

Präventions- und Rehabilitationssport
www.gesundheitsportverein.de

AUSGABE 1/2016



TOPPFEST



FESTSCHRIFT
15
JAHRE

Seit 15 Jahren:

„Die beste Adresse in Leipzig“
(Krankenkassen 2015)

Dimitroffstr. 26
04107 Leipzig
Telefon 71 16 60
Fax 7 11 66 81

ORTHOPÄDIE U. REHA-TECHNIK WOLF GmbH & Co. KG

Das Sanitätshaus

Unser Leistungsangebot:

Kompressionsstrümpfe • Einlagen • Bandagen • Prothesen • Orthesen
Reha-Technik • Versorgung für brustoperierte Frauen • Home Care
Fitness- und Gesundheitsartikel • Orthopädieschuhtechnik
medizinische Fußpflege/Podologie

*Bei Vorlage des Mitgliedsausweises erhalten Sie 5% Rabatt
auf den Kauf von Produkten.*

Unsere Filialen in Leipzig und Umgebung:

Richard-Wagner-Straße 1
04109 Leipzig

Johannplatz 1
04103 Leipzig

Rosa-Luxemburg-Straße 20
04103 Leipzig

Dimittroffstraße 26
04107 Leipzig
- Stammfiliale -

Georg-Schumann-Straße 351
04159 Leipzig

Stuttgarter Allee 14
04209 Leipzig

Kirchplatz 20a
04523 Pegau

Friedrich-Ebert-Straße 15
04539 Grotzsch

Trendelenburgstraße 10
04209 Leipzig

Stadthausstraße 18
04051 Bad Lausick

Alteohäuser Straße 10
04769 Oschatz

LEIPZIG

MARKKLEEBERG

TAUCHA

Sei ein Fuchs, geh zum Wolf
www.wolf-orthopaedie.de

Editorial

Liebe Sportlerinnen und Sportler des Gesundheitssportvereins Leipzig e.V., 15 nachhaltige Jahre – im umkämpften Sektor des Gesundheitssports, das ist eine Erfolgsgeschichte, zu der ich sehr gern herzlich zum diesjährigen Jubiläum gratuliere.



Christian Dahms (M.), Generalsekretär Landessportbund Sachsen (LSB) mit Kai Langwald (l.) und Mario Wagner (r.) auf der Festveranstaltung anlässlich des 25-jährigen Bestehens des LSB*

In diesen Jahren haben Sie alle gemeinsam eine Vielzahl an Entbehrungen auf sich genommen, Erfolge gefeiert, Rückschläge erlitten, aber auch viele positiv andauernde Resultate verzeichnet und vor allem Dankbarkeit erzielt.

Es ist dem Gemeinschaftssinn zu danken, dass hier eine nicht alltägliche Geschichte geschrieben wurde. Wenn man bedenkt, unter welchen Bedingungen der Verein seine Arbeit aufnahm und welchen Weg er seitdem beschritten hat, dann kann man Ihnen gegenüber nur Anerkennung aussprechen und Respekt zollen. Der Gesundheitssportverein Leipzig e.V. ist nicht nur für mich, sondern auch für Leipzig ein veritables Beispiel dafür, dass sich, wenn sich engagierte – wohl eher positiv verrückte – Menschen hinter einer hehren Idee versammeln und dabei mit ganzem Herzen und vor allem Einsatz für eine gute Sache einsetzen, eine ganze Menge bewegen und sich auch anfangs scheinbar Unmögliches erreichen lässt. Am Anfang stand das Engagement von sieben Mitgliedern, die meist an den Abenden in der benachbarten Medica-Klinik einige Sportstunden abhielten. Der damalige Chefarzt Dr. Ulrich unterstützte die Initiative zur Gründung eines Reha-

bilitations- und Präventionssportvereins. Mit Stand heute gehört der GSV nicht nur zu den größten Vereinen Leipzigs, sondern ist einer der führenden Sportvereine seiner Art im Freistaat Sachsen.

An dieser Stelle sei anzumerken, dass gegenwärtig über 4.000 Leipziger in der Lessingstraße Sport treiben. Um eine fundierte Anleitung zu garantieren, sind mittlerweile fast 50 – ausnahmslos diplomierte Sportlehrer bzw. -wissenschaftler – als Therapeuten vor Ort tätig.

Insbesondere gilt der Zielgruppe der Älteren das Hauptaugenmerk des umfassenden Angebots des Gesundheitssportvereins. Die Wiederherstellung und Erhaltung des körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens wird in den Mittelpunkt gestellt. Den Löwenanteil aller Mitglieder (fast 75 Prozent) stellt die Altersgruppe 50+ dar. Demografisch gesehen liegt der GSV gewissermaßen im deutschen Trend, nimmt doch der Anteil älterer Menschen in Sachsen absolut und relativ immer mehr zu.

Mit dem ständigen Ausbau der vielfältigen gesundheitsorientierten Sportangebote reflektiert der GSV das gewachsene Gesundheitsbewusstsein und den veränderten Lebensstil der älteren Generation und entspricht damit auf besondere Weise der Sportmotivation Älterer.

Nicht vergessen werden sollen die fortwährenden Bemühungen des GSV, die bestehenden Rahmenbedingungen für den Breitensport zu optimieren, damit möglichst viele Menschen ihre sportbezogenen Bedürfnisse befriedigen und eine sportliche Heimat finden können.

Mein besonderer Dank zum 15. Jahrestag gilt dem unermüdlichen Einsatz aller aktuellen, aber auch ehemaligen hauptamtlich Tätigen. Ohne ihre fleißige und umsichtige Arbeit und die gelebte Leidenschaft wären diese großartigen Ergebnisse nicht möglich gewesen. Des Weiteren sei natürlich die langjährig konzeptionelle Arbeit der Vorstandsmitglieder um den Vorsitzenden Mario Wagner erwähnt. Ausdrücklich würdigen möchte ich das langjährige Engagement aller ehrenamtlich Tätigen, die in ihrer Freizeit und mit ihrem Ideenreichtum dem Vereinsleben nachhaltig vielfältige Impulse verliehen haben.

Bei den Veranstaltungen zum Jubiläum wünsche ich Ihnen allen viel Spaß und Freude und für die Zukunft Gesundheit und sportlichen Erfolg!

Sport frei

Christian Dahms
Generalsekretär des
Landessportbundes Sachsen (LSB)

* Christian Dahms ist seit 01.04.2015 Generalsekretär des Landessportbundes Sachsen. Der 41-jährige Diplomsporthelehrer war seit 2008 als wissenschaftlicher Referent des Direktors am Institut für Angewandte Trainingswissenschaft (IAT) in Leipzig tätig und seit 2009 Vizepräsident Leistungssport des LSB.

INHALT

- 4 **VORGESTELLT:**
Unser Team damals ...
... und heute
- 6 **Chronik des Vereins**
2001–2016
- 8 **Meine Erfolgsgeschichte**
Mario Wagner
- 10 **GSV in der Presse**
- 12 **Achtung**
Dauer-Baustelle!
- 14 **Die tägliche Katharsis**
- 16 **Reminiszenzen –**
„... habe ich zur Erinnerung
freudig aufgehoben.“
- 18 **Fotoimpressionen**
- 20 **Unsere 1. Außenstelle:**
Traditionsbad Westbad
- 21 **VEREINSSPLITTER**
- 23 **Purzeln · Toben · Lachen**
- 24 **Unser sportliches**
Reisebüro
- 26 **Feste für die Sinne**
- 28 **Gehirn-Akrobatik**
- 30 **Termine 2016**

www.bad-brambacher.de

zum Menschen

Vita-Mineral von
Bad Brambacher
ist Schluck für Schluck
Balance, Energie
und Lebenskraft.

Natürliches Mineralwasser „plus“ Vitamine & Mineralstoffe Biogene Kohlensäure



VORGESTELLT:

In lockerer Folge stellt „TOPPFIT“ Leute vor, die auf irgendeine Weise mit den Geschicken des Vereins verbunden sind. Dieses Mal präsentieren wir:

Unser Team damals ...

Wann ist ein Team ein Team? Wenn alle dasselbe wollen und in die gleiche Richtung ziehen, vielleicht. Was macht ein Team aus? Erst der Erfolg? Dass es vielerlei Hürden überwindet? Sich schindet? Dass einer vorangeht und die anderen mitzieht? Dass es wächst, sich die Spreu vom Weizen trennt und irgendwann nicht mehr alle mithalten können? Oder wollen. Weil Regeln aufgestellt und Disziplin nachgefragt wird und sich die Mühen der Ebene anfühlen wie allzu schweres Gepäck?

Solche Fragen stellte sich 2001 keiner, als es darum ging, einen Sportverein für Gesundheit ins Leben zu rufen. Bald gab es eine kleine Mannschaft, ein Dreigestirn: Mario Wagner, Sandra Weise, beide Uni-Sportstudenten und Medica-Praktikanten, und André Thieme*, einer der ersten Sportler, der auch bald zum unentbehrlichen Helfer und Teilzeitbeschäftigten werden sollte. Beseelt vom Gründergeist und die täglichen Herausforderungen meisternd, scharten die Drei eine profunde Zahl Mitglieder um sich und begannen in allround-Manier den Laden zu schmeißen.



Bald nahm der kleine Verein Fahrt auf, Bürokratie und wachsende Mitgliederzahlen forderten ihren Tribut, bereiteten schlaflose Nächte, wollte man doch von Beginn an alles richtig machen. Probleme ausklammern? Unmöglich! Die Wirklichkeit hält zu viele davon bereit. Eine Vision hatten die Wegbereiter, eine Garantie für's Gelingen nicht. Aber sie wollten das scheinbar Unmögliche packen und sich anfangs vielleicht nicht wirklich eingestehen, dass sie damit das Fundament auch für ihre berufliche Zukunft legen würden. Während Sandra die Excel-Buchhaltung in die Hände von André legte, kümmerte sich Mario um den Kontakt zu den Behörden. Gemeinsam bestritt man die

noch wenigen Sportgruppen, organisierte neue, regelte Notwendiges, „bettelte“ um Förderung, suchte Unterstützer und bekam sie zunächst, als die ersten „Neuen“ an die Tür in der Gottschedstraße klopfen.

In Windeseile hatte sich herumgesprochen, dass da ein neuer Verein sei, der Verstärkung gut gebrauchen könne. Die drei „A's“ – Anna, Anja, Anke –, ebenso Sportstudenten, traten auf die Bildfläche. Dann die Mandy's, die eine, Zahnärztin in Elternzeit, die andere, einen neuen Job suchend. Sie tauchten ein in die kleine Familie, die mit dem Umzug in die Lessingstraße kompaktere Formen annahm, noch kein Großverein zwar, aber

NOZ **Neuroorthopädisches Zentrum**
für Physiotherapie Leipzig

SCHILLER
ZAHNARZT
P R A X I S

Dr. GRANERT
Praxis für Bewegungsmedizin

Am besten bewegt sitzen und arbeiten mit einer unserer vielen Sitzlösungen...

JANIK
Konzept in Ergonomie

Janik Büroausstattungen
Kurt-Eisner-Straße 48, 04275 Leipzig, Tel. 0341/3 91 32 48, Mail: info@janik-leipzig.de www.janik-leipzig.de

„Allen mache ich Mut, sich sportlich zu betätigen. Dafür ist es nie zu spät!“

Friedrich Magirus (* 1930), Herzsportler und Ehrenmitglied

einer mit großen Ansprüchen und noch größeren Plänen.

Die ließen sich nur bewerkstelligen mit mehr Personal und noch mehr Praktikanten, dem zukünftigen Therapeutenstamm, der da bereits das zu werden begann, was er heute ist: Der Garant für eine fachlich fundierte, therapeutisch hochwertige und auf das Wohl der Mitglieder zielende Betreuung. Geformt haben ihn die, die – anfangs selbst „nur“ als Praktikanten – ihre ersten Schritte als Therapeuten gingen, ins kalte Wasser geworfen und vor die Alternative gestellt, den Verein mit Leben zu erfüllen oder mit ihm unterzugehen.

Nicht alle haben ihren Weg im Verein weiterbeschritten. Für so manchen aber war er das Sprungbrett für (vielleicht) höhere Aufgaben, nicht immer hat auch die Chemie gestimmt. Fühlte der eine sich unterfordert, wollte mehr, stieß der Nächste bald an seine Grenzen und zog sich zurück.

So offenbart dieses erste Teamfoto von 2004 ein wenig den Lauf der Dinge im GSV: Einige sind geblieben und prägen nach wie vor den Verein inzwischen an verantwortlicher Stelle (Mario – Vorsitzender, Kai – sein Stellvertreter, Anke – Leiterin Sporttherapie, Sandra – Abteilungsleiterin Prävention, Conny – Abteilungsleiterin Kindersport, Chrissi – Therapeutin), andere sind ihren Weg andernorts nicht weniger erfolgreich gegangen (Christian – Landestrainer Wurf, Olympiastützpunkt Chemnitz/Dresden, Tina – stellvertretende Vorsitzende, Gesund in Leipzig e.V., Claudia – Sporttherapeutin St. Georg Leipzig, Tabea – Physiotherapeutin Medica-Klinik).



Das Team wuchs nicht nur sprichwörtlich mit seinen Aufgaben, Spezialisierung kam hinzu und neue Strukturen und ganz viel Dynamik.

Das 85-Leute-Team indes ist doch das geblieben, was es immer war: Der Motor, der den Verein am Laufen hält, gewachsen im doppelten Sinne, ein wenig im Selbstlauf, aber auch weil die Rädchen ineinandergreifen und ganz viel positive Energie weitertransportieren, weil die Schnittstellen funktionieren, weil jeder – ob an der Rezeption, der Cafeteria, im Büro oder auf der Fläche – sein Bestes gibt.

