bekannt sein. Er ist Inhaber der B-Lizenz und vermittelt den Jungs gerade im Trainingsalltag einiges an modernen Trainingsinhalten. Manuel ist nunmehr in seiner zehnten Saison als Jugendtrainer und auch schon in der dritten Saison beim SC Hennen und damit ebenfalls bereits eng mit dem Verein verwurzelt.

Mit 15 Spielern ist der Kader im Vergleich zur Vorsaison leider wieder etwas geschrumpft, zumal auch in dieser Spielzeit erneut Spieler den Kader ergänzen werden, die eigentlich noch in der D-Jugend spielen könnten. Demnach wäre es wünschenswert, wenn der Kader im Verlauf der Saison noch durch weitere Neuzugänge ergänzt werden könnte. Daher auch an dieser Stelle der Aufruf, dass jeder Neuzugang herzlich willkommen ist!

Neben der sportlichen Entwicklung jedes einzelnen Spielers, steht auch die Vermittlung des Teamgedankens und dem daraus resultierenden „Zusammenwachsen der Mannschaft“ im Vordergrund. Dazu bieten die Trainer grundsätzlich zweimal wöchentliches Training und alle 14 Tage sogar drei Einheiten in der Woche an.

Wir sehen uns als durchschnittlich starke Mannschaft, die jedoch an guten Tagen auch den großen Mannschaften im Kreis das Leben schwer machen kann. Ein Platz in Gruppe 2 in der Rückrunde sollte wieder möglich sein.



TRÄGST DU SCHON  
FAIRE KLAMOTTEN  
IN DEINEM  
UNTERNEHMEN?



NEIN? DANN  
MELD DICH  
BEI UNS!

[WWW.FAIRER-DRUCK.DE](http://WWW.FAIRER-DRUCK.DE)



QUALITÄTIV



FAIR



PREISWERT





# D-Jugend Fußball

Die D-Jugend hat ein spannendes Jahr vor sich. In der letzten Saison war ein Großteil noch in der E-Jugend, dennoch haben sie eine erfolgreiche Saison gespielt. Sie wurden Wintermeister und verkaufte sich in der Sommerrunde in Gruppe 1 sehr gut. Erfolgreich wurde auch die Hallenstadtmeisterschaft bestritten. Am Ende belegten wir einen super dritten Platz. Das war ein sehr gutes Jahr. Die Jungs haben mitgezogen und sich weiterentwickelt. Zum Abschluss haben wir wieder am Germany Cup in den Niederlanden teilgenommen. Das war auch ein sehr schönes Erlebnis für die Jungs und die Eltern.

Es erwartete die Jungs eine neue Herausforderung in der D-Jugend, neue Platzgegebenheiten, Schiri usw. Alles ein bisschen größer. Die Herausforderung für uns als Trainer wird es sein, die Jungs daran zu gewöhnen und sie taktisch richtig einzustellen. Die D-Jugend trainiert Atze, Hoffi und Carsten Pauli. Die Mannschaft besteht zum Großteil aus dem Jungjahrgang. Deshalb können wir schlecht einschätzen, wie die Saison läuft. Wir haben ein gutes Gefühl und werden unser Bestes tun, um den SC 1912 Hennen zu vertreten. Die Jungs haben Bock und wir Trainer auch. Das ist das Wichtigste! Wie in den vergangenen Jahren werden wir auch mit den Jungs andere Sachen trainieren, um neue Sachen zu entdecken. Dazu zählt zum Beispiel Yoga oder Koordinationsübungen. Das ist einfach wichtig für die Entwicklung der Kinder.



RÖFFNUNG **NEUERÖFFNUNG** NEUERÖFFNUNG  
UNG „Gestärkt“ zum Sieg NEUERÖFFNUNG  
RÖFFNUNG **NEUERÖFFNUNG** NEUERÖFFNUNG

# MONI'S GRILL



Inh.: Monika Beuthner

Griechische & internationale Gerichte

*Egal ob Hochzeit, Jubiläumsfeier, Geburtstag,  
Konfirmation, Kommunion, Firmenfeier oder ähnliches...*

**PARTYSERVICE**

**Unsere Öffnungszeiten:**

Mo. - Sa. 11.00 bis 21.00 Uhr

Sonn- & Feiertage

12.00 bis 21.00 Uhr

Vorbestellung unter.  02304 - 920 00 12

HENNENER STR. 16 · 58640 ISERLOHN



## Frühstückscafé

**Unsere Öffnungszeiten:**

Mo. - Fr. 5.00 bis 11.00 Uhr

**Brunch-Buffer** (mit Tischreservierung)

So. & Feiertage 8.00 bis 12.00 Uhr

# E-Jugend Fußball

Mit einem großen und gemischten Kader aus Alt- & Jungjahrgängen gehen wir in die E-Jugend Saison. Dadurch macht es uns möglich, für diese Saison 2 E-Jugendenden zu melden. Von dieser Mischung können alle Jungs nur profitieren. Trainiert wird gemeinsam, damit gerade auch die jüngeren, unerfahrenen Jungs von den Älteren lernen können. Im Vordergrund steht weiterhin der Spaß am Fußball, wir wollen aber die Jungs spielerisch weiterentwickeln, vor allem im Zusammenspiel und der Aufteilung auf dem nun deutlich größeren Feld. Das ist für manche Jungs noch eine Umstellung, aber wir sind zuversichtlich, dass die Jungs das, was wir im Training vorhaben, auch schnell auf dem Platz umsetzen werden.

Wir Trainer freuen uns sehr auf die neue Saison und sind fest davon überzeugt, dass wir mit den Jungs viele Erfolge erzielen werden.

Das Trainerteam,  
Alexandra Walter, André Schick und Carsten Schaaf



**FAHRSCHULE  
GRIESE**

*Mit Vollgas zur  
Freiheit*

Hennener Marktplatz 1  
58640 Iserlohn | Hennen  
0 23 04 | 953 953  
0 173 | 85 26 231

**Theorie in 7 Tagen**

*Intensivtheorieausbildung  
mit Terminen – so in kurzer  
Zeit die Pflicht erfüllen und  
dann mit vollem Einsatz  
auf die Fahrstunden  
konzentrieren!*

[www.fahrschule-griese.de](http://www.fahrschule-griese.de)





E-Jugend 2024-2025

Grünes Licht  
für deine Energie!

**CLEAN•E**

SOLARTECHNIK GMBH

42855 Remscheid

Vertriebsagentur  
**Stefan Scheil**  
0172-2300342  
scheil@surstahl.de  
Kampstrasse 6  
58730 Fröndenberg

- PV-Anlagen
- Wärmepumpen
- Speicherlösungen
- E-Ladestationen
- Energiemanagement

**Alles aus einer Hand vom Meisterbetrieb**

# F1-Jugend Fußball

Unsere F1-Junioren, trainiert von Georg Ketzler und Kai Schultes, sind mit voller Energie in die neue Saison gestartet. Das Team, das größtenteils aus dem Jahrgang 2016 besteht, zeigt bereits als „alte Hasen“ in der neuen Spielform, dass sie sich auf dem Spielfeld pudelwohl fühlen. Viele der Jungs konnten bereits im letzten Jahr wertvolle Erfahrungen sammeln, was ihnen nun zugute kommt.

Wir starten bei den F-Junioren in die zweite Saison, wo die vom DFB vorgegebene neue Spielform umgesetzt wird. Im Kreis Iserlohn haben die Vereine jedoch eine besondere Vereinbarung getroffen: Unsere F1-Junioren spielen auf dem Hauptfeld im 5 gegen 5 mit Torwart auf Kleinfeldtore, während auf den Nebefeldern im 3 gegen 3 auf kleine Trainingstore gespielt wird.

Die letzte Saison verlief durchwachsen, doch die Mannschaft hat einen super Saisonabschluss hingelegt. Besonders stolz können wir auf die Entwicklung der Jungs sein, die am Ende ein super eingespieltes Team waren.

Im Training stehen die Freude am Spiel und die Weiterentwicklung der spielerischen Fähigkeiten im Vordergrund. Dabei wird viel Wert auf Ballbeherrschung, Ballführung und sicheres Passspiel gelegt. Auch das Zusammenspiel im Team und das Einhalten der Positionen werden intensiv geübt.

Wir freuen uns auf eine spannende und lehrreiche Saison mit unserer F1-Jugend und sind gespannt, welche Erfolge die Jungs feiern werden. Weiter so, Jungs!



# F2-Jugend Fußball

Trainiert wird die F2-Jugend von Rene Helbing und Marcel Trümpler. Viele Spieler kennen die beiden aus ihrer Trainerzeit der G-Jugend.