* Leider ist André 2011 mit nur 41 Jahren viel zu früh verstorben. Er war dem Verein bis zuletzt als aktives Mitglied verbunden.

Steuerberatungsbüro

Dipl.-Betriebswirt

JAKOB SCHETTERS

Steuerberater

Leipzig

04129 Leipzig
Bitterfelder Straße 7–9

Telefon: 0341/9045232-35
Telefax: 0341/9045230

E-Mail: J.Schettters.STB@T-Online.de



+++ Vereinsticker +++ Vereinsticker +++ Vereinsticker +++

12. Juli 2001 • Der Gesundheitssportverein Leipzig e.V. gründet sich mit dem Eintrag ins Vereinsregister beim Amtsgericht Leipzig – wir haben sieben Mitglieder.



10. September 2001 • 1. Therapiestunde, genutzt werden Räume der Medica-Klinik.

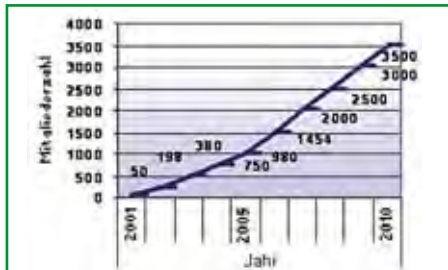


Januar 2002 • Der Verein hat 100 Mitglieder – die erste Trainerin – Sandra Weise – wird angestellt.

Sommer 2003 • Erste eigene Räume in der Gottschedstraße 18.



Januar 2004 • Meldung an den Bundessportbund: Der GSV hat 1.000 Mitglieder!



Februar 2004 • Das 1. Winterlager startet in Fehrenbach/Thüringen.



30. April 2005 • Ein Team des GSV startet beim 1. Rochlitz-Landkreislauf, einem Staffellauf, als eine von 103 Mannschaften. Die Platzierung ist leider nicht überliefert.



August 2005 • Die Umbaumaßnahmen in der Lessingstraße 1 beginnen – nach drei Jahren sind die ersten Fördermittel bewilligt.

Januar 2006 • Umzug in die Lessingstr. 1

Januar 2007 • Der GSV startet durch: 2.000 Mitglieder stehen Anfang Januar zu Buche. Damit erobert der Verein den 8. Platz unter den 20 größten sächsischen Sportvereinen und ist aus dem Sportgeschehen des Landes nicht mehr wegzudenken.

24. April 2008 • Erstmals präsentiert der GSV seine Gesundheitstage und hat dafür eine Vielzahl neue Partner ins Boot geholt: Fachleute vermitteln aktuelle Informationen zu Bewegung und Gesundheit.

3. Mai 2008 • Die erste Lange Nacht des Sports findet in Leipzig statt. Der GSV ist auf dem Markt mit von der Partie. Noch zwei Mal beteiligen wir uns an diesem sehr erfolgreichen Sport-Event, das tausende Leipziger auf den Plan ruft. Dann passen die Organisatoren.



Schade, das hätte ein Dauerbrenner mit Esprit werden können und sicher sehr viele Leute zum Sportmachen animiert!

Mai 2008 • Modern, zeitsparend, effizient, individuell: Der neue Präventionsbereich ist fertig. Jetzt kann auf weiteren 600 m² trainiert werden. Neu sind ein Zirkel, die Saft- und Kraftbar, Büros und ein kleiner Konferenzraum. Die Mittel für diese Neugestaltung hat der Verein aus eigener Kraft aufgebracht und damit einen weiteren Beweis für seine Leistungsfähigkeit geliefert.



Frühjahr 2008 • Mit Ziel Sächsische Schweiz startet die 1. Vereinsfahrt. Ein Bus bringt 30 Wanderfreunde nach Stadt Wehlen. Von dort aus geht es über die Rauensteine, Rathen und die Bastei zurück zum Ausgangspunkt.



November 2008 • Immer noch steigen die Mitgliederzahlen rasant. Mitte November meldet sich das 2.500 Mitglied im Verein an.

5. Dezember 2009 • Auf seiner Weihnachtsfeier zeigt der GSV seinen unter Mitwirkung der Mitglieder im Sommer produzierten 1. Imagefilm.



+++ Vereinsticker +++ Vereinsticker +++ Vereinsticker +++

1. Januar 2010 - Der Kindersport „Purzelbaum“ – bis dahin selbstständig – wird neue Abteilung des GSV. In kürzester Zeit tummeln sich hier wöchentlich 500 Kinder beim Sport. Besondere Renner sind Baby- und Kleinkindersport und die vielen verschiedenen Angebote in den Bewegungsbädern. Ein besonderes Highlight ist stets das Sommerfest.



1. Januar 2010 - Ein lang gehegter Wunsch geht in Erfüllung: Der GSV bezieht im Westbad Leipzig seine erste Außenstelle und verbessert damit die Betreuung von Patienten aus dem Kiez um den Lindener Markt sowie seine Bewegungsbadkapazitäten.



14. August 2010 - Das Team des GSV startet erstmals beim Drachenbootrennen am Nordstrand des Cospudener Sees. Fast ohne Training und ohne Erfahrung, dafür mit umso mehr Spaß kämpft das Team und belegt einen achtbaren Platz im vorderen Mittelfeld.



Sommer 2010 - Eine Kompletterneuerung des Sanitärbereichs macht sich notwendig. Die neu gestalteten funktionellen Bereiche entschädigen für manche Einschränkung, den Ruheraum schmückt jetzt eine Salzwand.



Juli 2011 - Es gibt einen neuen Höchststand bei den Mitgliederzahlen: 3.500, der Verein ist jetzt an 4. Stelle der größten Sportvereine Leipzigs.

24. August 2011 - Mit einem Sponsorenabend im „Krystallpalastvarieté“ läutet der GSV die Feier aus Anlass seines 10-jährigen Vereinsjubiläums ein. Stadtrat Wolf-Dietrich Rost hat die Ehrennadel des Landessportbundes Sachsen im Gepäck.



3. September 2011 - Für die Mitglieder gibt es ein feierliches Sommerfest in der Parkgaststätte im agrapark mit der Sachsendiva Katrin Troendle als Gast und am



10. Dezember 2011 - folgt eine festliche Mitgliederversammlung im neu eröffneten Gondwanaland Zoo Leipzig.

IM Dschungel ist DAS CHRISTKIND LOS...

Wohnachtfeier des Gesundheitssportverein Leipzig im „Gondwanaland“

10. Dezember 2011, 16:00 - 22:00 Uhr (Einlass ab 15:30 Uhr)
Zoo Leipzig, Pfaffenwieser Straße
Eingang „Gondwanaland“ (100 m rechts vom Haupteingang)

Highlights:

- Entdeckungstour durch die Topenwelt
- Kulinarische Lockenbissen - vielfältig wie der Dschungel
- Hochzeitliche Unterhaltung mit vielen Überraschungen

Gesundheitssportverein Leipzig e.V.

25 Euro (Mitglied)
30 Euro (Begleitung)

März 2012 - Mit Sequenzen aus dem Imagefilm und Eindrücken aus dem Jubiläumsjahr erscheint das erste Vereinsjournal TOPPFIT des GSV in einer Auflage von 2.500 Exemplaren. Es soll ab sofort zwei Mal im Jahr aufgelegt werden und aktuelle Informationen aus dem Verein für jedermann bereithalten.



1. Mai 2013 - Der GSV arbeitet als einer der ersten Vereine nach den Qualitätskriterien der DIN EN ISO 2005:9001.



Sommer 2013 - Die hohe Mitgliederzahl fordert ihren Tribut, deren Verwaltung verlangt einen hohen Aufwand. Die Büroarbeitsplätze müssen aufgestockt werden, eine neue Büroetage wird im Sommer bezogen.



Januar 2015 - Der GSV erreicht seine bislang höchste Mitgliederzahl: 3.650 Aktive kommen regelmäßig in die Lessingstraße.

Juli 2015 - Ab sofort übernehmen Therapeuten des GSV die Betreuung der Volleyballspielerinnen vom SV Engelsdorf in den Bereichen Athletik und Therapie. Ziel ist, die Mädels beim Erhalt der 2. Bundesliga zu unterstützen.



30. August 2015 - 1. Großes Straßen-Kinderfest des Kindersports „Purzelbaum“.



11. Oktober 2015 - Die 14. Vereinsfahrt des GSV führt nach Ferropolis und Gräfenhainichen / Sachsen-Anhalt.



12. Juli 2016 - Der Gesundheitssportverein Leipzig e.V. wird 15!



Mario Wagner

40 Jahre – Leipzig



Ziel: Eine hohe Qualität der Vereinsarbeit.

Partner: Ohne mein Team, das mir den Rücken freihält, geht nichts!

Motto: „Die Straßen des geringsten Widerstandes sind nur am Anfang gepflastert.“ Hans Kasper

Meine Erfolgsgeschichte:

Ich war einer der ersten Sporttherapie-Praktikanten in der 1998 neu eröffneten MEDICA-Klinik. In dieser Zeit kam Chefarzt Dr. Ulrich auf mich zu. Er suchte jemand, der einen Verein aufbauen könne. Dieser sollte Angebote schaffen für eine sportliche Betätigung unter qualifizierten Gesichtspunkten. Ich sagte ab, da ich gern in der Klinik gearbeitet hätte. Auf keinen Fall wollte ich einen Verein leiten, zumal es außer der Idee nichts Greifbares gab.

So ging ich an die Rehaklinik nach Bad Rodach/Coburg, eine Fachklinik für Orthopädie und Neurologie. Auch dort bekam ich das Angebot zu bleiben, mit Arbeitsvertrag und guter Bezahlung.

Da meldete sich Dr. Ulrich erneut, dieses Mal mit konkreten Vorstellungen. Ich könne Räume der MEDICA nutzen und hätte ein kleines Büro. Er sicherte mir seine und die Unterstützung des Verwaltungsleiters Martin Buhl-Wagner (heute Sprecher der Geschäftsführung der Leipziger Messe) zu. Nur leider, mit einer Festanstellung oder überhaupt einer Art Vertrag könne er mir nicht dienen.

Trotzdem entschied ich mich für die anfangs keineswegs sichere Sache, sagte auch ohne Arbeitsvertrag zu und lebte erst einmal von der Unterstützung meiner Eltern. Zu Beginn des Jahres 2002 war dann durch eine Förderung des

Arbeitsamtes schließlich eine Anstellung möglich.

Warum ich das tat? Ich fand die Idee toll und sah die einmalige Chance, auch meine ganz eigenen Vorstellungen, insbesondere in der Sporttherapie, umsetzen zu können. Mich lockte die Möglichkeiten der freien Gestaltung, das Neue, Unbekannte – und Leipzig. Denn ich wollte hier nicht weggehen.

Wie gesagt, zunächst war alles neu und es gab eben – nichts. Ich musste mir, angefangen mit der Therapieplanung, über die Buchhaltung, das Marketing, die Therapie bis hin zu den Kontakten zu den Krankenkassen und Ärzten – alles selbst aneignen oder über Fortbildungen lernen. Auch dass anfangs kein Geld zur Verfügung stand, hat mich einige Nächte nicht schlafen lassen.

Letztendlich wachsen die Probleme aber immer mit und durch den rapiden Mitgliederzuwachs stellten sich plötzlich ganz neue Fragen: **Wer unterstützt mich? Wo nehme ich neue Räume für Sportgruppen her? Wie lange noch reichen die Umkleidespinde? Wer hat am Abend zuvor wieder mal Dinge aus dem Klinikbestand mitgehen lassen und wer ersetzt den Schaden?** Nun ja, der Mensch wächst mit seinen Aufgaben und so haben wir für alle diese Dinge eine Lösung gefunden.



Mario Wagner (M.) hält die Zügel fest in der Hand, links: Stellvertreter Kai Langwald

Natürlich hat nie einer mit dieser rasanten Entwicklung der Mitgliederzahlen gerechnet! Anfangs haben wir mit Martin Buhl-Wagner über die Zahl 100 spekuliert, und wie überrascht und stolz waren wir, als diese bald überschritten wurde. Von 4.000 Aktiven, wie wir sie heute haben, haben wir damals natürlich nicht

einmal zu träumen gewagt. Wir sind damit der schnellst gewachsene Verein im Landessportbund Sachsen.

Ja, und als wir bei 1.000 ankamen, musste etwas passieren. Die räumliche Situation in der MEDICA war total ausgereizt, zumal die Klinik jetzt selbst mächtig zulegen.

Da das aber absehbar war, hatten wir zuvor mehrere Anträge auf Bauförderung beim damaligen Regierungspräsidium gestellt. Warum diese Anträge wiederholt abgelehnt wurden, obwohl wir sehr stark expandierten, wird wohl ein Geheimnis bleiben. Zusammen mit der Stadt, dem Landessportbund Sachsen und dank der Hilfe von Dr. Ulrich haben wir dann, nach hartem Kampf, für 2005/06 Fördermittel erhalten und konnten endlich in der Lessingstraße umbauen. Das war schließlich der Grundstein für die rasante Entwicklung in den darauffolgenden Jahren.

Was seitdem im Verein passiert ist, kann sich sehen lassen: Wir verfügen über 2.500 m² Therapiefläche, 2010 konnten wir die Außenstelle Westbad in Betrieb nehmen, die modernen Geräte und die großzügige Ausstattung ermöglichen eine riesige sportliche Bandbreite, von Babymassage, über eine Vielzahl an Präventionsangeboten bis hin zu Tischtennis- oder Prellballturnieren.