Mit voller Zuversicht startet unsere neue F2 in die neue Saison. Die Mannschaft konnte in den ersten Spielen vollends überzeugen und wuchs mit jedem Training mehr und mehr zusammen. Es bildet sich eine Mannschaft, mit der die beiden Trainer viel Spaß haben werden. Alle Kinder haben Spaß und setzen sich füreinander ein. Die Weiterentwicklung steht dabei stets im Vordergrund.



## Termine 2025

**Jahreshauptversammlung**  
28.05.2025 - 19:12 Uhr

**Silvesterlauf**  
31.12.2024 ab 14 Uhr

**Umwelttag**  
Februar 2025

**Sommerfest**  
27. und 28.06.2025

**Fußball - Camp**  
Sommer 2025

**Volleyball - Camp**  
20. - 24.10.2025



# Ihre Physiopraxis in Iserlohn.

## PHYSIOFIT RUHRTAL Praxis für Physiotherapie

Ob Wärmetherapie, klassische Massage oder auch Krankengymnastik auf neurophysiologischer Basis: In Iserlohn und Umgebung sind wir Ihr erster Ansprechpartner rund um das Thema Physiotherapie.

### UNSERE SCHWERPUNKTE:

#### Rehabilitation

Durch Bewegung, dem Krankheitsbild gezielt eingesetzte Übungen, Spiel und Sport wird die Ausdauer, die Kraft und die Koordination durch unser geschultes Team mit Ihnen gestärkt.

#### Prävention

Es gibt Alltagsbelastungen, die auf Dauer zu Verschleißerscheinungen am Bewegungsapparat führen und zu nachfolgenden Beschwerden, daher beugen wir gezielt, präventiv und erfolgsversprechend vor.



### Besuchen Sie unsere Webseite!

Leckinger Straße 201, 58640 Iserlohn  
[www.physiofit-ruhrtal.de](http://www.physiofit-ruhrtal.de) | 02371/7884335

# G-Jugend Fußball

Das letzte Jahr unserer Minikicker war ein voller Erfolg! Wie immer stand der Spaß im Vordergrund und die Kinder kamen mit großer Begeisterung zu jedem Training. Die Trainingsbeteiligung war durchgehend hervorragend, was zu einer tollen Atmosphäre auf und neben dem Platz beitrug. Die Mannschaft zeigte nicht nur viel Freude am Spiel, sondern konnte auch beeindruckende Ergebnisse einfahren.

Unser Hauptziel war es, die Kinder spielerisch an den Fußball heranzuführen – und das haben wir erreicht! Die kleinen Kicker haben sich stetig verbessert und sind als Team zusammengewachsen.

Wir freuen uns schon jetzt auf die nächste Saison, in der wir weitere Schritte in ihrer fußballerischen Entwicklung machen werden. Es bleibt spannend, wie sich die Mannschaft weiterentwickelt!





# Angebote für die Jugend

Neben dem noch anstehenden Advents-Training planen wir für die Jugend im Fußball und Volleyball auch 2025 wieder zusätzliche Trainingscamps in den Ferien.

Das Volleyball-Camp 2025 machen wir wieder in Kooperation mit GeriDu in der zweiten Ferienwoche der Herbstferien (20.10. bis 24.10.2025).

Das Trainingscamp-Fußball 2025 ist in Planung, allerdings gibt es zum Redaktionsschluss noch kein finales Datum.

LERNE VON DEN BESTEN!  
FÜR KIDS & TEENS (5-15 JAHRE)

**ADVENTS  
FUSSBALLTAG**  
14.12.2024

**SC HENNEN**  
HENNERSTR. 1 | 58640 ISERLOHN - HENNEN

www.fussballclubhennen.de

Präsentiert von



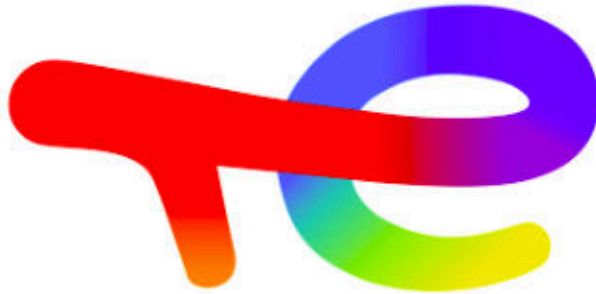
www.fussballclubhennen.de

**SC 1912 Hennen e.V.**

## VOLLEYBALL CAMP

HERBSTFERIEN 2025  
FÜR KINDER AB U12 BIS U18

**GAMES!**  
**FUN!**  
**ACTION!**  
**TRAINING!**



**TotalEnergies**

**Gewinnen in Hennen,  
auftanken in Kalthof**

**TotalEnergies Tankstelle  
Ceyhun Celiker  
Kalthofer Feld 1  
58640 Iserlohn**

**Waschen - Tanken - Hermes - Lecker Brötchen**

## Sommerfest 3.0

Zum 3. Mal nun organisierte das Team um Thomas Ketzler und Jörg Lindheim das Sommerfest. Die Vorbereitung beginnt meist fast ein Jahr vorher und das Team trifft sich zunächst ein Mal im Monat, um die Überlegungen und Planungen voranzutreiben. Richtig stressig wird es dann kurz vorher. Absprachen müssen getroffen, Genehmigungen eingeholt und Helfer organisiert werden. Hier werden dringend weitere Mitstreiter für alle Bereiche benötigt. Gleichzeitig ein herzliches Dankeschön an alle Mithelfenden bei der Vorbereitung und Durchführung! Ohne die vielen fleißigen Hände aus vielen verschiedenen Bereichen des SC Hennens sowie auch aus anderen Vereinen wie dem TC Hennens (Bierstandbesetzung) oder der Unterstützung durch das Ausleihen von Zelten oder Bierzeltgarnituren durch den Kolping und die Dorfgemeinschaft Rheinen ist das Fest nicht durchführbar. Zusätzlich ein großes Dankeschön an alle heimischen Unternehmer, die uns auch in diesem Jahr unterstützt haben; beispielsweise durch Sponsoring der Eintrittskarten (Glaseri Tillmann), durch Bauzäune (Gartengestaltung Brunnert), durch Blumen (Blumen Austmann), Aufhängen des großen Plakates (Gartenbetrieb Schultes) sowie der heimischen Landwirte u.a. durch das Aufstellen und den Rücktransport der Bierwagen. Erstmals gab es auch die Möglichkeit für Sponsoren des Gesamtvereins zwei kostenlose Karten für die Veranstaltung zu bekommen. Dies wurde auch schon von einigen genutzt. Auch ein herzliches Dankeschön für die Möglichkeit des Plakataufhängens bei Privatleuten!

Die 2. Auflage des Jugendfests am Freitagabend war mit ungefähr 120 Jugendlichen gut besucht (mehr wäre aber möglich). Nachdem sich die Jugendlichen vom gut aufgelegten DJ RedJack vor die Bühne locken ließen, zeigten sie, wie sie friedlich und ausgelassen feiern konnten. Der Regen hielt sich hier noch zurück.

Das Fest ist ausdrücklich ein Angebot für die Jugend aus Hennens und Umgebung, da in dieser Altersklasse wenig im Umfeld angeboten wird. Die Preise sind extra jugendfreundlich gestaltet.

Der Samstag war in diesem Jahr schon im Vorfeld geprägt von einer schlechter Wetterprognose sowie von vielen kleinen und großen Veranstaltungen (u.a. das späte BVB-Heimspiel). So blieben die Besucherzahl und somit auch die Einnahmenseite weit hinter den Erwartungen zurück. Das Markenzeichen dieser Veranstaltung ist die OpenAir-Atmosphäre mit Live-Band. Das Fest ist für das ganze Dorf und die Umgebung gedacht. Die diesjährige Live-Band Socialclub kam beim Publikum sehr gut an und gab von Anfang an alles! Auch dem einsetzenden Regen trotzte sie und hielt die Gäste bei Laune! Zu später Stunde übernahm wieder DJ RedJack und lockte bei jetzt trockenem Wetter wieder viele vor die Bühne.