Vorstand November 2005: Mario Wagner, Sandra Weise, Kai Langwald

Es sind gar nicht mal immer die steigenden Mitgliederzahlen, an denen sich unsere positive Entwicklung ablesen lässt. An erster Stelle steht das Team, das sich kontinuierlich festgefügt hat und sich den aktuellen Erfordernissen stellt. Ganz viel haben wir in das Thema Qualität investiert. Klar sichern uns viele Mitglieder letztlich das Überleben, ob sie uns die Treue halten, entscheidet allerdings die Antwort auf die Frage, wie gut sie sich betreut fühlen und ob sich bei ihnen dauerhaft ein Therapieerfolg einstellt!

Wenn es in den ersten Jahren vielleicht noch ein wenig hausbacken zugeht, wird unsere Arbeit heute von sehr aktuellen Erfordernissen bestimmt: Das

Team ist auf über 80 Mitarbeiter angewachsen, allein in der Verwaltung arbeiten rund zwölf Leute, an der Rezeption 14. Aber man kann vieles gar nicht voneinander trennen: Es gibt eigentlich keinen Mitarbeiter, der nicht mehrere verschiedene Aufgabenfelder beackert. Deswegen steht die Schulung unserer Mitarbeiter ganz vorn an, die auch immer Teambildung ist.

Es hat sich die letzten Jahre ganz viel bewegt. Wir haben jetzt die höchste, je erreichte Zahl an Mitgliedern und Sportgruppen sowohl im Erwachsenen- als auch im Kinderbereich. Aktuell überlegen wir, weitere Sporträume zu schaffen. Wir haben neue Sportfelder erschlossen, wie die für querschnittsgelähmte Patienten oder solche im niedrigschwelligen Bereich. Großes Echo finden unsere Präventionsangebote.

Das hat zur Folge, dass bei allen Beteiligten eine hohe Zufriedenheit herrscht. Ich blicke positiv in die Zukunft und denke, dass uns die letzten 15 Jahre sehr stark gemacht haben und wir alles erreichen können. Ganz wichtig ist zu unterstreichen, dass all das Geschaffene nur mit dem großen Engagement der Mitglieder, der Mitarbeiter, der ehrenamtlichen Mitglieder des Vorstandes und den Förderern des Vereins möglich war und ist.

**Der erste (?) Flyer, Beitritts-
erklärung, Dienstanweisung,
Laufzettel (wer braucht
heute noch Laufzettel?)
und die Therapeutenplanung
vom Oktober 2003.**
Allen Dokumenten ist das
Vorbild Medica-Klinike
anzusehen ...





Gesundheitssportverein Leipzig e.V. in der Presse

LEIPZIGER VOLKSZEITUNG

Betreuungslücke ausgefüllt

Gesundheitssportverein bereichert Leipzigs Sportangebot / Stetig steigende Mitgliederzahlen

Sollten im Herbst 2011 wurde der Gesundheits-sportverein Leipzig gegründet. Seit diesem Jahr sieht er auf sich das Ziel, dem Leipziger Sportangebot mehr Vielfalt zu verleihen, indem er Sportarten anbietet, die in Leipzig bisher noch nicht angeboten wurden. Der Verein umfasst derzeit 1000 Mitglieder.

„Das Ziel der Vereinsgründung ist es, den Leipziger Sportangeboten mehr Vielfalt zu verleihen“, berichtet Dipl.-Sportwissenschaftlerin, Dr. Maria Wagner, die seit 2011 als Koordinatorin der Aktivitäten der Leipzig-Gesundheitssportverein leitet. „Wir wollen, dass die Mitglieder sich nicht nur an den klassischen Sportarten beteiligen können, sondern auch an neuen, innovativen Sportarten.“

„Vor dem Fitness-Studio interessiert uns, was die Mitglieder dazu sagen, was sie machen wollen“, sagt sie. „Wir wollen, dass die Mitglieder sich nicht nur an den klassischen Sportarten beteiligen können, sondern auch an neuen, innovativen Sportarten.“

Nachfolger von Wilhelm Springung antrat. Angebote sind orthopädisches Training bei Beschwerden am Rücken, den Hüften oder Gelenken, Gelenksarthrose und Kniearthrose, präventive Physiotherapie und psychomotorische Rehabilitation. Außerdem steht eine Nachbehandlung (klassischer Wellness- und Yoga) zur Verfügung.

„Wir wollen, dass die Mitglieder sich nicht nur an den klassischen Sportarten beteiligen können, sondern auch an neuen, innovativen Sportarten.“

Gesundheitssportverein für Senioren

Leipziger Klinik für ambulante Rehabilitation und Sportmedizin will eine Lücke im städtischen Sportangebot schließen.

LEIPZIG (dpa). Balance- und Krafttraining, möglichst in Verbindung mit der Aktivierung psychomotorischer Fähigkeiten, machen ältere Menschen wieder fit. Doch in Fitnesszentren tummeln sich eher jüngere Menschen.

Die Mitgliederzahlen bewegen sich zwischen 16 und 73 Jahren. Der Gesundheits-sportverein für Senioren ist ein Angebot für ältere Menschen, die einen Bewegungspassport, das Herz-Kreislaufsystem stärken und sich an der Rehabilitation beteiligen können.



Übungen der Abteilung von Maria Wagner (vorn rechts). Vorsitzender des Gesundheits-sportvereins Leipzig, trainiert die Gymnastikgruppe auf dem Peitzplatz. Der Verein hat 2000 Mitglieder, die können pro Woche 250 Kurse nutzen.

Rundum Gesund

Leipziger Sportverein setzt auf enge Kooperation von Ärzten und 1

Das „Wundermittel“ hat's in sich. Doch das bekannt ist es später. Wer versucht, darauf die Basis zu legen, hat im Stadium der Alltagstherapie, hat im Costraining, Lauftraining, auf Costraining, Lauftraining und an anderen Gelenken. Die Teilnehmer werden in kleinen oder großen Gruppen in der Stadt in der Umgebung der Leipzig-Gesundheitssportverein leitet. „Wir wollen, dass die Mitglieder sich nicht nur an den klassischen Sportarten beteiligen können, sondern auch an neuen, innovativen Sportarten.“

Maria Wagner: „Es wurde ein Plan für mich aufgestellt und ich bin immer besser wieder fit.“

„Wir wollen, dass die Mitglieder sich nicht nur an den klassischen Sportarten beteiligen können, sondern auch an neuen, innovativen Sportarten.“



Maria Wagner (vorn rechts) und Teilnehmer der Abteilung für Sportmedizin im Leipziger Gesundheits-sportverein.

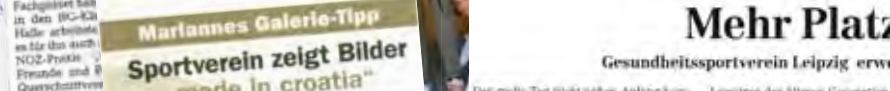
Altersdurchschnitt bei 58 Jahre

Ein Spezialgerät mit vielen Vätern

Trainingsanlage für Querschnittsgelähmte mit großen Mühen in Leipzig zum Laufen

Es ist ein Gerät, was den Weg für viele Jahre weitet. Das sind viele Jahre, die es braucht, bis man es in der Halle zusammengebaut hat und es in der Halle zum Laufen nutzen kann. Das ist ein Spezialgerät, das in Leipzig zum Laufen genutzt wird.

„Das ist ein Spezialgerät, das in Leipzig zum Laufen genutzt wird.“



Das ist ein Spezialgerät, das in Leipzig zum Laufen genutzt wird.

Gesundheitssportverein Leipzig führt Qualitätsmanagement ein

Seit einigen Wochen beschäftigen ein Gremium und die dazu gehörige Einheiten des Gesundheits-sportvereins (GSV) Leipzig die Einführung eines Qualitätsmanagementsystems (QMS) nach DIN EN ISO 9001:2015, der internationalen Qualitätsnorm.

Das besondere daran ist, dass der Verein auf die DIN EN ISO 9001:2015, der internationalen Qualitätsnorm, setzt. „Das ist ein Spezialgerät, das in Leipzig zum Laufen genutzt wird.“

„Das ist ein Spezialgerät, das in Leipzig zum Laufen genutzt wird.“

Mariannes Galerie-Tipp

Sportverein zeigt Bilder „made in croatia“

Galerist Zlatko Maksek aus Zagreb am Bild „Frühliche Pflanz“ von Carlotta Gloria. Foto: stars

Unter dem Titel „made in croatia“ wurde dieser Tag eine Ausstellung im Gesundheits-sportverein Leipzig in der Lessingstraße 1 eröffnet. Zlatko Maksek, Galerist aus Zagreb, zeigte zur Vernissage, wo er sich befindet, diese baute Auswahl von Bildern aus den Ländern: Kroatien, Bosnien, Serbien, Albanien, Polen, Rumänien, Bulgarien, Ungarn, Slowakei, Tschechien, Dänemark, Norwegen, Schweden, Finnland, Estland, Lettland, Litauen, Island, Griechenland, Türkei, Armenien, Georgien, Aserbaidschan, Kasachstan, Kirgisistan, Usbekistan, Tadschikistan, Turkmenistan, Afghanistan, Pakistan, Indien, China, Korea, Japan, Taiwan, Hongkong, Macao, Singapur, Thailand, Vietnam, Laos, Kambodscha, Myanmar, Philippinen, Indonesien, Ost-Timor, Australien, Neuseeland, Fidschi, Tonga, Samoa, Vanuatu, Papua-Neuguinea, Indonesien, Ost-Timor, Australien, Neuseeland, Fidschi, Tonga, Samoa, Vanuatu, Papua-Neuguinea.



Unter dem Titel „made in croatia“ wurde dieser Tag eine Ausstellung im Gesundheits-sportverein Leipzig in der Lessingstraße 1 eröffnet.

Mehr Platz

Gesundheitssportverein Leipzig erwirbt

Der große Tag für alle ist der Anfall von Platz. Der Gesundheits-sportverein Leipzig erwirbt ein neues Gelände für seine Aktivitäten.

„Der Gesundheits-sportverein Leipzig erwirbt ein neues Gelände für seine Aktivitäten.“



Der Gesundheits-sportverein Leipzig erwirbt ein neues Gelände für seine Aktivitäten.

Gütesiegel als Ansporn

LV 3, 06.05.13

Gesundheitsportverein Leipzig erhält als einer der ersten in Sachsen eine Qualitätsmanagement-Zertifizierung

„Unmündigste ist sie nicht werden, in Unternehmen sind Investitionen im Pflegebereich in die vergangenen und vor Produktivität – wirtschaftlichen Richtlinien heranzucht als ebenfalls die Qualitätsmanagement-Zertifizierung nach EN ISO 9001:2008. Doch was auch der Gesundheitsportverein Leipzig für Prävention, Rehabilitation und Sport, als einer der ersten in der Branche, dieses Gütesiegel zu Jetzt kann er sich mit der besten Qualitätsmanagement-Zertifizierung in der Branche messen.“

Ein Angler Fransen, der sich Jahre zuvor weiter entwickelt hat, macht Wagner, Vorsitzender des Gesundheitsportvereins Leipzig, stolz was, wenn Produktivität aus Kunden ist, um die Qualität in den Händen von Fitness-Trainern fördern zu können, dass

diese besser bearbeitet werden können.“

Mit der Einführung eines Qualitätsmanagementsystems könne die Qualität der Organisation und der betrieblichen Abläufe überprüft und optimiert werden. Hierzu müsse der Verein einen sogenannten „Leistungsversprechen“ in Gang setzen. „Das ist es, was hohe Maß an Kundenzufriedenheit zu erreichen. Wir wollen die Menschen mit Qualität an uns binden. Sie wählen einen Fitness und dafür wollen wir ihnen auch etwas bieten“, so Wagner. So wurde zum Beispiel während des Prozesses ein Bewegungsplan erstellt, mit dessen Hilfe sich jedes individuelle Trainingsprogramm für Fortschritt in Zahlen dokumentiert wird, zum Beispiel Zunahme der Kraft der Rückenmuskulatur für Trainer und Kunden leicht nachvollziehbar.

Der Gesundheitsportverein Leipzig hat über 4000 aktive Mitglieder, in über 300 Sportgruppen. Rund 70 Mitarbeiterinnen und -Tätigen sind



denen sowie ehrenamtliche Mitarbeiter sind im Verein tätig. „Unser wichtigstes ist es, dass alle Mitglieder und Mitarbeiter immer auf dem neuesten Stand sind, miteinander kommunizieren und die sportlichen Aktivitäten in der Woche miteinander abstimmen“, sagt Michael Gauder, verantwortlich für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des Vereins und Qualitätsmanagement-Berater. Das funktioniert nicht mehr mit „Zettelwirtschaft“ und gelbem Zettel. „Wir haben uns also ein System überlegt, wo wir unsere Mitarbeiter informieren und in betriebliche Abläufe einbeziehen und die somit auch im Verbesserungsprozess involvieren lassen können“, schildert Verena Wagner. „Dafür haben wir alle Vorgänge auf dem neuesten Stand und stellen in einem standardisierten Handbuch fest.“

ter untereinander. Sie gehen Kommunikation mehr voran. Sie können mit einem System besser kommunizieren und arbeiten. Wir arbeiten strukturierter und zielgerichteter“, Wagner.

Wolfgang Schmidt, Fachbereichsleiter des Vereins, findet es „eine tolle Sache“, ein Gesundheitsportverein so etwas zu sich ergreifen lässt. „Das ist ein Maßstab von Qualität“, betont er. Das Gütesiegel ist drei Jahre gültig und muss danach a zwei Jahre erneuert, aber der Verein muss wieder neu überprüft werden. W dem dieser Zeit wird auch der Gesundheitsportverein selber die Aktualität, Stand und die Erfüllung der Qualitätsziele jedes Jahr in Form interner Audits überprüfen. „Das ist ein Prozess, der lebt“

GESUNDHEITSCENTRUM IM WESTBAD

Dr. med. Ursula Richter
Dipl. med. Marion Ryll
Fachärztinnen für Kinder und Jugendmedizin
Merkelstraße 2-4, 04177 Leipzig
Telefon 0341 / 4 80 40 28

WESIBAD
GESUNDHEITSCENTRUM 2. BAUSCHNITT
Leipzig - Lindenberg Markt
WEITERE FACHÄRZTE GESUCHT

Dr. med. Christian Jank
Frauenarzt
Tel. 0341-490-0207
04177 Leipzig, Merkelstr. 2-4

Zahnarztpraxis
Dr. med. dent. Alf Kühnert
Gesundheitszentrum im Westbad

„Purzelbaum“ feiert

Kindersport-Abteilung besteht zehn Jahre / Neue Gruppen ab September

„Wir feiern heute ein besonderes Jubiläum. Die Kindersport-Abteilung besteht heute zehn Jahre. In dieser Zeit haben wir viele tolle Momente erlebt. Wir sind stolz auf unsere Kinder und Trainer. Ab September werden wir neue Gruppen aufbauen, um auch den jüngeren Kindern mehr Platz zu geben.“

Die Kindersport-Abteilung des Gesundheitsportvereins Leipzig feiert heute ihr zehnjähriges Bestehen. In dieser Zeit haben die Kinder viel Spaß an den verschiedenen Sportarten gefunden. Die Trainer sind stolz auf die Fortschritte der Kinder und hoffen, dass sie auch in Zukunft viel Freude an der Sportart finden werden.



Die Kinder des Gesundheitsportvereins Leipzig feiern ihr zehnjähriges Bestehen.

Sechs Millionen für Leipziger Westbad

Umbau zum Gesundheitszentrum / Auch Kulturangebote geplant

Das Leipziger Westbad wird umgebaut und in ein Gesundheitszentrum umgewandelt. Die Kosten für den Umbau betragen sechs Millionen Euro. Neben dem Umbau des Gebäudes sind auch Kulturangebote geplant. Die neuen Räumlichkeiten werden im Herbst 2016 fertiggestellt sein.

Die Stadt Leipzig hat beschlossen, das Westbad in ein Gesundheitszentrum umzuwandeln. Die Kosten für den Umbau betragen sechs Millionen Euro. Neben dem Umbau des Gebäudes sind auch Kulturangebote geplant. Die neuen Räumlichkeiten werden im Herbst 2016 fertiggestellt sein.

Politik und Kochen

Die Politik und das Kochen sind zwei Bereiche, die eng miteinander verbunden sind. In der Politik geht es um die Gestaltung der Gesellschaft, während das Kochen ein wichtiger Bestandteil des täglichen Lebens ist. Beide Bereiche erfordern Kreativität und Teamarbeit.

Die Politik und das Kochen sind zwei Bereiche, die eng miteinander verbunden sind. In der Politik geht es um die Gestaltung der Gesellschaft, während das Kochen ein wichtiger Bestandteil des täglichen Lebens ist. Beide Bereiche erfordern Kreativität und Teamarbeit.

Leipzig für Bewegung

Start sein Angebot in neuen Räumen in Westbad

Leipzig bietet seinen Mitgliedern ein breites Angebot an Sportarten und Kursen. Die neuen Räumlichkeiten im Westbad ermöglichen eine noch bessere Ausstattung und mehr Platz für die Teilnehmer. Die Angebote sind vielfältig und richten sich an alle Altersgruppen.

Leipzig bietet seinen Mitgliedern ein breites Angebot an Sportarten und Kursen. Die neuen Räumlichkeiten im Westbad ermöglichen eine noch bessere Ausstattung und mehr Platz für die Teilnehmer. Die Angebote sind vielfältig und richten sich an alle Altersgruppen.



Das neue Westbad bietet eine optimale Umgebung für Sport und Bewegung.

Ein „nachhaltiger“ Einsatz

Was ein Förderkreis so alles aus einer Stange Spendengeld macht

Ein Förderkreis hat es geschafft, ein Stange Spendengeld in einen nachhaltigen Einsatz zu verwandeln. Die Spenden wurden für die Anschaffung von Sportgeräten genutzt, die den Mitgliedern des Vereins zur Verfügung stehen. Dies ist ein Beispiel für verantwortungsvolles Handeln und Engagement.

Ein Förderkreis hat es geschafft, ein Stange Spendengeld in einen nachhaltigen Einsatz zu verwandeln. Die Spenden wurden für die Anschaffung von Sportgeräten genutzt, die den Mitgliedern des Vereins zur Verfügung stehen. Dies ist ein Beispiel für verantwortungsvolles Handeln und Engagement.

Die neue Stange-Spendengelder sind in Form von Sportgeräten in das Westbad gekommen. Die Mitglieder des Vereins können diese Geräte nun nutzen und sich an der Verbesserung des Vereins beteiligen. Dies ist ein wichtiger Schritt zur Nachhaltigkeit des Vereins.

Die neue Stange-Spendengelder sind in Form von Sportgeräten in das Westbad gekommen. Die Mitglieder des Vereins können diese Geräte nun nutzen und sich an der Verbesserung des Vereins beteiligen. Dies ist ein wichtiger Schritt zur Nachhaltigkeit des Vereins.

gegründet
Angebot schließen

„Purzelbaum“ feiert
Kindersport-Abteilung besteht zehn Jahre / Neue Gruppen ab September

Politik und Kochen

Leipzig für Bewegung
Start sein Angebot in neuen Räumen in Westbad

Text

Dr. med. Ursula Richter

Sechs Millionen für Leipziger Westbad

Ein „nachhaltiger“ Einsatz

Text

Achtung Dauer



Die alte MTT Gottschedstraße – fein, aber klein.



Mario Wagner 2005 beim Gang durch die Rohbau-MTT.



Der Rehabereich 2015.



Januar 2006 – Freude über das neue Büro EG.



Ideenskizze für die Einrichtung des Rehabereiches.

Die Geschichte des Gesundheitssportvereins ist auch die von Neuem, von Veränderungen, von Umgestaltungen und damit von Baustellen, großen wie kleinen. Reichten anfangs einige wenige Räume stundenweise in der Medica-Klinik, war der Zulauf bald so groß, dass Sporträume in der Gottschedstraße her mussten.

Auch die genügten bald nicht mehr den Erfordernissen. Neben dem ungebremsten Zulauf an Mitgliedern sprach der dringende Wunsch, ein vielfältigeres sporttherapeutisches Programm anbieten zu können, für mehr Fläche.

Die bot sich in Form von ehemaligen Büroräumen in der Lessingstraße 1. Hier standen anderthalb Etagen – insgesamt 900 m² – leer, die nun in Sport-, Büro- und Sanitärräume umgebaut werden mussten.

Es begann der langwierige Beantragungsprozess von Fördergebern, Genehmigungen mussten eingeholt werden, ein Projekt war erforderlich, ein Plan, ein Bauträger, ein Architekt, alle möglichen Firmen wurden ins Boot geholt. Wer noch nie gebaut hat, macht sich keinen Begriff, was da alles für Probleme auf einen einströmen können. Selbst wenn man einen Verantwortlichen hat, der den Bau koordiniert, tauchen täglich neue Fragen auf, Wünsche werden geäußert, manche Dinge stellen sich als undurchführbar heraus. Keine Rede von den vielen Vorschriften, Bestimmungen, von Fristen, koordinierten Abläufen und nicht vorhersehbaren Dingen. Schließlich war der Umbau abgeschlossen und die neuen Räume konnten genutzt werden. Am 1.1.2006 dann der Einzug.

Super Bedingungen waren entstanden, neben qualitativ hochwertigen und sehr funktionellen Sporträumen mit einer nagelneuen, modernen und sehr komfortablen Ausstattung auch Büro- und Funktionsräume, schöne, helle Umkleiden mit Sanitärtrakt, der Ruheraum sowie ein großer Kindersportbereich, der damals erst im Entstehen begriffen war. Eine großzügige Rezeption ermöglichte die Bearbeitung der Mitgliederanliegen, insgesamt hatte sich die Arbeitssituation für das ebenfalls wachsende Team grundsätzlich verbessert.

Keine zwei Jahre später stieß der Verein wieder an seine räumlichen Grenzen. Mittlerweile trainierten hier durchschnittlich 480 Sportler am Tag. Aber auch vereinsübergreifende Entwicklungen des Gesundheitssports verlangten neue Überlegungen. Getreu dem Motto, vorbeugen ist besser als heilen, wollten wir der Tatsache Rechnung tragen, dass die Krankenkassen solchen Sport fördern, der überwiegend einen präventiven Ansatz verfolgt. Zum anderen wussten wir aus Erfahrung, dass die öffentlichen Investitionen in sächsische Sportstätten nicht eben steigen würden. Moderne und gut ausgestattete Sportanlagen haben aber eine weitreichende Ausstrahlung, ermöglichen guten Sport und motivieren zur Vereinsmitgliedschaft. Dem wollten wir mit dem Ausbau gerecht werden, nicht zuletzt auch im Sinne der Förderung des Breitensports sowie für den sicheren Fortbestand des GSV und die Schaffung von Arbeitsplätzen. So entstand

Umbaukosten 2

- Anteile:
- Land:
 - Stadt:
 - Eigen:
 - zzgl. Einrichtung
 - Leasing:
 - davon:
 - 15 Ergon
 - MMT +
 - Sporträu
 - EG:



Schließwoche 2014: In Eigenregie malerten wir 550 m² Wandfläche.



20 Jahre Garantie geben die Maler der Fa. Kipp auf ihre mit Hand und Pinsel aufgetragenen Spielfeldbegrenzungen.



Geschäftsstelle Lessingstr. 2. Rechts: Handpainting-Gemälde von Jo Herz/ Weihnachtsfeier Ratskeller 2012.



Immer wieder gibt es Neuerungen. Hier installiert Haushandwerker Sven Bergk Plexiglas zum Schutz der Wände.

-Baustelle!



**Wir bauen
für Sie um!**

unser Präventionsbereich mit Zirkel und einer Saft- und Kraftbar, mit der wir unserem Wunsch und dem unserer Mitglieder für einen Ruheplatz für die Zeit vor und nach dem Sport und für eine noch intensivere Mitgliederbetreuung über den Sport hinaus entsprechen wollten.

Mit einem weiteren Vorhaben – dem Einzug in das WESTBAD am Lindenauer Markt – verbanden wir 2010 unsere Absichten für

flexibleres Reagieren und Trainieren, ein breiter gefächertes Angebot sowie die Sicherung von Arbeitsplätzen mit dem Wunsch nach größerer Präsenz im Sportbild der Stadt Leipzig. Auch wenn uns hier keine große Baustelle erwartete: Die Investitionen in unsere erste Außenstelle waren beträchtlich und unsere

Anstrengungen, bis sie von den Mitgliedern akzeptiert wurde, ebenfalls.

Im Sommer 2010 ergab sich die Notwendigkeit, den Sanitärtrakt großzügig zu erneuern. Insbesondere das Ständerwerk in den Duschen war durch den Dauergebrauch und durch die hohe Feuchtigkeit stark angegriffen. Erst nachdem die Fliesenwände entfernt waren, zeigte sich das ganze Ausmaß dessen, was dringend einer Sanierung bedurfte. Um solche Schäden für die Zukunft möglichst langfristig auszuschließen, musste ein besonders widerstandsfähiger Unterbau neu errichtet und die Lüftung optimiert werden. Der Ruheraum erhielt eine Salzwand, einen neuen, schmucken Fliesenboden und Heizkörperverkleidungen.

Kein halbes Jahr später wartete die nächste Herausforderung auf uns. Um den aktuellen Bestimmungen der Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining vom 1. Januar 2011 gerecht zu werden, machte es sich erforderlich, einen abgeschlossenen Bereich zu schaffen. Da unsere Sporträume schon gut ausgelastet waren, blieb uns nur, auf der Reha-Seite eine (Glas-)Wand einzuziehen und so der Forderung Genüge zu tun. Auch dieses Projekt war finanziell nicht ohne, aber wir konnten es, wie alle anderen ähnlich gelagerten Vorhaben, aus eigener Kraft stemmen.

Auch wenn wir damit mit „Großbaustellen“ vorerst durch waren, beschäftigten uns in der Folgezeit immer wieder Veränderungen, mit denen wir auf die aktuellen Entwicklungen im Verein reagieren mussten. So hatten wir 2010 eine neue Büroetage bezogen, einfach weil sich abzeichnete, dass die Zahl der Büroarbeitsplätze auf Dauer nicht ausreichen würde. Seit 2013 schließlich befindet sich unsere Geschäftsstelle in der Lessingstraße 2. Hier hatte sich einfach eine preisgünstigere Lösung angeboten, zumal wir hier auch zusätzlich einen Multifunktionsraum belegen konnten.

Nachdem wir über Jahre immer mal wieder die eine oder andere Wand nachgebessert und mit jährlichen Grundreinigungen versucht hatten, den Reinigungszustand zu halten, entschlossen wir uns im Frühjahr 2014 zu einer Schließwoche. D.h., wir schlossen den GSV eine ganze Woche (nicht ohne den Mitgliedern alternative Freiluft-Sportmöglichkeiten anzubieten) und polierten unsere Räumlichkeiten, inklusive Malern, Umräumen, Reparieren, komplett auf. Bis auf wenige haben

die Mitarbeiter des GSV alle Arbeiten in Eigenregie ausgeführt.