Ausführung sämtlicher  
Maurer-, Beton- und  
Stahlbetonarbeiten

**VONNAHME** G  
M  
B  
H  
**BAUUNTERNEHMUNG**

Scherlingstraße 72 · 58640 Iserlohn

Postfach 9068 · 58619 Iserlohn

Telefon: 0 23 04 - 57 58 · Telefax: 0 23 04 - 5 12 47

[www.vonnahme-gmbh.de](http://www.vonnahme-gmbh.de) · eMail: [info@vonnahme-gmbh.de](mailto:info@vonnahme-gmbh.de)

# Sommerfest 3.0



## Ansprechpartner Erwachsene

### Seniorinnen-Gymnastikgruppe

Barbara Dembrowski

Dienstag 17:30 bis 18:30 Uhr

Tel-Nr. 02304 50635

Turnhalle Grundschule

### Frauen-Gymnastikgruppe

Barbara Schebesta

Mittwoch 19:00 bis 20:30 Uhr

Tel-Nr. 02304 50443

Vereinsheim

### Trimmgruppe Männer

Stefan Kolatke

Mittwoch 20:00 bis 22:00 Uhr

Tel-Nr. 02304 51901

Turnhalle Grundschule

### Wirbelsäuen-Gymnastikgruppen

Nina de Vries

Donnerstag 19:00 bis 21:00 Uhr

Tel-Nr. 01573 94 82 75

Vereinsheim

Jessica Balkenhof

Dienstag 19:00 bis 21:00 Uhr

Tel-Nr. 02378 86941

Vereinsheim

### Schongymnastikgruppen

Susanne Rabe

Montag 08:30 bis 11:30 Uhr

Tel-Nr. 02304 50121

Vereinsheim

### Pilates

Christiane Friedrichs

Montag 17:45 bis 20:00 Uhr

Tel-Nr. 02304 51278

Vereinsheim

### Kapow Fitness

Nicole Kutzera

Dienstag 19:00 bis 20:00 Uhr

Tel-Nr. 02304 976069

Turnhalle Grundschule

### Zumba® Fitness

Susanne Rabe

Freitag 20:00 bis 22:00 Uhr

Tel-Nr. 02304 50121

Turnhalle Grundschule

### Lauftreff und Walking-Gruppe

Jürgen Mesling

Donnerstag 18:00 Uhr

Tel-Nr. 02304 51551

Parkplatz ehemalige Hauptschule

### Hobby-Volleyball

Christian Rabe

Montag 20:00 bis 22:00 Uhr

Tel-Nr. 02304 50121

Turnhalle Lichtekammer

## Ansprechpersonen zum Schutz vor sexualisierter und interpersoneller Gewalt im Sport

Jana Döchting

Jörg Lindheim

[jana.duechting@sc-hennen.de](mailto:jana.duechting@sc-hennen.de)

[joerg.lindheim@sc-hennen.de](mailto:joerg.lindheim@sc-hennen.de)

Tel.-Nr 0178 1451104

## Ansprechpartner Jugend

### Jugendleitung Fußball

Carsten Pauli

Tel-Nr. 01523 2082862

Julia Werth

Tel-Nr. 0176 321 995 86

### Fußball B-Junioren (14 – 16 Jahre)

Tim Krezler

Tel-Nr. 0176 30440045

### Fußball C-Junioren (12 – 14 Jahre)

Manuel Backhaus

Tel-Nr. 0162 385 149 8

Henri Maeffert

Tel-Nr. 0176 438 160 23

### Fußball D-Junioren (10 – 12 Jahre)

Lucas Alfringhaus

Tel-Nr. 0157 383 720 53

### Fußball E-Junioren (8 – 10 Jahre)

Carsten Pauli

Tel-Nr. 0152 320 828 62

### Fußball F1-Junioren (6 – 8 Jahre)

Alexandra Walter

Tel-Nr. 0151 614 583 27

### Fußball F2-Junioren (6 – 8 Jahre)

Georg Ketzler

Tel-Nr. 0170 449 140 3

### Fußball G-Junioren (bis 6 Jahre)

René Helbing

Tel-Nr. 0173 697 084 0

Florian Löbel

Tel-Nr. 0152 598 385 61

### Fußball G-Junioren (bis 6 Jahre)

René Helbing

Tel-Nr. 0173 697 084 0

Florian Löbel

Tel-Nr. 0152 598 385 61

### Leichtathletik Mädchen und Jungen (ab 6 Jahren)

Barbara Schebesta

Tel-Nr. 0171 201 399 4

Melanie Nasshan

### Volleyball Jugend und Damen

Christian Rabe

Tel-Nr. 0163 717 213 1

### Eltern-Kind-Turnen

Janina Günzel

Tel-Nr. 0173 287 355 2

### Zumba\*Kids

Susanne Rabe

Tel-Nr. 02304 50121

### Kinder-Turnen

Johanna Krähe

Tel-Nr. 0178 573 9137

# Volleyball

Auch dieses Jahr können wir auf unsere Entwicklung in der Jugendabteilung hinsichtlich der Beteiligung an den Sichtungsmaßnahmen des Verbandes stolz sein. Gleich drei Spielerinnen wurden für die Regionalauswahl nominiert und durften sich beim Bündenbenderturnier (Sichtungsturnier) präsentieren. Eine der Spielerinnen wurde sogar für den WVV-Kadar nominiert und spielt somit für den Westdeutschen Volleyball Verband. Dass diese Spielerin nominiert werden würde, war jedoch schon fast vorprogrammiert, da sie bereit vorab schon an Sichtungsmaßnahmen teilnehmen durfte und sogar für einen Lehrgang der Jugend-Nationalmannschaft nominiert wurde. Wir sind stolz darauf, solche Talente fördern zu dürfen und so auch mit dem Verband in engerer Zusammenarbeit stehen zu können.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen, die hier im Verein tätig sind, sehr herzlich bedanken. Trainer, Trainerinnen, Jugend-Nachwuchs-Trainerinnen, helfende Jugendspielerinnen in den jüngeren Gruppen, Eltern und allen Spielerinnen. Ich bin sehr stolz auf euch und als Volleyballgruppe für euren Einsatz und den Zusammenhalt in den Teams.

Danke - Christian

**MALERBETRIEB**  
**TOBIAS SCHRAGE**

☎ **0172/4105548** • ☎ **02304/3095149**

**Letteweg 14 • 58640 Iserlohn**

[www.ts-malerbetrieb.de](http://www.ts-malerbetrieb.de) • [info@ts-malerbetrieb.de](mailto:info@ts-malerbetrieb.de)





# 1. Volleyball Damen

## **Die Zebras – 1. Damen Volleyball - Oberliga**

Die aufregende, durchwachsene und leider von krankheits- und verletzungsbedingten Ausfällen geprägte Regionalligasaison endete mit dem Abstieg in die Oberliga.

Die 1. Damenmannschaft startete Anfang Juni nach einer für alle wohlverdienten Volleyballauszeit wieder mit großer Freude, Elan und Teamgeist nach Kaderveränderungen und Probetrainings in die gut strukturierte Saisonvorbereitung. Die Mädels freuten sich darauf, sich in neuer, spannender Zusammensetzung kennenzulernen und der gemeinsamen Leidenschaft, dem Volleyballspielen, nachzugehen. Die Vorbereitung war von einem intensiven, individuellen Techniktraining auf allen Positionen sowie von einem Athletik- und Krafttraining geprägt. In Richtung Saisonstart rücken nun taktische und spielerische Elemente in den Vordergrund, Team und Trainer feilen intensiv an allen Elementen, auf allen Positionen und vor allem an der Abstimmung auf dem Feld. Teambuilding-Events sorgen für eine Menge Spaß und lassen die Zebraherde zusammenwachsen. Neben den bekannten Gesichtern werden in der Saison 2024/2025 vier neue und talentierte Zebras die 1. Damenmannschaft verstärken: Leonie Roch (Libera), Freya Balk (Diagonalangriff), Luisa Hayen (Außenangriff) und Vivien Westebbe (Mittelblock). Rahel Kessler (geb. Oefner) kehrt in der kommenden Saison nach ihrer Babypause wieder zurück. Neben unseren vier Neuzugängen gab es leider auch einen Abgang. Die Zebraherde musste sich von ihrer Libera, Lisa Wilke, verabschieden, die in ihre wohlverdiente Volleyballrente geht. Ab und zu werden wir sie sicher im Training begrüßen dürfen. Unsere Libera, Jana Düchting, kuriert derzeit noch eine Knieverletzung aus, wird sich hoffentlich schnell wieder der Zebraherde anschließen können. Wir wünschen ihr weiterhin eine gute und schnelle Genesung. Stefanie Echtermann (Außenangriff) und Natascha Drees (geb. Marks, zuletzt Co-Trainerin), werden in kommender Saison eine Babypause einlegen und die Zebraherde als Co-Trainerinnen in der Vorbereitung und an Spieltagen unterstützen. Christoph Schulte wird die Zebraherde auch in der kommenden Oberligasaison als Headcoach anführen. An den Start gehen werde die 1. Volleyballdamen in der Oberliga Staffel 2 Frauen mit insgesamt 12 Mannschaften. Das Team freut sich jetzt schon auf spannende „Fights“ auf dem Spielfeld.