Immer wieder müssen im Verein Reparaturen durchgeführt werden. Allein in den Duschen lassen wir zwei Mal im Jahr die Sanitärfugen mit Silikon neu abdichten. Gerade erst wurden sämtliche Toilettenbecken ausgetauscht. Abgesehen davon kommt es immer wieder zu ungeplanten Reparaturen, sind Geräte defekt oder es müssen Leuchtmittel ausgetauscht werden. Das erfordert kurzfristiges Reagieren und hin und wieder verursachen Defekte auch recht hohe Kosten. Trotzdem sind wir ständig bemüht, alles am Laufen zu halten und die Funktionstüchtigkeit sicher zu stellen. Auch dafür erscheint ein Mal im Jahr eine Fachkraft für Arbeitssicherheit vor Ort, mit der wir notwendige Änderungen festlegen. So haben wir z. B. 2010 an den Türen im Kindersportbereich Fingerklemmschutze installieren lassen. Auch das war eine recht beträchtliche Investition.

Man könnte diese Aufzählung beliebig fortsetzen, die Aufgaben diesbezüglich sind vielfältig. Indem wir „dran bleiben“, möchten wir sicherstellen, dass sich alle im Verein sicher, gut aufgehoben und wohl fühlen. Für uns bedeutet Qualität zu liefern, auch saubere und schmucke Sporträume, intakte Geräte und optimale Bedingungen für Mitglieder wie Mitarbeiter vorzuhalten!

2005: 122.000 €

60.000 €

29.000 €

33.000 €

skosten über

60.000 €

meter: 30.000 €

me: 15.000 €

15.000 €



Der Ruheraum während des Umbaus 2010. Leider ließ sich der Plan für eine Fußbodenheizung nicht umsetzen.



Immer wieder muss Hand an die Geräte gelegt werden. Dranbleiben ist das A und O!



Die Salzwand im Ruheraum ist sehr stimmungsvoll, zudem attraktiv und hat heilende Wirkung.



Auch die Außen-Werbe-Beklebung war kostenintensiv, aber steht uns gut zu Gesicht.

Die tägliche Katharsis

Was der Grieche für gewöhnlich mit **Katharsis** umschreibt, meint in der deutschen Sprache schlicht Reinigung. Ob es einem Liebhaber der griechischen Tragödie gefallen hat, diesen Namen für ein Reinigungsunternehmen zu wählen, oder einem Fan des hellenischen Urlaubslandes, sei dahin gestellt.

Neuerdings heißt Katharsis jedenfalls MGS Mitteldeutsche Gebäudeservice GmbH, was auch ein Wortmonster ist, aber die Sache in einem jetzt klareren Licht erscheinen lässt.

Apropos klar: Die Mitarbeiter von Katharsis-MGS jedenfalls sind es, die Tag für Tag, d.h. eigentlich müsste es heißen Nacht für Nacht ab immerhin 2.30 Uhr, für saubere Verhältnisse sorgen. Jeden Morgen, wohlgerne sechs Mal wöchentlich, wuseln die „Putzis“ um das Ehepaar Lenort durch Sport- und Sanitärräume, über Flure und durch die Büros, damit am Morgen alles blitzt und blinkt.

Dabei hat diese Art der Reinigung nichts mit dem gewöhnlichen Hausfrauenputz zu tun: Wo Frau Schmidt zu Hause am Freitagnachmittag mal ein wenig saugt und mit dem Putzlappen wedelt, ist hier schwere körperliche Arbeit angesagt, um die knapp 2.000 m² Reinigungsfläche, zwölf Toiletten und einiges mehr tagtäglich auf Vordermann zu bringen.



Einsatz von Reinigungsautomat: Fehlanzeige. Die vielen Sportgeräte lassen nur eine Reinigung mittels Wischmop, also in Handarbeit und mit einem gehörigen Kraftaufwand zu! Und das mit einem Zeitlimit, auch weil ja über den Tag verteilt noch mehr zu tun ist.

Dabei ist nicht jeder Arbeitstag wie der andere. Gerade in den Wintermonaten oder bei Regenwetter ist der Reinigungsaufwand ungleich höher als üblicherweise. Auch Schmutzfangmatten halten dann nur den größten Dreck ab, mehrere Arbeitsgänge und Nacharbeit sind notwendig, das Pensum in zufriedenstellender Qualität zu schaffen.

Hin und wieder müssen bestimmte Flächen intensiver gereinigt werden. Dann stellen sich Lenorts auch schon mal am

Sonnabendnachmittag hin, um z.B. den Saunaboden mittels Einscheibenmaschine und Schmutzlöser grund zu reinigen.

Seit drei Jahren arbeiten Birgit und Andreas Lenort, die an drei Tagen der Woche Unterstützung von Frau Oehmichen bekommen, im GSV. Trotz des weiten Anfahrtswegs aus Borna, dem zeitigen Beginn und des durch die vielen verschiedenen Reinigungsobjekte und -zeiten zerpfückten Arbeitstages, machen sie ihren 40-Stunden-Job gerne. Für die frühere Zootechnikerin und den Betriebschlosser ist ausschlaggebend, dass ihre Arbeit gewürdigt wird und sie dafür angemessen bezahlt werden. Das war in ihrem fast 20-jährigen Berufsleben als Reiniger nicht immer der Fall und dass das nunmehr bei Katharsis, Entschuldigung MGS, zu ihrer Zufriedenheit funktioniert, erfüllt sie mit Befriedigung. Besonders gut findet das Paar, das seit über 30 Jahren verheiratet ist und Sohn und Tochter hat, dass es seinen Arbeitsalltag gemeinsam bestreiten kann.

Die Firma Katharsis-MGS gehört übrigens zu den angestammtesten Partnern des GSV und ist seit seiner Gründung mit im Boot. Vielen Dank Familie Lenort und allen, die sich im Hintergrund um optimale Bedingungen für die Arbeit und den Sport im GSV kümmern!

geben und nehmen

JETZT

SPONSOR WERDEN

Interessiert? • Reden Sie mit uns! • info@gesundheitssportverein.de

EIN STARKES PROGRAMM



Hauptstraße 101 · 04416 Markkleeberg
 Tel. 0341 600 539 0 · Fax 0341 600 539 10
 info@m-g-s-gmbh.de · www.m-g-s-gmbh.de

- **Unterhaltsreinigung**
 (Arztpraxen, Büros, Fitnessstudios, Foyers, Gastronomie, Lager ...)
- **Haustechnik / Kleinreparaturen**
- **Grundreinigung / Baureinigung**
- **Fensterreinigung**
- **Teppichreinigung**
- **Gartenpflege**
- **Außen- und Innenreinigung**
 (Treppenhäuser, Entrümpelung)
- **Wohnungsreinigung**
- **Vertretungsdienst**
- **Winterdienst**

Unser Service – Ihr Vorteil!

Alles in allem: qualifiziert, individuell, rationell, pünktlich und kostengünstig!

Lösung von Seite 28

			2	2			2
2	2		5				
			4				
3						2	4
	6		6				
	2			6			
				10			
2							4





Leider ist die erwartete Materialflut nach unserem Aufruf, uns Dokumente aus den ersten Jahren des Vereins – vor allem auch Fotos – mitzubringen, ausgeblieben. Trotzdem ist unsere Bitte nicht völlig ungehört geblieben, denn einige treue, aber auch ehemalige Mitglieder, wie Frau Ingrid Wohlrab, haben in ihren Analen gekramt und das eine oder andere Papier zu Tage

Reminiszenzen

Lieber Herr Wagner,

Lpz., 14.2.16

durch Familie S. habe ich erfahren, dass Sie auf der Suche nach alten Fotos, Urkunden u.ä. sind, sicher in Vorbereitung zum 15. Jahrestag des Vereins. Gerne denken wir an die 1. Zeit des Gesundheitssportvereins zurück, zumal ich sagen darf:

„ICH WAR DIE NUMMER 1“!

Ihr 1. Mitglied, seinerzeit noch für einen erst im Entstehen begriffenen Verein von Chef-arzt Dr. Ulrich geworben, und überzeugt davon, dass dieser Verein mit meinem damaligen „Medica“-Therapeuten, Herrn Mario Wagner, als Leiter und Chef eine gute Sache wird!

UND, so ist es geworden! Es ist vollbracht!

Meine Beitrittsklärung vom 11.12.01 habe ich zur Erinnerung freudig aufgehoben. Die ersten Übungsstunden fanden ja noch in den Abendstunden in der Medica-Klinik statt. – Nach einem 1. Umzug konnten dann etliche Jahre später die schönen Räume in der Lesingstraße 1 zur Benutzung übergeben werden. – Über viele Jahre waren mein Mann und ich begeisterte Mitglieder im Gesundheitssportverein Leipzig. Mit Freude und großem Gewinn für unsere Gesundheit haben wir unsere Reha-Verordnungen unter Ihrer Anleitung, lieber Herr Wagner, durchgeführt. Zum plötzlichen Aufgeben zwangen dann mehrfache Wirbelfrakturen im Nov. 2012. – Es war eine gute Zeit im Verein, für die wir uns sehr bedanken. Ich möchte Ihnen, Herr Wagner, und dem gesamten Team alles Gute für die weitere Arbeit und die Zukunft wünschen.

Mit freundlichem Gruß

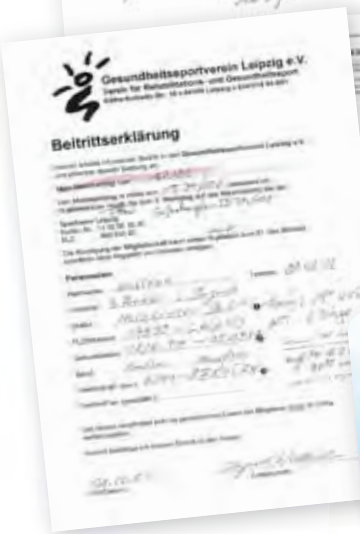
Ihre Ingrid u. Dr. Frank Wohlrab

Bei der dürftige Heinz Waurick (81 und übrigens Lektor dieses Journals) möglicherweise ebenfalls mit dabei gewesen sein, denn seine Beitrittsklärung ist am 28.08.2001 unterschrieben.

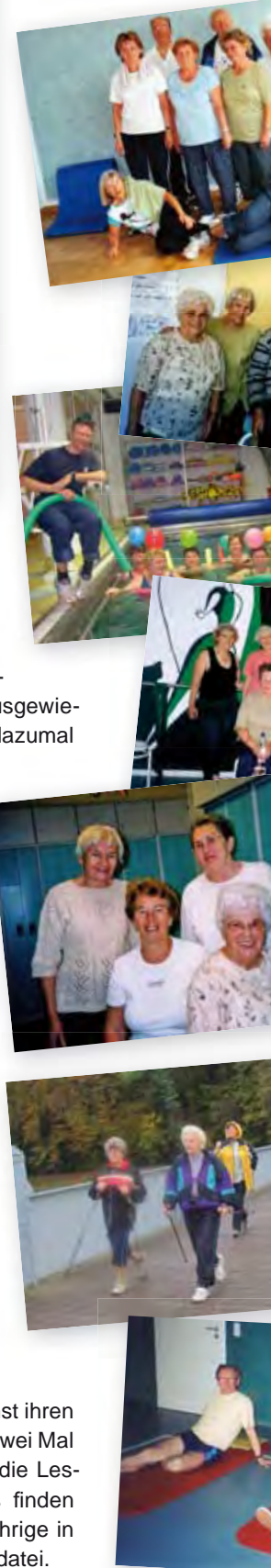
Zahlungsmittel eingeführt. Dieser Tatsache Rechnung tragend, wird der zu entrichtende Monatsbeitrag in der Wohlrab-Erklärung von der Hand Mario Wagners vorsorglich mit 19 DM / 10 € ausgewiesen. Abgesehen von diesen dazumal astronomischen Tiefstpreisen ist die eher laxe Umrechnung wohl symptomatisch für die weitere Entwicklung auf dem Finanzsektor und sichert dem GSV mit der Zeit zudem, zwar keinen satten, aber doch einen gewissen Gewinn. Voilà!

Er gehört damit zweifellos zu den, wie sie Christian Dahms in seinem Editorial nennt, positiv verrückten, engagierten Menschen, die sich hinter der hehren Idee eines Vereins für Gesundheitssport versammelten.

Sei es wie es sei, der Eintritt der Beiden in den Verein fällt in eine nachhaltige Zeit. Am 01.01.2002 wird in der Bundesrepublik der Euro als



Ob Frau Wohlrabs Behauptung, das 1. Vereinsmitglied, gewesen zu sein, so stimmt, kann nicht mit Sicherheit bestätigt werden. Denn leider sind inzwischen die Dokumente, die darüber Auskunft geben könnten, vernichtet worden. Schade! Aber zumindest ist Frau Wohlrab im Besitz einer der am weitesten zurück datierten Beitrittsklärungen (11.12.2001), was zumindest ihre These etwas wahrscheinlicher macht. Zu den GSV-Sportlern der ersten Stunde gehört sie unbestritten, denn die 1. Therapieeinheit im GSV hat ein paar Tage zuvor, nämlich am 10.09.2001 in den Räumen der Medica-Klinik stattgefunden.





gefördert. Uns ist natürlich auch klar, dass in den Aufbruchzeiten des Vereins eben einfach keiner daran gedacht hat, die Geschehnisse immer und immer wieder mit der Kamera festzuhalten. Aber einige Dinge haben sich doch angesammelt und so werden wir auf dieser Seite ein wenig in Erinnerungen kramen.

„... hab ich zur Erinnerung freudig aufgehoben.“

Während das Wiederauffinden diverser Beitrittserklärungen, Trainingsplänen, Flyern den Meisten offensichtlich wenig Mühe gemacht hat, hat es nur Dagmar M. geschafft, einen originalen Mitglierausweis aus den Anfangsjahren her zu zaubern. Den braucht sie zwar schon lange nicht mehr, aber ihr scheint an dem alten Dokument zu liegen. Überhaupt ist sie eine derjenigen, die über die Jahre sehr eng mit dem Verein verbunden ist. Ihr Beruf als Krankenschwester ermöglicht ihr zwar keinen regelmäßigen wöchentlichen Besuch, aber wenn sie dienstfrei hat, kommt sie zum Sport und sucht hier den Ausgleich zu ihrer physisch und psychisch anstrengenden Arbeit im Diakonissenkrankenhaus.