Team 2024-2025

**ECK**  
Barkhard Eck

- ▶ Holz
- ▶ Solar
- ▶ Pellets
- ▶ Wärmepumpen
- ▶ Brennwerttechnik
- ▶ Sanitärtechnik

*Mit uns heizen Sie richtig!*

Wir sind Partner von:

**VIESMANN**

[www.eck-haustechnik.de](http://www.eck-haustechnik.de)

In der Schlenke 1 • 58640 Iserlohn  
Tel.: 0 23 04 - 54 43 • Fax: 0 23 04 - 5 14 45

## 2. Volleyball Damen

Hallo Zusammen,

wir sind das zweite Damenteam des SC Hennen. Diese Saison spielen wir in der Landesliga mit einer jungen Nachwuchs-Zebramannschaft. Unser Ziel für die Saison 24/25 ist auf jeden Fall der Klassenerhalt.

Wir wollen in der Saison mehr zusammenwachsen, uns gegenseitig fördern und Spaß haben am Volleyball spielen. Hier unsere Vorstellung der Second Zebras:

Toni ist unser Multitalent auf der Libera Position und auch auf Außen unterstützt sie uns manchmal. Unsere zweite Libera ist Mimi, eine sehr erfahrene Spielerin.

Ylvie verteilt im Zuspield fleißig die Bälle und wird hier unterstützt von unserer erfahrenen Caro. Vanessa, unsere Geheimwaffe aus der 3. Damen, kommt auch noch als Zuspielerin hinzu. Marlene, Frieda und Miri sind unserer Außenangreifer, die die Bälle ordentlich ins Feld hauen. Unsere drei Mitten sind Thea, Milla und Fiona, sie geben im Block und mit ihren Angriffsvarianten richtig Gas. Emma und Lieke stehen auf unseren Diagonalposition, die mit ihren starken Angriffen unser Team komplementieren

Dann noch unserer Trainerin Sandra, die das Team in jedem Spiel und Training führt, motiviert und zusammenhält.

Wir würden uns über Unterstützung in der Saison freuen!





**Wir bauen mit Holz**  
[www.holzbau-stricker.de](http://www.holzbau-stricker.de)



**Qualität  
aus Tradition**

**☎ 02304 / 56 06**

## 3. Volleyball Damen / U16 und U18

Diese Trainingsgruppe ging letzte Saison in der U16 NRW-Liga an den Start. Bei den Spielen gegen die besten Teams dieser Altersklasse konnte sich die U16 gegen einige Teams durchsetzen und viele Erfahrungen auf einem hohen Spielniveau sammeln. Aufgrund der guten Leistung qualifizierte sich das Team für die Westdeutschen Meisterschaft. Im Viertelfinale musste sich das Team nach einem sehr spannenden und knappen Spiel gegen die zukünftigen Vizewestdeutschen Meister geschlagen geben. Bei allen folgenden Spielen um den fünften Platz überzeugte die Mannschaft mit einer super Teamleistung. Somit konnte sich die U16 am Ende über einen tollen fünften Platz bei der Westdeutschen Meisterschaft freuen. Auch aufgrund dieser tollen Leistung kann das Team, zwar etwas verändert aufgrund der Altersvorgaben, nächste Saison wieder in der U16 NRW-Liga an den Start gehen. Ziel ist es, wieder viele Erfahrungen auf hohem Niveau zu sammeln und sich für die Westdeutschen Meisterschaften zu qualifizieren.

Dieses Team wird jedoch auch geschlossen in der U18 Oberliga an den Start gehen und versuchen sich für die Westdeutsche Meisterschaft zu qualifizieren. Letztes Jahr schied die U18 unglücklich aufgrund eines schlechteren Ballverhältnisses in der letzten Qualifikationsrunde vor der Meisterschaft aus. Dies möchte das Team dieses Jahr verhindern und arbeitet dafür jede Woche hart, denn die meisten Spielerinnen dieses Teams nehmen 3 Trainingseinheiten in der Woche wahr, um sich zu verbessern.

Neben den ganzen großartigen Leistungen im Jugendbereich konnte das Team auch im Damenbereich letzte Saison einen zweiten Platz in der Bezirksklasse feiern! Aufgrund der Platzierung durfte das Team bei der Relegation um den Aufstieg in die Bezirksliga mitspielen. Der Konkurrent einer anderen Bezirksklasse konnte dabei sehr souverän besiegt werden, jedoch war der andere Konkurrent aus der Bezirksliga am Ende nicht zu schlagen. Somit tritt das Team diese Saison wieder in der Bezirksklasse an. Da einige der Spielerinnen in der neuen Saison in der 2. Damen spielen werden, kommt uns der Verbleib in der Bezirksklasse gerade recht. Die Saisonziele der 3. Damen sind es die Liga zu halten und vor allem, dass alle Spielerinnen reichlich Spielerfahrungen sammeln, um sich weiterzuentwickeln.



3. Damen, U18 und U16 Team 2024-2025

## Volleyball-Ergebnisse Online

In der neuen Saison können die Spiele auch online eingesehen werden. Die App ist unter „Mein Volleyball“ im Google Play und im App Store zu finden.



## U16 - II - Bezirksliga

Unsere U16 II ist eine noch recht junge Zebraherde, die nun erstmals Großfeld-Luft schnuppert. Den ersten Spieltag meisterte das Team mit Bravour und sicherte sich gleich zwei hart umkämpfte Siege. Besonders die Aufschläge der Mädels sind sehr konstant, wodurch sie ihren Gegner direkt unter Druck setzen. Das Trainerteam um Miriam, Caro und Toni freut sich darauf, die Mädels in dieser Saison zu begleiten und hofft, noch viele Erfolge zu feiern.

## U20 - Oberliga

In diesem Jahr starten wir mal wieder mit einer U20. Für einige Spielerinnen wird es wahrscheinlich die letzte Jugendsaison sein, daher wollen wir hier nochmal in der Oberliga angreifen und hoffen insgeheim auf eine Teilnahme bei den westdeutschen Meisterschaften. Das Team setzt sich zusammen aus Spielerinnen der 3. und 2. Damen und wird von zwei Spielerinnen des Nachbar- und Kooperationsvereins TV Eiche Grüne, mit Tabea und Miriam, unterstützt.



## U13 - Oberliga

Nach der erfolgreichen U12 Saison mit der Teilnahme an den westdeutschen Meisterschaften, starten die jungen Zebras natürlich in der Oberliga. Luise, Maja, Lilly, Amalia, Milena und die frisch zur Herde gestoßene Nele, sind talentierte junge Zebras, die richtig Spaß zusammen haben und auch diese Saison oben mitspielen möchten. Zwei mal die Woche trainieren die Mädchen intensiv und konnten ihren ersten Spieltag schon erfolgreich mit 3 Siegen und 6 Punkten feiern. Es bleibt spannend, wohin es die Herde diese Saison zieht. Der Wunsch und das Ziel sind die westdeutschen Meisterschaften!



TEAM U13 - 2024/2025

# CLEAN•E

SOLARTECHNIK GMBH

## Grünes Licht für deine Energie!

02191-69 05 356  
kontakt@clean-e.de  
www.clean-e.de

- PV-Anlagen
- Wärmepumpen
- Dachsanierungen
- E-Ladestationen
- Energiemanagement

**Alles aus einer Hand vom Meisterbetrieb**  
Elektro · Heizungsbau · Dachdeckerei



# U13 und U12 Volleyball Jugend

Auch diese Trainingsgruppe geht in verschiedenen Jugendligen an den Start.

Gemeinsam trainieren die Spielerinnen der Trainingsgruppe vor allem montags für die U13-Liga.

Das Team wird in der U13-Bezirksliga spielen. Diese Spielerinnen stehen zum größten Teil zum ersten Mal auf dem Volleyballfeld. Somit sollen sie vor allem Erfahrungen sammeln und der Spaß soll dabei im Vordergrund stehen. In der U13 wird dann bereits mit dem „normalen“ Liga Ball gespielt.

Manche Spielerinnen, die aufgrund ihres Alters auch noch U12 spielen dürfen, werden gleichzeitig auch an U12-Turnieren und vor allem der U12-Bezirksmeisterschaft teilnehmen um möglichst viel Spielerfahrung zu sammeln.