Dann sind da noch die Fotos der ersten Sportgruppen. Mit großer Würde und

selbstbewusst präsentieren sich die Sportler dem Fotografen, nicht ahnend, dass diese Bilder einmal eine Art Zeitdokument sein werden. Viele der Sportler sind heute noch immer mit von der Partie, ein wohl sicheres Indiz für die Wirkung von regelmäßiger Bewegung und der Anziehungskraft, die die Sportgemeinschaft auf den Einzelnen hat!



Schließlich steuerte Altmitglied Wolfgang Brandt den wohl ältesten Werbeflyer des GSV zu unserer kleinen Sammlung bei. Bemerkenswert: Dass dieser alle der damals möglichen Angebote enthält, für einen Flyer aus heutigen Tagen ein kaum mögliches Vorhaben.

Danke allen, die sich bemüht haben, Ihre Erinnerungen an die erste Zeit im Gesundheitssportverein aufzufrischen!

Anmerkung:

Die Gründung des GSV in einer bewegten Zeit

Das Jahr **2001** war das erste Jahr des 21. Jahrhunderts. Sein prägendstes Ereignis waren die Terroranschläge auf das World Trade

Center und das Pentagon in den USA, bei denen rund 3.000 Menschen ums Leben kamen. Die Anschläge werden häufig als historische Zäsur bezeichnet und sorgten sowohl in den USA als auch in

Europa für immer noch anhaltende Debatten um innen- wie außenpolitische Veränderungen. Sie führten den Krieg in Afghanistan in eine neue Phase und dienten als Begründung für den zwei Jahre später begonnenen Irakkrieg. Ausgehend von dem Ereignis stiegen die Spannungen zwischen der muslimischen und der westlichen Welt.

Im Januar tritt Griechenland der EU-Wirtschafts- und Währungsunion bei und George W. Bush wird zum neuen Präsidenten der USA vereidigt. Bei den britischen Unterhauswahlen feiert die Labour Party im Juni einen großen Wahlsieg. Im gleichen Monat wird Berlins Regierender Bürgermeister Eberhard Diepgen durch ein Misstrauensvotum im Zusammenhang mit dem Berliner Bankenskandal

gestürzt. Sein Nachfolger wird Klaus Wowereit und der Deutsche Bundestag beschließt als eine Folge früherer Pflege-skandale das Pflege-Qualitätssicherungsgesetz.

Zwei Tage vor Weihnachten stimmt der Deutsche Bundestag der Entsendung deutscher Streitkräfte zur Umsetzung der Resolution 1386 des UN-Sicherheitsrates mit großer Mehrheit zu. Die Truppenentsendung nach Afghanistan bedeutet den ersten außereuropäischen Kampfeinsatz für Bundeswehrangehörige.

Bundeskanzler ist Gerhard Schröder, Bundespräsident Johannes Rau.

Am 1. Januar 2002 führen die BRD und weitere elf Mitgliedsländer der EU den Euro als Bargeld ein.







Unsere 1. Außenstelle:

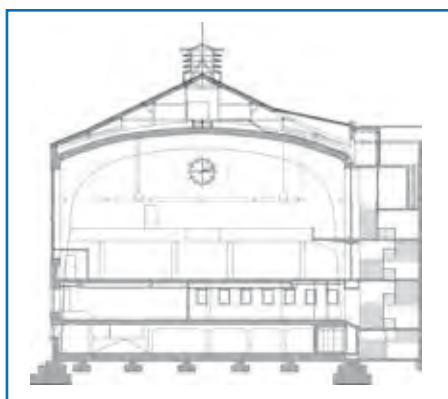
Traditions-Sportbad vom GSV wiederbelebt



Das Westbad ca. 1930



Die Badehalle 1990



Schnitt



Die denkmalgeschützte Feier- u. Eventhalle

Wer weiß schon noch, dass in den Fünfzigern im Leutzscher WESTBAD, einem der zwei größten Freizeitbäder der Stadt zu damaliger Zeit, internationale Schwimmwettkämpfe stattfanden! Die gestalteten sich zu wahren gesellschaftlichen Ereignissen. Mit sportlicher Einstellung und in toller Atmosphäre traten hier Europarekordler aus Leipzig gegen internationale Schwimmsport-Konkurrenz an. Damit die vielen Wassersportenthusiasten den Wettkämpfen folgen konnten, wurden die ursprünglich nur auf der Empore angebrachten Zuschauerplätze durch den Einbau einer provisorischen Holzbühne auf Beckenebene erheblich erweitert.

Das WESTBAD wurde noch bis Anfang der 90er Jahre betrieben, musste dann aber aufgrund technischer Mängel geschlossen werden. Ganze Schüler-Generationen aus dem Süden und Südwesten Leipzigs hatten hier bis dahin Schwimmen gelernt. Das kleine Schwimmbecken existiert noch im Untergeschoss. Es wird heute u. a. vom Gesundheitssportverein als Bewegungsbad genutzt. Errichtet wurde das Bad in den Jahren 1928 bis 1930 durch den bekannten Bauhaus-Architekten Hubert Ritter (Stadtbaudirektor Leipzigs, Erbauer u. a.: „Rundling“ Lößnig, Neues Grassmuseum, 55. Volksschule Ratzelstraße, „Kohlrabizirkus“). Er baute auf beengtem Raum eine Schwimmhalle mit allen dazu gehörigen Einrichtungen in der Tradition der Volksbäder der Jahrhundertwende, fand aber damit nicht eben das ungeteilte Interesse der Lindenauer. Um den Neubau entbrannte eine heiße Debatte, viele lehnten „die neue Klagemauer“ entschieden ab. Nicht von ungefähr, denn bereits zu dieser Zeit hatte Ritter mit den gegensätzlichen Auffassungen der Nationalsozialisten zu kämpfen.

Nach aufwändiger Sanierung und Umbau beherbergt das WESTBAD heute ein Gesundheitszentrum mit einer Multifunktionshalle, einem 800 m² großen Saal mit Galerie und Fischer-Art-Deckengemälde, dem durchaus der Chic der alten Schwimmhalle noch anzusehen ist. Hier findet schon mal eine Probe des Gewandhausorchesters statt, zur Buchmesse las Marianne Sägebrecth „Auf dem Weg nach Surinam“ Autobiografisches und bot „Leckereien nach geheimen Rezepten aus ihrem Zauberkessel“ an.



Haupteingang Odermannstraße

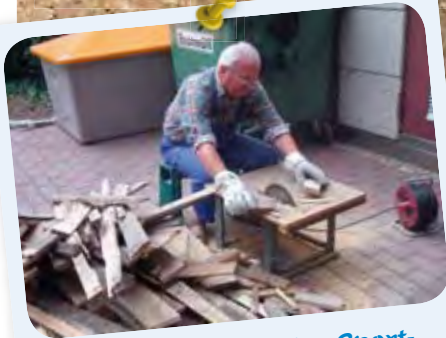


Könnte sich der Saal Weihnachten so präsentieren?

Besonders stolz sind die Westbad-Sanierer der Ginkgo Projektentwicklung GmbH um Geschäftsführer Dipl.-Ing. Tankred Lenz übrigens auf ihr einzigartiges Konzept mit Passivhauskomponenten, das einen energieeffizienten Betrieb unter Einhaltung modernster Ökostandards ermöglicht und das Baudenkmal zu einem echten Plusenergieanbieter macht. Im Dezember, so ist es geplant, wird der GSV hier seine Weihnachtsfeier abhalten, eine kleine Besichtigungstour eingeschlossen. Man darf gespannt sein, die Gäste jedenfalls waren hingerissen von der Atmosphäre der in das Licht eines gigantischen Kronleuchters getauchten ehemaligen Badehalle anlässlich ihrer Wiedereröffnung als „Kultur- und Eventlocation“. Grandios, aufregend und vielversprechend.

Vorerst allerdings knüpft der GSV wie seit nunmehr sechs Jahren an die Schwimmtraditionen des Bades an und verwirklicht im Untergeschoss seine sporttherapeutischen Ambitionen. Dies übrigens sehr erfolgreich. Die Befürchtungen von 2010, ob wir MTT und Sporträume je auslasten würden können, haben sich als haltlos herausgestellt. Heute trainieren hier 500 Sportler und deren Zahl wächst stetig. Die Sporttherapie WESTBAD und das Bad selbst sind Erfolgsgeschichten, die ihresgleichen suchen!

VEREINSSPLITTER



Während sich seine Sportkameraden bereits in Sauna und Dusche tummeln, ließ es sich Mitglied Hans-Joachim L. nicht nehmen, seinem Therapeuten für dessen außerordentliche Leistung an diesem Tag noch etwas Süßholz zu „raspeln“.



Unsere Mitarbeiter lassen keine Gelegenheit aus, für unsere Mitglieder neue Therapiemöglichkeiten zu erschließen und sie an Ort und Stelle zu testen!
Danke, Anke!



Erwiesenermaßen lässt sich die Wartezeit bis zur Vergabe einer der begehrten Yoga-Präventionskurs-Plätze (Fortgeschrittene) zu zweit besser ertragen.



Leider erreicht das Angebot der Cafeteria nicht immer alle Mitglieder (hier Vereinsfahrt), woraufhin der Eine oder Andere schon mal zur Selbsthilfe greift.

Mitgliederumfrage 2014

1. Wie lang können Sie bereits in den GSV? Ja Nein

2. In welchem Bereich trainieren Sie? *Wassergymnastik*

	HTT Rufe	HTT Plus	Gruppen	Wasser
Leistungstrainer				
Wasser		X		
Demografie				

Der interne Streit, wer wohl das erste Mitglied des Vereins war, ist entschieden Mitglied Erna Ungenandt kommt bereits seit 87 Jahren zur Wassergymnastik ins Westbad. Herzlichen Glückwunsch für so viel Durchhaltevermögen!

Der GSV hat begonnen, die Verordnungen der Mitglieder der ersten Stunde Ersatz zu verfilmen.

Das Problem wird deutlich anhand der Akte von Altmittglied Edwin Gummersbach-Schulz (Foto).



VERLOSUNG



Haus- und Hofarbeiter Sven B. erfüllte sich kürzlich seinen Wunsch für eine Kreuzfahrt: Mit Ziel Dresden kreuzte er auf der Elbe flussabwärts den Kurs der Raddampfer.



Unter allen Einsendern eines 100-Euro-Scheins verlosen wir einen hochwertigen 20-Euro-Schein (Abbildung ähnlich) im Wert von fast 50 Euro.

„Ihr Wunsch – meine Planung – Ihr Ausflug“ ...

... ist der Slogan mit dem sich TBG (Thomas Buhler-Grashoff) seit über einem Jahr für interessierte Kundschaft engagiert.

Planen Sie einen aktiven Tag als Wanderer oder Radfahrer in unserer schönen Landschaft, an Elbe oder Mulde? Oder möchten Sie mit Freunden oder Bekannten einen Tag in einem Museum oder bei einem Konzertausflug verbringen?

Es gibt viele Möglichkeiten für besondere und außergewöhnliche Erlebnisse. Doch wer kennt das nicht: Der Fahrer darf nichts trinken, im Auto ist immer ein Platz zu wenig, kein Parkplatz weit und breit oder die Fahrräder können aus Platzgründen im Zug nicht mitgenommen werden.

Zu seiner Kundschaft gehören Kleingruppen bis sieben Personen unter anderem aus Bürger- und Sportvereinen, die mit TBG einen guten, verlässlichen und preiswerten Mietwagenpartner gefunden haben. Gern bespricht er mit Ihnen individuell Ihren geplanten Tag und übernimmt den Fahrservice persönlich. Eben alles aus einer Hand!

TBG – erfahrener Begleiter

Thomas Buhler-Grashoff übrigens ist ein leidenschaftlicher und erfolgreicher Amateur-Radsportler, der fast täglich auf seiner Rennmaschine unterwegs ist, um



TBG (rechts) als Fahrer und Helfer bei der 13. Vereinsfahrt.

sich mit einem selbst auferlegten Trainingsprogramm auf den nächsten Höhepunkt vorzubereiten.

Nicht zum ersten Mal unterstützt er mit seiner Leidenschaft für sportliche Herausforderungen soziale Projekte. War es im vergangenen Jahr sein Einsatz für die German Doctors bei der Vaettern-Rundfahrt in Schweden, ist es am 2. Juni die „Eroberung“ des Alpe d'Huez (1860 m), einem Gipfel in den französischen Alpen mit einem fast 14 km langen Anstieg über 1.100 Höhenmeter.

Diese Mal geht es darum, den Gipfel bis zu sechs Mal in Angriff zu nehmen, um für jede Ersteigung 10 € von freiwilligen Spendern einzufahren, um mit diesem Geld die Krebsstiftung zu unterstützen. Auch Sie können diese Aktion unterstützen.

Lesen Sie mehr:

<https://deelnemers.opgevenisgeenoptie.nl/thomasbuhlergrashoff>.

„Kette rechts!“, Thomas, und gutes Gelingen!



TBG

Ihr freundlicher Fahrservice

Personenbeförderung bis 7 Personen

Auf Wunsch:

- Konzertfahrten
- Messe / Museum
- Theaterbesuche
- Familienfeiern
- individuelle Fahrrad-/Wandertouren

Inh. Th. Buhler-Grashoff

Tel. 0341/6400494 oder 0177/5902608

info@tbg-reise-event-service.de

Mietwagenunternehmen

fitness für ihr business!

wir unterstützen den
gesundheitssportverein leipzig e.v.

werden sie gesund – bleiben sie gesund!



die schotten
ag für werbung & kommunikation

PURZELN * TOBEN * LACHEN

Lauter schöne Dinge machen!