## Splitter um den SC Hennen...

### Projekt Ideen 2025

Familienwandertag



Neben den evtl. weiteren Ideen, brauchen wir im Verein dann auch die helfenden Hände, also die Macher. Jeder kann da selber mitgestalten!



Scherlingstr. 1 - Iserlohn Hennen

**Wir sind gerne persönlich für Sie da**

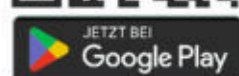
Montag bis Freitag 8:00 bis 13:00 und 15:00 bis 18:30  
Samstag 9:00 bis 13:00, Mittwoch nachmittags geschl.

**Die Linden Apotheke für die Hosentasche**

Vorbestellungen mit unserer Apotheken-App

**Jetzt neu!**

Lösen Sie Ihr E-Rezept mit Ihrer elektronischen Gesundheitskarte über unsere App ein und übermitteln Sie Ihr E-Rezept an uns.



Sie möchten unsere Apotheken-App kennenlernen? Dann **laden Sie unsere App jetzt im App-Store herunter!**

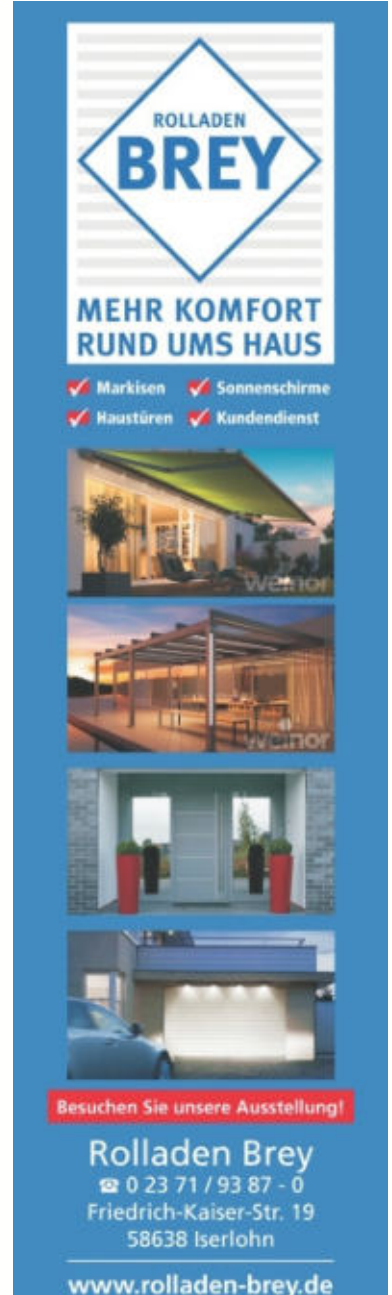
# Anfänger - Volleyball Jugend

Diese Trainingsgruppen stehen noch in den Anfängen ihres „Volleyballlebens“, denn alle Mädchen treten in den beiden jüngsten Jugendligen, U12 oder „Volley-Cool“, an. Beide Ligen bestehen aus mehreren Turnieren, bei denen immer zu zweit in einem 4,5m x 4,5m großen Feld und mit einem leichteren Volleyball gespielt wird, um so das Volley-Spielen zu erleichtern.

Die Volley-Cool-Turniere sind für die allerjüngsten Spieler: innen vorgesehen. Durch Vereinfachungen, wie das Einwerfen und Fangen des Balles, können sie so ihre ersten Volleyballerfahrungen sammeln. Dabei steht vor allem der Spaß natürlich im Vordergrund.

Bei der U12-Liga endet die Turnierserie mit den U12 Bezirksmeisterschaften und den vorherigen Qualifikationsturnieren.

Über diesen großen Andrang neuer Volleyball-Kids freuen sich die Trainer: innen sehr und hoffen natürlich, dass sie auch weiterhin immer wieder Kinder für den Volleyballsport begeistern können. Alle Kinder ab der 4. Klasse sind herzlich montags von 17:00-18:30 am Hemberg und alle Kinder ab der 2. Klasse (Jahrgang 2015-2017) sind herzlich donnerstags von 17:00-18:30 in der Grundschule in Hennen zum Training eingeladen.



**ROLLADEN  
BREY**

**MEHR KOMFORT  
RUND UMS HAUS**

- ✓ Markisen
- ✓ Sonnenschirme
- ✓ Haustüren
- ✓ Kundendienst

**Besuchen Sie unsere Ausstellung!**

**Rolladen Brey**  
☎ 0 23 71 / 93 87 - 0  
Friedrich-Kaiser-Str. 19  
58638 Iserlohn

[www.rolladen-brey.de](http://www.rolladen-brey.de)

# Volleyball-Camp mit GeriDu

In den Herbstferien 2024 fand ein besonderes Volleyball Camp statt, organisiert vom SC Hennen in Zusammenarbeit mit GeriDu Volleyball Solutions. Das Camp richtete sich an junge Volleyballspielerinnen der Altersklassen U12 bis U18 und bot eine einzigartige Gelegenheit, ihre Fähigkeiten zu verbessern und gleichzeitig viel Spaß zu haben; ein intensives Trainingserlebnis.

Täglich hatten die 22 Teilnehmerinnen, die aus verschiedenen Vereinen kamen, die Möglichkeit, unter der Anleitung erfahrener Trainerinnen und Trainer, darunter auch solche mit Bundesligaerfahrung, zu trainieren. Das Training umfasste sowohl technische Übungen als auch spielerische Elemente.

Ein besonderes Merkmal des Camps war die Einteilung der Teilnehmerinnen in leistungsgerechte Gruppen. Dies ermöglichte eine individuelle Förderung und stellte sicher, dass sowohl Anfängerinnen als auch fortgeschrittene Spielerinnen auf ihre Kosten kamen. Zum Abschluss stand dann ein Turnier auf dem Programm, um hier miteinander die Fortschritte einmal auszuprobieren.

Das Volleyball Camp des SC Hennen in Kooperation mit GeriDu war ein voller Erfolg. Die 22 Teilnehmerinnen konnten nicht nur ihre Volleyballfähigkeiten verbessern, sondern auch neue Freundschaften schließen und wertvolle Erfahrungen sammeln.

Ein großes Dankeschön geht an die Organisatoren und Trainer!



**Das Volleyball Camp 2025 findet in den Herbstferien statt!**

# Fahrt der Ehrenamtlichen und Helfer

Vor zwanzig Jahren fand die erste Fahrt ins Schullandheim des Märkischen Kreises auf Norderney statt. Sie hat nichts an Reiz verloren, denn auch dieses Mal waren die Plätze schnell belegt. Zehn der Mitfahrer waren bereits 2004 dabei.

Nach der Anreise mit einer stürmischen Überfahrt, wartete schon der Bus als Zubringer zum Schullandheim auf uns. Dann hatte jeder bis zum Abendessen die Gelegenheit das Inselleben zu erkunden. Anschließend gab es ein gemütliches Beisammensein im Gruppenraum zum Spielen und/oder Fußball schauen.

Ein unbedingtes MUSS ist das gemeinsame Boßeln, welches am Samstag ab 14 Uhr auf dem Programm stand. Leider spielte der Wettergott nicht so ganz mit. Der Regen und der starke Wind machten einen vorzeitigen Abbruch (allerdings schon auf dem Rückweg) nötig. Gewonnen haben ALLE, denn der Spaß stand im Vordergrund! Auf dem Rückweg waren die meisten Jacken und Hosen aufgrund des starken Windes bereits wieder getrocknet.

Am Sonntag hatte das Wetter ein Einsehen und Strandspaziergänge und/oder Bummeln im Ort waren angesagt. Um 14.30 Uhr wurde die Heimreise angetreten, per Bustransfer und Fähre.

Jeder möchte das nächste Mal wieder dabei sein, es gibt sogar eine Warteliste. Leider waren für 2026 keine WE mehr, wo wir ausreichend Zimmer bekommen hätten und haben somit erst vom 24.-26.09.2027 eine Reservierung stehen.