Von vielen eher unbemerkt agiert im Erdgeschoss der Lessingstraße der Kindersport PURZELBAUM. Gerade zehn Jahre geworden, bietet er den jüngsten Sportlern reichlich Raum und Gelegenheit für ganz viel Bewegung und natürlich Spiel und Spaß! Allenfalls im Sommer, wenn die Wärme in den Räumen zu groß wird, weichen die Kids auf den Innenhof aus und planschen dann in den dort aufgestellten Badebecken.

Auf dem Hof finden zudem die bei Kindern und Eltern äußerst beliebten Sommerfeste statt. Dann quillt das Terrain quasi aus allen Nähten und zu Gast sind nicht nur die Purzelbaumkinder und ihre Geschwister, alle Lessingstraßen-Nachbarn kommen gern zu den immer sehr

unterhaltsamen, spaßigen Festen. Erinnert sei an das tolle Straßenevent aus dem vergangenen Jahr, bei dem die Feuerwehr von nebenan die allzu große Hitze mit kühlendem Nass aus großen Schläuchen erträglich machte.

Das junge Team des Kindersports PURZELBAUM (aus mittlerweile bis zu 25 Diplom-Sportlehrern) ist ständig auf der Suche nach neuen Ideen, um das ohnehin breit gefächerte Programm immer noch attraktiver für einen großen Interessentenkreis zu machen.

Dabei ist das gesamte Wassersportangebot, wie Kinderlern- oder Babyschwimmen, quasi immer ausgebucht, einige freie Plätze gibt es derzeit beim Kleinkinderschwimmen (1,5–2 Jahre). Aber auch alle anderen Kurse können sich über einen Mangel an Beteiligung nicht beklagen. An der Spitze liegt da das, man mag es kaum glauben, sonnabendliche Papa-Kind-Turnen, bei dem Väter ihren 1–3 Jahre alten Sprösslingen ihre Fitness unter Beweis stellen können.

Finden sich Interessenten, möchte das Team um Conny Müller auch das Zwergenturnen ab Laufalter wieder ins

Programm aufnehmen. Dann wären alle Altersgruppen vom Baby bis zum Schulkind mit altersgerechten Angeboten abgedeckt.

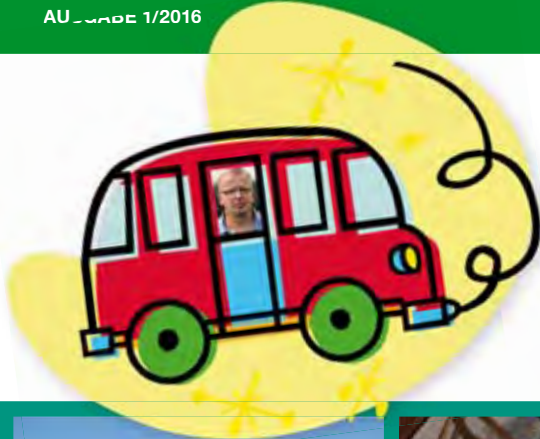
Eben gestartet ist der Kurs „Kinder-Reha-Sport“. Dieser ist für Kinder und Jugendliche zwischen 7–18 Jahre konzipiert, deren Gesundheit und Leistungsfähigkeit wiederhergestellt bzw. verbessert werden soll, damit sie wieder voll an Schule und Alltag teilhaben können. Trainiert werden insbesondere Kraft, Ausdauer, Koordination und Haltung bei orthopädischen – oder Atemwegs-Erkrankungen sowie Herz-Kreislauf-Problemen und Adipositas.

Freundliche, kindgemäße Sport- und Spielräume, auch eine Krabbelecke für die Kleinsten, alles barrierefrei zugänglich und mit reichlich Kinderwagen-Parkplätzen, viele bunte Spielgeräte sowie das stets präsente Maskottchen, der lustige Affe Pepe, bilden den äußeren Rahmen für das erfolgreiche Konzept des Familienmiteinanders, das mittlerweile weit mehr als 500 Kinder und ihre Eltern für sich entdeckt haben.

Nicht umsonst hat der Kindersport PURZELBAUM 2014 den Familienfreundlichkeitspreis der Stadt für sein Engagement erhalten, Familie und Sport im Konsens mit Bewegung sowie gesunder Ernährung anzubieten.

Wir freuen uns heute schon auf das Kindersport-Sommerfest am 3. September 2016, ab 14 Uhr, natürlich wieder auf dem Innenhof der Lessingstraße 1 und sind gespannt, welche Überraschung dieses Mal für die Gäste bereit steht!





Unser spor

Die Vereinsfahrten sind ein



Natürlich spielen Essen und Trinken bei den Fahrten immer eine (mit) entscheidende Rolle. Waren es in Wörlitz die Würstchen, die nur zur Überbrückung gedacht, quasi pure Begeisterung auslösten, kann te Herr Hinze auf der Rudelsburg nicht an sich halten und verputze

(fast) einen 7 € Windbeutel. Sehr gemütlich auch der herrliche Biergarten in „Apels Gasthof“ in Moritzburg. Tolles September Sonnenwetter machte es möglich. Aber auch wenn das Essen mal nicht die allgemeine Zustimmung fand, wie bei der 1. Sektellereifahrt, tat das



Bereits 2003 hat die allererste Vereinsfahrt stattgefunden.

Im Sommer 2009 hatte ich die Idee, mit wanderfreudigen Mitgliedern eine Tour in die Sächsische Schweiz zu unternehmen. Einfach so und weil ich meinte, mal etwas ausprobieren und auch Neues anbieten zu müssen.

Ehrlich? Noch während wir uns auf der Rückfahrt befanden, stand für mich fest: Das machst du NIE wieder, das tust du dir nicht noch einmal an! ... Schon die Anmeldephase war extrem sperrig. Auf dem letzten Pfiff bekam ich den Bus voll – 30 Leute. Kaum in Stadt Wehlen angekommen, verloren zwei Wanderer ihre Sohlen. Die Schuhe hatten wohl die Jahre in einer Kammer überdauert und waren morsch geworden. Das Paar machte sich auf die Suche nach einem Schuhladen. Der Rest begab sich auf den direkten Weg nach Rathen. Der führte über das

Rauensteingebiet. Noch bevor wir überhaupt in die Nähe der Felsen kamen, jammerten die Ersten los. Sie machten sich wohl Sorgen, ob sie mit ihren Schuhchen und Röckchen die Wanderung packen würden. Sie hätten geglaubt, so ein wenig an der Elbe entlang spazieren zu können, von einer Bergwanderung hätten sie nichts gewusst. Nun ja.

Auch ein anderer Wanderer machte mir Kummer: Gerhard (75). Von einem Schlaganfall gezeichnet, mutete er sich hoffentlich nicht zu viel zu, zumal er noch eine riesige Tasche an einem Gurt über der Schulter mit sich schleppte. Die gab er um keinen Preis her und lies sich auch an den steilsten Stellen nicht helfen. In Rathen angekommen, verabschiedete er sich auf ein Bier und war erst am späten Nachmittag – unter eher dramatischen Umständen – wieder zu sehen ...

Die anderen passierten derweil den Kurort an der Elbe und strebten der Bastei zu. Längst war die Gruppe auseinander gefallen, einfache Waldwege wechselten sich mit steilen An- und Abstiegen mit längeren Stufenfolgen ab. Ob die Wanderer mit den Schuhproblemen und ob Gerhard das wohl schaffen würden?

Erstere trafen wir schließlich frohgelaunt und mit nagelneuen Wanderschuhen auf der Bastei-Aussichtsplattform wieder. Von Gerhard fehlte auch hier jede Spur!

Es ging auf Abend zu. Der Bus hatte uns auf der Elbseite flussabwärts abgesetzt. Zustieg war jetzt gegenüber, so hatten wir es verabredet. Punkt 18 Uhr saßen alle im Bus, nur einer fehlte: Gerhard. Da waren die Sorgen groß! Was konnte passiert sein? Wir hätten ihn nicht allein lassen dürfen!

Zum Glück hatte ich zu Beginn der Reise die Handynummern eingesammelt. Nach mehreren Versuchen, antwortete Gerhard tatsächlich. Wo wir blieben, so seine vorwurfsvolle Frage, er warte am Bus. Konnte nicht sein, im Bus waren wir, aber kein Gerhard. Nach einigem Hin und Her war klar, Gerhard stand auf der anderen Flussseite, dort wo wir morgens ausgestiegen waren. Schließlich erkannte er seinen Irrtum und folgte unserer



Unser „Stammbusfahrer“ Marco Litschke managt „im richtigen Leben“ den Besuch von Klassen und Gruppen im Amtsgericht Leipzig Foto: André Kempner

Elterliches Reisebüro

Renner und im Handumdrehen ausgebucht



der Stimmung im Allgemeinen keinen Abbruch. Dafür hob sich die Stimmung beim Schinken vom Hof der Familie Litschke oder den Sekt in Oranienbaum zur Feier der 10. Vereinsfahrt. War die mit viel Liebe gedeckte Kaffeetafel in der historischen Bauschlosserei von

August Reinhard in Gräfenhainichen etwas Besonderes, hatte keiner damit gerechnet, dass die Überraschungs Kaffeetafel zum Muttertag 2015 nun ausgerechnet auf einem Autobahn Rastplatz stehen würde! Großes Hallo!

Unsere Reiseziele 2009–2016

1. Sächsische Schweiz
2. Bad Brambacher / Bad Elster
3. Wörlitzer Park
4. Festung Königstein
5. Bad Kösen / Rudelsburg
6. Radebeul / Moritzburg
- 7.+8. Rotkäppchen Sektkellerei
9. Hafenfest Halle
10. Lutherstadt Wittenberg
11. Rosarium Sangerhausen
12. Weinwanderung Marienberg / Meißen
13. Landesgartenschau Oelsnitz
14. Goitzschensee / Ferropolis / Gräfenhainichen
15. Quedlinburg

Aufforderung, mit der nahen Fähre übersetzen. Vom Ufer aus dirigierten wir ihn mit Händen und Füßen.

So weit so gut, Gerhard war wieder da, scheinbar war mit ihm auch alles o.k., wir konnten starten. Keiner regte sich übrigens auf, jeder war wohl froh, dass die Sache so glimpflich ausgegangen war. Der Bus jedenfalls ruckte an und – blieb stehen. Ich weiß bis heute nicht, was mit ihm war. Ich weiß nur, der Fahrer hatte etwas von „kaputt“ gesagt, einen Ersatzbus

bestellt und war nach einer Wartezeit dann doch mit mäßigem Tempo losgecheckt. Um einiges verspätet kamen wir in Leipzig an.

Für mich war das an diesem Abend die erste und einzige Vereinsfahrt, ich würde mich nicht noch einmal solchem Stress aussetzen.

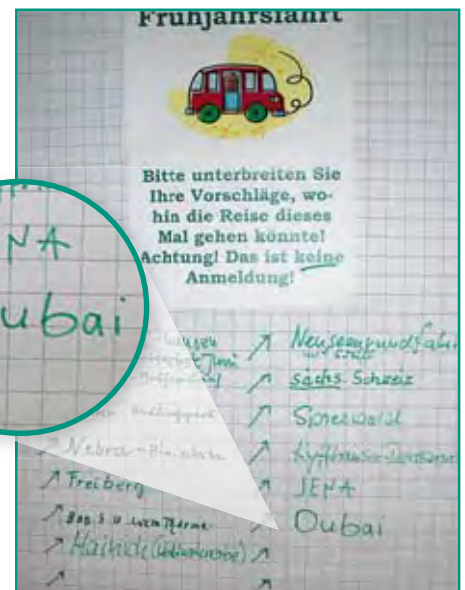
Inzwischen sind sieben Jahre vergangen, 15 Fahrten absolviert. Alle haben ausnahmslos viel Spaß gemacht, das Interesse ist ungebrochen. Aber stressig sind die Fahrten für mich noch immer: Ich möchte gern, dass es wirklich allen gefällt, dass keiner zurück bleibt oder sich nicht wohl fühlt. Ich möchte denen, die sich in meine Hände begeben, ein sorgenfreien, unterhaltsamen Tag in der Gemeinschaft bereiten, so wie es eine Mitfahrerin einmal formulierte: „Hier braucht man nicht mal zu denken!“ Ja, ich möchte, dass die kleinen Reisen perfekt sind und jeder davon eine Weile zehren kann.

Inzwischen haben die Fahrten auch einen hohen Unterhaltungswert, auch dank unseres Stamm-Fahrers Marco, der uns schon mal auf den elterlichen Hof anlandet, damit uns seine Mutter Schinkenbrote und Gürkchen (s. Foto Bildeiste) kredenzen kann! Wo gibt es so etwas sonst?

Die Fahrten jedenfalls werden bleiben, noch bis 2022. Da bin ich mir so ziemlich sicher ...

P.S. Das Verdienst, die allererste Vereinsfahrt unternommen zu haben, gebührt allerdings Sandra Weise, die bereits im September 2003 mit einer Gruppe Sportler (Foto) ebenfalls in der Sächsischen Schweiz unterwegs war.

Michael Günther



Mitglieder-Wunschzettel für Ziele von Vereinsfahrten. Dieses Reiseziel führt wohl nun doch etwas zu weit!

15
JAHRE

IM DSCHUNDEL IST DAS CHRISTKIND LOS...