Die Kümmerin bedankt sich auf diesem Wege für die „Aufmerksamkeit“, welche ihr nach der Fahrt überreicht wurde



# ***Ihr Partner für Industrie und Handwerk***

***Wir übernehmen für Sie:***

## **Projektierung und Elektroinstallation**

- ▶ Wohngebäude (Neu-/Umbau, Sanierung)
- ▶ Industrie
- ▶ Öffentliche Gebäude

## **Wartung, Instandsetzung & Neubau elektrischer Anlagen**

- ▶ SPS
- ▶ KNX
- ▶ Steuerungsbau und -umbau
- ▶ Bustechnik

## **Beratung & Optimierung**

## **Schaltschrank- und Anlagenbau**

## **Netzwerk- und Datenkommunikationstechnik**

## **Antennen- und SAT-Anlagen**

## **Beleuchtungsanlagen uvm.**

***Bei Fragen oder Informationsbedarf rufen Sie uns an –  
wir erstellen Ihnen für Ihr Vorhaben auch gerne ein  
individuelles Angebot!***



**SK ELEKTROTECHNIK**

SK Elektrotechnik GmbH

Paschauer 28

58640 Iserlohn

Tel. 02304 6497882

info@sk-elektrotechnik.com

[www.sk-elektrotechnik.com](http://www.sk-elektrotechnik.com)



# Leichtathletik

Barbara Schebesta und Melanie Naßhan betreuen unsere Kinderleichtathletik.

Das Training ist jetzt wieder im Sommer mit zwei Gruppen im Naturstadion (je Gruppe ca. 10-14 Kinder/Jugendliche). Im Winter konnten wir im 14-tägigen Wechsel in der Halle der Grundschule trainieren. Hierfür vielen Dank an die Eltern-Kind-Gruppe für die Abgabe einer Stunde an uns.

Wir hatten in der Hallensaison zwei erfolgreiche Teilnahmen mit 2. und 3. Platz in der Kinderleichtathletik.

## **Trainingszeiten mittwochs:**

1. Gruppe (1. & 2. Klasse): 16:30 -17:30 Uhr
2. Gruppe (ab 3. Klasse): 17:30 -18:30 Uhr



# Aktive gegen Einsamkeit

Wir führten im November einen Aktionsvormittag „Aktiv gegen Einsamkeit“ im Sportheim am Parkplatz, durch. Das Angebot war für Interessierte und Neumitglieder kostenfrei.

Hiermit wollten wir gerade Alleinstehenden eine Möglichkeit bieten, am Vereinsleben teilnehmen, aus der Wohnung herauskommen, zu kommunizieren, Sport zu treiben und einfach Spaß zu haben.

Mit einer Kursleiterin wurden z.B. rückengerechte Übungen durchführen oder auch mit Hanteln Muskeln trainieren.



Nebenan konnten sich Interessierte über das Kursangebot des SC Hennen informieren, eine Tasse Kaffee oder Tee trinken, etwas Süßes zu sich nehmen und Kontakte knüpfen.

An unserem Aktionstag stellten wir auch neue Trainingsgeräte für die Bereiche Stabilisierung, Gleichgewicht und Sturzprophylaxe vor. Je nach Feedback in den nächsten Tagen wollen wir dann daraus Kurse oder ein Treffen entwickeln.

**Schulstraße 5a 58239 Schwerte-Villigst 02304 / 70923**

**Karosserieeinstandsetzung | Diagnose | Reparatur  
Inspektion | TÜV / AU | Oldtimer-Restauration  
Achsvermessung | Reifen-Service | Klimawartung**



**Neubauer & Weide**

*Die Autowerkstatt*

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 16.30 Uhr ( Pause: 12.15 – 12.45 Uhr )

**[www.neubauer-weide.de](http://www.neubauer-weide.de)**



# **TAXI Nabil**

**Krankenfahrtdienst**

**Rollstuhl-**

**Tragestuhl-**

**Treppensteigertransporte**

Dialysefahrten - Ambulante Arztfahrten - Strahlen +  
Chemotherapiefahrten - Einweisungs +  
Entlassungsfahrten - Privatfahrten



**Telefon 02374/9200273**

**Mobil 015150373937**

# Rückenschule

Jeweils dienstags und donnerstags treffen sich unsere Wirbelsäulengymnastikgruppen. Die Gruppen, die von Nina de Vries und Jessica Balkenhoff geleitet werden, erfreuen sich seit Jahren großer Beliebtheit. Mit wechselnden Übungen wird Ausdauer trainiert, unterschiedliche Muskelgruppen werden gedehnt und Kraftübungen für alle Bereiche gemacht. Im Sommer nutzten die Teilnehmer gerne die neue Calistenics-Anlage, um an der frischen Luft zu trainieren. Die vielfältigen Möglichkeiten des Gerätes stellen ganz neue Herausforderungen für alle dar. Vor allem eins ist allen wichtig: Spaß am Sport haben. Nun freuen sich alle Teilnehmer auf die Fertigstellung der neuen Sporthalle. Da die Warteliste schon gut gefüllt ist, würde die Halle Möglichkeiten bieten neue Teilnehmer aufzunehmen.



# Frauengymnastikgruppe

Im Jahr 2 nach dem Abriss der Hauptschulturnhalle hat sich die Frauengymnastikgruppe bemerkenswert angepasst. Die wöchentlichen Trainingsstunden unter der Leitung von Babsi Schebesta finden weiterhin im Rückenschulraum am Sportplatz statt, und die Teilnehmerzahl bleibt stabil bei 8-10 Frauen. Mit Blick auf das Jahr 2025 ist die Vorfreude groß, denn die neue Turnhalle verspricht mehr Raum für Bewegung und die Rückkehr zum Hallensport mit ausreichend Platz. Dieses Jahr der



Veränderung hat die Flexibilität und Anpassungsfähigkeit der Gruppe bewiesen und ihre Entschlossenheit gestärkt, zusammenzubleiben und aktiv zu bleiben, egal was kommt.



TRAIN-BANDAGEN

**SCHNELL  
GEGEN SCHMERZ,  
LANGFRISTIG  
WIRKSAM.**



GenuTrain®



MalleoTrain®



EpiTrain®



LumboTrain®



**MCS Medical Center Südwestfalen**

Rotehausstraße 36 · 58642 Iserlohn

**T** +49 (0) 2374 92 39 0

**F** +49 (0) 2374 92 39 200

**E** [info@mcs-medicalcenter.de](mailto:info@mcs-medicalcenter.de)

[www.mcs-medicalcenter.de](http://www.mcs-medicalcenter.de)

Wir beraten Sie gern.

**Öffnungszeiten**

Montag – Freitag

8 – 17 Uhr

  
**MEDICAL-CENTER**  
Südwestfalen

BAUERFEIND-QUALITÄTSPARTNER

# Förderprojekt I

Der lang gehegte Wunsch, am Sportplatz auch etwas für die Kleinsten anbieten zu können, wird langsam Wirklichkeit. Über das Leader-Projekt und den Spenden der letzten Jahre können wir nun endlich den Spielplatz realisieren. Im Zuge der Flächengestaltung am ehemaligem Vereinsheim entstehen nun ca. 250m<sup>2</sup> Spielfläche. Die Fertigstellung ist gegen Ende November terminiert, also gibt es die Bilder in der nächsten ClubInfo, oder ihr schaut einfach mal vorbei. Zum Thema „Vorbeischaun“ suchen wir noch einen oder mehrere Paten, die sich um die Anlage kümmern, da diese nicht von der Stadt gepflegt wird. Bitte einfach kurz Kontakt zum Vorstand aufnehmen, damit wir die Anlage lange erhalten können.

# Eltern-Kind-Turnen

Das Eltern-Kind-Turnen findet für Kinder zwischen 2 und 6 Jahren statt. Es werden Spiele gespielt mit viel Tempo, Wettkampf und ganz viel Spaß. Aufwendige Aufbauten mit verschiedenen Geräten animieren zum Balancieren, Klettern, Springen Krabbeln und geben viel Raum für eigene Bewegungsideen. Auch kleine Ball-Fans, Seilchenspringer und Reifenschwinger können durch die Halle wirbeln.

Gestartet sind wir mit einer Gruppe von 15 - 16 Uhr. Zwischenzeitlich konnten wir eine weitere Stunde von 16 - 17 Uhr dazugewinnen. Wegen der fehlenden Hauptschulturnhalle teilen wir uns in den kalten Monaten die Turnzeiten mit den Leichtathletik Kids. Nach den Herbstferien reduzieren wir wieder auf eine Stunde und teilen aufgrund der vielen Turnkinder in 2 Gruppen ein, die dann im 2 Wochen Rhythmus turnen, toben und Spaß haben können.

Im Laufe des Jahres sind wir auf fast 60 fantastische Turn-Kinder angewachsen. Aufgrund der Kapazitäten können weitere Kinder erst wieder in 2025 aufgenommen werden.



gwg-schwerte.de

**Dein  
Tor zum  
perfekten  
Zuhause!**

Seit mehr als 125 Jahren.

**GWG**

Gut und sicher wohnen

Gemeinnützige  
Wohnungsbaugenossenschaft  
Schwerte eG

Rathausstr. 24 a · 58239 Schwerte  
Telefon 02304 24032-0  
kontakt@gwg-schwerte.de

# Kibaz mit Jolinchen - Familientag für alle

Unter dem Motto „Sonderaktion 2024 mit Kibaz und Jolinchen - Familientag für alle“ hat der SC Hennen am 24.08.2024 ein neues Angebot für Familien geboten.

Das Kinderbewegungsabzeichen ist ein Angebot des Landessportbundes NRW insbesondere für Kinder unter sieben Jahren. Im Naturstadion konnten Familien mit Kindern verschiedener Altersgruppen bei vielen Bewegungs-, Spiel- und Sportmöglichkeiten aktiv sein.

Kibaz ist seit 10 Jahren ein attraktives Bewegungsangebot, das vorrangig drei- bis sechsjährige Kinder spielerisch und ihrem Alter entsprechend für Bewegung, Spiel und Sport begeistert. Mindestens zehn Bewegungsstationen in Form eines Parcours durchlaufen die Kids ohne Zeitbegrenzung. Das Kibaz soll dabei vor allem Spaß machen und die sportmotorischen Fähigkeiten fördern, nicht aber die Leistung der Kids messen. Die kindgerechten und altersdifferenzierten Bewegungsaufgaben entsprechen den fünf Bereichen der kindlichen Persönlichkeitsentwicklung.

Die Teilnahme war auch für Nichtmitglieder kostenlos. Das Mitmachen lohnte sich in jedem Fall -neben einer Urkunde gab es auch ein Heft zum Malen sowie ein kleines Buch mit Bewegungsangeboten. Das erstmalig von uns durchgeführte Angebot war mit 43 jungen Teilnehmern gut besucht. Aufgrund des guten Feedbacks der Eltern werden wir die Aktion im kommenden Jahr wieder anbieten.



# Schongymnastik

Zunächst ein herzliches Dankeschön an die Sportler/innen für ihre Treue und ihre Freude an unserm gemeinsamen Sport; manche sind schon über 20 Jahre dabei.

Montagsmorgens machen wir Schongymnastik, das heißt wir kräftigen die Muskulatur und fördern Gleichgewicht, Koordination und die Beweglichkeit ohne oder auch mit Kleingeräten.

Gern probieren wir auch Neues aus, zum Beispiel haben wir die Calisthenics Anlage und auch die Flexi-bars in unser Training einbezogen.

Auf Grund des kleinen Platzangebots im Gymnastikraum können zur Zeit keine weiteren Teilnehmer zu den Gruppen hinzukommen; wir hoffen da auf die neue Sporthalle.



## ZUMBA® KIDS

Donnerstags um 16:00 Uhr steigt die Stimmung und coole Musik schallt durchs Dorf, denn die Zumba® kids treffen sich in der Grundschulhalle. Dort erlernen 20 Mädchen neue kindgerechte Choreographien, machen Spiele und haben einfach eine Menge Spaß. Bei Aufführungen für die Eltern zu Weihnachten und Schuljahresende, beim Ferienansingen in der Schule, im Karnevalszelt, beim Kinderschützenfest und in Rheinen beim Spieloasenfest, konnten die Zumba Kids ihren Sport präsentieren und zeigen, wie viel Freude sie dabei haben.

Ein herzliches Dankeschön an die Eltern für ihre Unterstützung und an die Zumba Mädels für den riesigen Spaß, den wir gemeinsam beim Tanzen, Lernen und Spielen haben.

Es gibt leider eine Warteliste für diese Gruppe.





# ZUMBA®

Uns - zwischen 13 und 20 Frauen (von 35 Mitgliedern) - trifft man freitags ab 19 Uhr am Sportplatz (bei trockenem Wetter), entweder auf dem Nebenplatz, dem neuen Tartanplatz (oben neben der Calisthenics Anlage) oder ab 20 Uhr in der Grundschulhalle.

Zusätzlich nehmen einige gern an weiteren Zumba® Veranstaltungen teil, allen voran an der eigenen Zumba® Gold Charity, aber auch an anderen Events (Sport im Park, Masterclasses in Do), zuletzt haben wir in Stein/NL bei der Jubiläumsparty eines früheren Zumba® Ausbilders getanzt. Es war mega schön.



Tanzen-Fitness-Schwitzen-coole, vielseitige Musik-Singen-Lachen-Party-gute Laune  
Komm und mach mit!

Zumba®Fitness kann man nicht beschreiben, das musst du erleben.

# ZUMBA® Gold

Mittwochs um 8:45 Uhr treffen sich 10-13 Frauen zum Zumba ® Gold am Sportplatz bzw. im Vereinsheim. Zumba ® Gold ist eine einfache Form, ZUMBA ® FÜR ALLE. Häufige Wiederholungen, kein Springen, kein schnelles Drehen und dazu sehr eingängige Musik, die gute Laune macht, sprechen besonders Einsteiger, Schwangere, ...und Ältere an. Die Gruppe ist im letzten Jahr gewachsen und zu einer tollen Gemeinschaft geworden. Leider mussten und müssen aufgrund des kleinen Trainingsraums weitere Interessierte auf die Fertigstellung der neuen Halle vertröstet werden. Die Zumba ® Teilnehmerinnen haben beim recht spontanen Richtfest geholfen und sind auch bei weiterem Unterstützungsbedarf stets ansprechbar. Danke. Unser Jahreshöhepunkt war auf jeden Fall die Zumba ® Gold Charity Ende Januar. Mit 80 Teilnehmern für den guten Zweck 2 Stunden tanzen und zu schwitzen, war ein ganz besonderes Erlebnis.



# Haus St. Martin

[www.int-bsw.de](http://www.int-bsw.de)

... mitten im Leben.



## Haus St. Martin Seniorenwohn- und Pflegezentrum

Scherlingstraße 20 · 58640 Iserlohn  
Tel. 02304 982900

## Viele gute Gründe sprechen für uns:

- zentrale Lage in Iserlohn-Hennen
- großzügige Gartenanlage
- abwechslungsreiche Tagesgestaltung mit vielen Beschäftigungs- und Freizeitmöglichkeiten
- trügereigene Küche und andere Service- und Dienstleistungsangebote
- großzügig gestaltete seniorengerechte Einzelzimmer mit Bad und Balkon oder Terrasse
- Kreativräume, Cafeteria, Sinnesraum
- gute Anbindung in die Nachbarschaft: Ärzte, Apotheken, Kirchengemeinden, Gemeindeverwaltung, Vereine etc.

**int-bsw**

Internationales  
Bildungs- und  
Sozialwerk



# Lauftreff

Der Lauftreff des SC Hennen trifft sich weiterhin regelmäßig montags und donnerstags um 18:00 auf dem Parkplatz der ehemaligen Hauptschule.

Die Gruppe besteht momentan aus 14 Mitgliedern. Mittlerweile haben sich einige Teilnehmer vom Laufen verabschiedet und walken nun auf verschiedenen Strecken rund um Hennen. Gerne wird dabei der Radweg nach Kalthof genutzt, da man hier nahezu bei jedem Wetter problemlos sportlich unterwegs sein kann.

Die Teilnehmer starten weiter wie gewohnt gemeinsam, um dann unterwegs verschiedene Streckenlängen von 8 bis 13 Kilometern zu bewältigen. Im Vordergrund steht bei allen der Spaß an der sportlichen Aktivität mit Gleichgesinnten.

Der Leistungsgedanke spielt keine große Rolle, so dass Neueinsteiger willkommen sind. Läufer(innen) sollten aber über eine gewisse Grundkondition verfügen.

Die Lauftreffler sind natürlich seit längerer Zeit untereinander vernetzt, so dass man sich gezielt miteinander verabreden kann, falls z.B. das Wetter mal ausnahmsweise keinen Sport zulassen sollte.



**Wir planen endlich wieder mal einen Start zum Jahresausklang.**

**31.12.2024 ab 14 Uhr am Vereinsheim**

# Pilates

Das Pilates-Training stabilisiert die Körpermitte. Die Besonderheit dieser Methode liegt darin, dass die Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur gleichzeitig gekräftigt und gedehnt wird. So werden Kraft und Flexibilität in Balance gehalten und eine auf-rechte, anmutige Haltung gewonnen.

Pilates ist für alle Altersgruppen geeignet.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig.



# Kapow®

Kapow® vereint Fitness, Kräftigungselemente und Dance Aerobic. Das Programm enthält viele Inhalte aus der Physiotherapie und der funktionellen Bewegungslehre. Es ist für jedermann ganz einfach nachzumachen, durch die Danceaerobic-elemente wird es einfach zum großen Spaß für alle – egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Die Stunde wird zu einem durchgängigen Musik-mix, basierend auf Electro-House Musik, unterrichtet.

Seit 4 Jahren ist die Gruppe bei gutem Wetter auf dem Sportplatz in Hennen und es macht allen großen Spaß.

Interessenten dürfen jederzeit zum „Schnuppern“ kommen.



# EIGENSTROM

SENKEN SIE IHRE STROMKOSTEN DRASTISCH

24 Quadratmeter  
machen's möglich

UVP 7.980,-€\*

0% Mehrwertsteuer  
inklusive Montage durch  
den Fachmann

Beispielbild

Jetzt einmalig 7.980,- €\* investieren und dauerhaft Solarstrom ernten. Im Paket enthalten sind: 12 Photovoltaik-Module, Hybrid-Wechselrichter, Unterkonstruktion, Kabel, Klein- und Befestigungsmaterialien, Anschluss und Inbetriebnahme der PV-Anlage, Anmeldung beim örtlichem Netzbetreiber, optional auch mit Energiespeicher erhältlich.

\*Unverbindliche Preisempfehlung für 5,1 kWp PV-Anlage. Projektspezifisch kann es bei der Installation zu weiteren Kosten, wie z.B. Gerüstbauten kommen.



Ihr Partner für Photovoltaik  
RW Solar GmbH  
Kalthofer Feld 23, 58640 Iserlohn  
Telefon 02371 9558850

[info@rw-solar.de](mailto:info@rw-solar.de)

[www.rw-solar.de](http://www.rw-solar.de)

# Die Trimm-Gruppe

Seit mehr als 40 Jahren gibt es die Trimm-Gruppe. Anfangs trafen wir uns freitags in der Sporthalle der Hauptschule, heute sind wir mittwochs in der Halle der Grundschule zuhause. Mittlerweile stört dieser Mittwoch die Teilnehmer nicht mehr, weil man als Rentner donnerstags ausschlafen kann. Neben dem Alter der Sportler, hat sich der sportliche Inhalt auch geändert.



Wir haben das „Gewinner-Gen“ gegen angepassten Ehrgeiz ausgetauscht. Der Fußball ist immer noch Mittelpunkt der Übungs-Stunden, aber oftmals als Geh-Fußball und angepassten Fußball-Tennis. Die Teams werden gelost und sind, egal in welcher Zusammenstellung, immer homogen. Außerdem trainieren wir unsere Synapsen, kombiniert mit kognitiven Inhalten durch Gehirn-Jogging und dabei lachen wir gerne über uns selbst.

Das Highlight des Jahres ist unser Aktiv-Wochenende. Unser „Reiseleiter“ hat dieses Jahr Delbrück, in der Nähe von Paderborn, als Ziel gewählt. Sport, Wellness und Spaß stehen auf dem Programm.

Dieser Spaß und der Zusammenhalt machen die Trimm-Gruppe aus. Sport, Spaß und Zusammenhalt, über 40 Jahre und hoffentlich noch viele weitere Jahre. Vielen Dank an die Treue der Teilnehmer und den Verein, der uns die Möglichkeit gibt, auch im Alter Sport zu treiben. Danke auch für die Arbeit der ehrenamtlichen Mitarbeiter im Verein, ohne die es den SC Hennen nicht geben würde.

# Seniorengruppe wurde 50

Die Gruppe wurde 1974 von Hanne Nötting ins Leben gerufen und hat bis heute mit zur Zeit 34 Teilnehmerinnen Bestand. 50 Jahre für eine Gruppe ist eine lange Zeit!! Das 50-jährige Jubiläum hat die Gruppe im Mai im Sportheim am Sportplatz mit leckerem Essen und gemütlichem Beisammensein gefeiert. Seit 2004 leitet Barbara Dembowski die Gruppe.

Das Motto seit der Gründung:

Bewegung und Geselligkeit halten Körper, Geist und Seele gesund.

Zwischen 20-24 Teilnehmerinnen sind es dienstags, die bei Bewegung und netten Gesprächen viel Spaß haben. Es wird die Beweglichkeit geschult und die Ausdauer trainiert. Außerhalb der Gymnastikstunde ist bei verschiedenen Aktivitäten rege Beteiligung.

Im Jubiläumsjahr hatten wir unsere Ehrenfeier am Sportplatz. In den Sommerferien war das Ziel unserer diesjährigen Bustour die Wallfahrtsstadt Werl und am 13.08.24 -trotz großer Hitze waren 30 Teilnehmerinnen dabei- gab es ein gemütliches Kaffeetrinken am Campingplatz Drüplingsen. Im Dezember bildet die Weihnachtsfeier den Jahresabschluss.





# Sportpark Hennen - Stand 11/2024

Der Baufortschritt ist von außen gut sichtbar. In regelmäßigen Treffen verfolgt das Team aus den Ortsvereinen-Hennen mit dem Architekten und dem Sportbüro den Fortschritt. In enger Abstimmung werden anstehende Fragen zu Ausstattung, sinnvoller Einrichtung, Steckdosen, etc. besprochen und gemeinsam Lösungen gesucht.



Damit sind wir von den Ortsvereinen-Hennen eng dabei und werden sehr gut informiert.

Aktuell ist der Plan, dass die Halle Ende April in Betrieb gehen kann. Ob das Datum so stehen bleibt, ist weiterhin deutlich vom Baufortschritt anhängig. Die Außenanlagen werden erst 2025/2026 fertig gestellt.



Multifunktionsraum mit Küchendurchgang



**Projektlogistik · Outsourcing · Warehousing · Internationale Transportlogistik**

KS-Logistic & Services GmbH & Co. KG  
Im Heiligen Feld 5  
58239 Schwerte

Tel.: 02304 / 94216-0  
Fax: 02304 / 94216-39

[www.kslog.com](http://www.kslog.com)

Kell am See  
Schwerte  
Hamburg  
Großwechungen  
Leipzig  
Zwickau  
Finsterwalde

# Sportlerdrinks

Regelmäßiges Trinken ist entscheidend für die Leistungsfähigkeit und Erholung. Je nach Trainingsintensität, Außentemperatur und Schweißrate muss die Flüssigkeitsaufnahme entsprechend angepasst werden.

## Vor dem Training:

2-3 Stunden vorher: 500-600 ml Wasser  
30 Minuten vorher: 200-300 ml

## Während des Trainings:

Alle 15-20 Minuten: 150-200 ml  
Bei längeren Einheiten: Isotonische Getränke

## Nach dem Training:

Innerhalb von 30 Minuten: 500 ml  
Gewichtsverlust durch Flüssigkeitsaufnahme ausgleichen

Empfehlenswert sind Fruchtsaftschorlen, z.B. Apfelsaftschorlen. Die Äpfel liefern Kalium für Nerven und Muskeln, das Mineralwasser liefert Magnesium und Kalzium. Das natriumreiche Mineralwasser sollte im Verhältnis 1:1 oder 1:2 mit dem Saft, am besten Direktsaft gemischt werden. **Reine Fruchtsäfte, Limonaden und Colagetränke sind in der Regel hyperton und kein ideales Sportgetränk.**



# Herzlich willkommen im BackCafé Hennen



**GESCHENKGUTSCHEIN**

für 1 Tasse Kaffee nach Wahl  
in unserem BackCafé  
in Hennen

Einlösbar im Fachgeschäft Hennen bis zum 20.02.2025  
Nur einmal pro Person einlösbar.

**GROBE**  
BÄCKERMEISTER

[www.baeckerei-grobe.de](http://www.baeckerei-grobe.de)

Wir sind für Sie da: Mo. - Fr.: 6.00 - 18.00 Uhr  
Sa.: 6.00 - 15.00 Uhr  
So.: 7.30 - 16.00 Uhr

# Mit Felsquellwasser gebraut.

© 2014 Krombacher Brauerei AG, Krombacher, Pils, Krombacher Pils sind eingetragene Warenzeichen der Krombacher Brauerei AG. Alle Rechte vorbehalten.

KROMBACHER.  
EINE PERLE DER  
NATUR.





# Locker am Ball bleiben.

**In einer starken Einheit.**

Sport schafft Barrieren ab. Sport fördert das Gefühl von Verbundenheit. Und das führt zu mehr Gemeinwohl. Um dieses auch in der Region weiter wachsen zu lassen, unterstützen wir Vereine und junge Talente des Fußballs. Mehr Informationen zu unserem Engagement finden Sie unter [sparkasse.de](https://www.sparkasse.de)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



Sparkasse  
Iserlohn