Weihnachtsfeier des Gesundheitssportvereins Leipzig im „Gondwanaland“

10. Dezember 2011, 16:00 - 22:00 Uhr (Einlass ab 15:30 Uhr)
Zoo Leipzig, Pfaffendorfer Straße
Eingang „Gondwanaland“ (100 m rechts vom Haupteingang)

- Highlights:
- Entdeckertour durch die Tropenwelt
 - kulinarische Leckerbissen - vielfältig wie der Dschungel
 - lockige Unterhaltung mit vielen Überraschungen

Gesundheitssportverein Leipzig e.V.

25 Euro (Mitglied)
30 Euro (Begleitung)



WEIHNACHTEN MAL(T) ANDERS!

Weihnachtsfeier 2012 im „Ratskeller Leipzig“

Freitag, 07. Dezember 2012, 17:00 Uhr (Einlass ab 16:00 Uhr)
Einlass nicht über Haupteingang, sondern Martin-Luther-Ring (siehe rücksseitigen P.)

- Highlights:
- Actionpainting mit dem bekannten Handmaler und Entertainer Jo Herz
 - Leckerbissen die damals schon die Ratsherren zu schätzen wussten
 - Musik, Tanz und manche Überraschung ...

Gesundheitssportverein Leipzig e.V.

22 Euro (Mitglied)
30 Euro (Nichtmitglieder)

WEIHNACHTEN NACH NOTE

Herzlichen Willkommen zur alljährlichen weihnachtlichen Weihnachtsfeier des Gesundheitssportvereins Leipzig im bezaubernden Ambiente des geschichtsträchtigen Ratskellers Leipzig

14. Dezember 2013, Einlass ab 14:00 Uhr (Beginn: 19:00 Uhr)
Roßplatz 8, 04103 Leipzig (Am Ring)

Für das leibliche Wohl ist gesorgt – mit Süßem auf der Kaffeekanne und einem leckeren, deftigen Abendbuffet. Wer dann die angelegentlich gleich wieder bekämpfen möchte, kann am Abend fleißig mit den Schwingen. Und damit zwischenzeitlich keine Langeweile aufkommen werden von den „Hotzbläsern“ (Foto) klassische und bekannte Weihnachtslieder gespielt – Mitsingen ausdrücklich erwünscht!

Feste für



Mario Wagner 2004, Weihnachtsmann mit Kuhschelle?



Ein Klassiker: Mario, André und Kai mit Tschairowskis Schwanentanz



Im Stil der 80er: Aerobic-Hüpfkurs

Die ganz frühen Mitglieder werden sich noch an die Weihnachtsfeiern in der alten Mensa erinnern. Damals war es durchaus gängig, dass der Vorsitzende und seine Eleven das Programm selber anschoben. Mario Wagner, und dafür gibt es Fotobeispiele, auch schon mal im Weihnachtsmannkostüm, das Gesicht umrahmt von einem weißen Rauschbart. Dass die Augen so grellrot leuchten, hat wohl eher mit der ungalanten Art des Fotografierens und mangelhafter Bildbearbeitung zu tun.

Wie die Bilder auch Auskunft geben, gab es dazumal tatsächlich noch Weihnachtsgeschenke. Nur musste man die sich auf die eine oder andere sportlich-alberne Art erkämpfen. Hatte man das Spiel für sich entschieden, dann war Weihnachtsmann Mario auch nicht kleinlich und verteilte großzügig Gaben. Leider ist nicht überliefert, was die Päckchen enthielten, wer weiß!?

In der Bildfolge tauchen dann Fotos gardinentüllbekleideter Schwanenjünger auf. Im knappen Tutu tanzte die Ballettkompagnie um Mario, Kai und André das Allegro Moderato aus dem wohl berühmtesten Vogelballett der Tanztheatergeschichte. Ob es nicht wohl mal wieder ins Repertoire einer jetzigen Weihnachtsfeier gelangen könnte!? Die Ballettfreunde, und nicht nur die, würden die drei kleinen Schwäne (eigentlich sind es ja vier) überaus herzlich willkommen heißen! Wollen sehen, was sich da machen lässt, die nächste Weihnachtsfeier kommt sicher, ganz sicher!

Späterhin wurden die Dezember-Feierlichkeiten in den etwas zu groß geratenen Schüler-Speisessaal in der Prager Straße verlagert. Das Domizil im DDR-60er-Jahre-Chic war meist wenig weihnachtlich ausgestattet. Umso größer die Bemühungen

des Teams, Weihnachtsatmosphäre zu produzieren. Dies gelang gut mit den Bläsern um Konrad Reiter, den zu engagieren heutzutage großes Glück zu haben bedeutet. Der bläst inzwischen in der Berliner Oper und im Gewandhaus und ist vor und während der Feiertage – ausgebucht! Schade! Dabei hätten wir ihn ausgerechnet in diesem Jahr sehr gut gebrauchen können! Haben wir doch ... aber das wird erst einmal nicht verraten!

Das Kapitel „Anstellen zum Festschmaus mit Essensmarke Schalter A, B, oder C“ endete 2010 mit der Abrissankündigung des ungemütlichen Esssaales. Ab da begann die Zeit der vielen verschiedenen Weihnachtsfeierorte und so manchem Experiment: Commundo Tagungshotel, Ratskeller, Ring-Café, Mensa Landessportgymnasium. Dies ist auch eine Geschichte von Auf und Ab's, gelungenen und weniger erfolgreichen Weihnachtsfeierabenden und der schließlich Wiederbesinnung des GSV-Teams auf die eigenen Qualitäten. Frei nach der Devise: Weg von Böhnke, Funzel-Kabarett und Handmaler, hin zu Tanz, Sketch und gute Laune, präsentiert mit super Einfällen und Herzblut.

Die erste, sehr gelungene Kostprobe gab es 2011 im Gondwanaland. Dem Team hatte es gefallen, eine Tierparade zum Leben zu erwecken: Nilpferd, Tiger, Bär, Bienen, Schmetterlinge, Kamel und obendrein ein echtes (!) Lama namens Horst (Hört! Hört!)



Tierparade im Gondwanaland



die Sinne!

bildeten die bunte Kulisse für diesen tierisch-schönen Weihnachtsabend. Der nächtliche Spaziergang im schlafdunklen Urwald tat ein Übriges für ein phänomenales Fest, das zu toppen wohl so nicht möglich sein wird.



maland 2011

Trotzdem haben uns die Feiern 2014 und 2015 einen Gäste-Aufschwung beschert, der wohl zuallererst dem gelungenen Ambiente samt fulminantem Buffet im Saal des Landessportgymnasiums zu verdanken ist. Und: Die Programme – allesamt eigen ausgedacht, ausdauernd geprobt und lampenfiebrig

zur Aufführung gebracht – haben bleiben den Eindruck hinterlassen. Wer kann sich nicht an das Luftpumpenorchester, den Tanz der Mexikanischen Hühner oder das Männersynchronschwimmen erinnern!? Kongeniale Live-Programme, augenzwinkernd dargeboten! Was gibt es Schöneres!

Jetzt wollen wir wieder ein neues Kapitel aufmachen, den Ort des Geschehens wechseln, auch weil – und das soll und kann hier nicht verschwiegen werden – es zunehmend schwieriger und wesentlich kostenintensiver wird, eine geeignete Feiernöglichkeit zu finden. Bieten uns bisher die Caterer Saal und Essen für einen Preis, will jetzt der Saalvermieter einen Obolus für den Saal und der Caterer seinen für das Essen. Problem: Wo finde ich einen bezahlbaren Saal, der knapp 300 Leute fast und wie bezahle ich alles, ohne dass die Kartenpreise

ins Astronomische steigen. Der Hintergrund: Der Saal des Landessportgymnasiums, der großen Gefallen bei allen Beteiligten fand, kann so jetzt nicht mehr genutzt werden. Nach einer Ortsbegehung durch die Feuerwehr steht die Raumkapazität fest: Max. 225 Personen dürfen jetzt noch rein. Keine Option mehr für uns.

Freilich haben wir eine Idee, die Verhandlungen laufen und wenn es funktioniert, wird die Feier in diesem Jahr sicher ein neues tolles Erlebnis, zu dem wir alle jetzt schon einladen! Nur wird es mit Einschnitten einhergehen müssen, beim Angebot oder bei den Kartenpreisen. Wir müssen sehen!

Eine Neuauflage wird es 2016 auch geben: Zunächst für dieses Jahr beleben wir das Sommerfest, das wir 2014 zugunsten der Sommerwanderung (dieses Mal am 15. September mit einer Wanderung Angerbrücke – Bürgermeister-Müller-Haus) zunächst abgeschafft hatten. Jetzt wollen wir am 3. September zum Brunch auf dem Innenhof einladen. Am Nachmittag soll dann das traditionelle Kindersommerfest an gleicher Stelle stattfinden.

Auch die Sommerfeste waren stets gut besuchte Höhepunkte eines fröhlichen Vereinslebens mit viel herzhaftem Essen, vielen Getränken, vielen Gesprächen und ein wenig Kultur. Zur Abwechslung mieteten wir schon mal eine mobile Kegelbahn oder installierten einen Spaß-Spiele-Parcours, diverse Chöre, Tanzensembles und Tombolas inbegriffen.

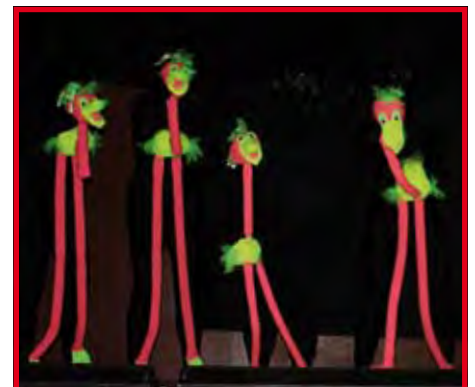
Der Plan für dieses Jahr sieht außer gutem Wetter wie immer schmackhaftes Essen, erfrischende, anregende Getränke und ein melankomisches (kein Tippfehler!) Programm der unterhaltenden Art vor.



Probefoto mit Kai und Mario: „We are the Leader of the Gang“



Das Luftpumpenorchester bläst die Ungarischen Tänze



Riesenerfolg: Die Mexikanischen Hühner



GEHIRN AKROBATIK

Ihr Gehirn beherrscht jeden Teil Ihres Körpers und alles, was er tut – angefangen beim bewussten Denken bis hin zum unbewussten Atmen. Sich um sein Gehirn zu kümmern kommt also der Fitness und der Fürsorge um das körperliche Wohlbefinden gleich.

Nehmen Sie sich daher Zeit, Ihr Gedächtnis zu trainieren (bzw. sich bei der 1. Aufgabe von Ihrem Gedächtnis und seinen erstaunlichen Fähigkeiten

überraschen zu lassen). Strengen Sie es an, um auf diese Weise fit zu bleiben. Neben solchen alltäglichen Übungen, wie dem Einprägen der Einkaufsliste, dem Merken von Telefonnummern und die Erinnerung an den vergangenen Tag, sollen Ihnen diese kleinen Aufgaben helfen, Ihr Gedächtnis auf Vordermann zu halten. Übergeordnetes Thema ist: Raus aus der Routine, seien Sie kreativ und vermitteln Sie Ihrem Gehirn neue Reize, so bleibt es fit:

Dies ist keine komplizierte Formel mit vielen Unbekannten, die Sie lösen sollen. Hier handelt es sich schlicht und ergreifend um einen Lesetext:

D45 G3HT J4 W1RKL1CH

Ehct ksras! Gmäess eneir Sutide eneir Uvinisterät, ist es nchit witihg, in wlecehr Renflogheie die Bstachuebñ in eneim Wrot snid, das ezniige was wcthiig ist, das der estre und der leztte Bstabchue an der ritihcegn Pstoin snid.

Und als absolute Steigerung dieses hier:

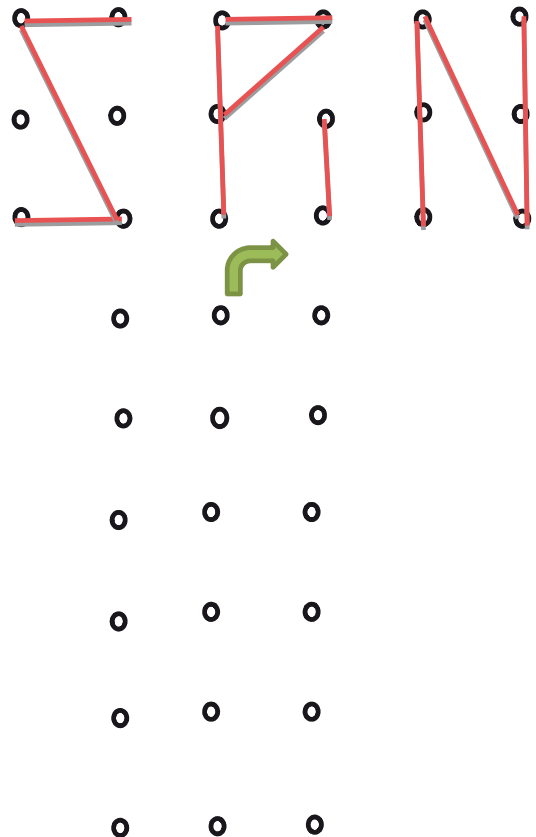
D1353 M1TT31LUNG Z31GT DIR, ZU W3LCH3N GROSS4RTIG3N L315TUNG3N UN53R G3HIRN F43HIG 15T! 4M 4NF4NG W4R 35 51CH3R NCOH 5CHW3R, D45 ZU L353N, (Achtung, jetzt mit engeren Zwischenräumen! Konzentration!) 483R MITTL3W31L3 K4NN5T DU D45 W4HR5CH31NL1CH 5CHON G4NZ GUT L353N, OHN3 D455 35 DICH W1RKL1CH 4N5TR3NGT. D45 L315T3T D31N G3HIRN MIT 531N3R 3NORM3N L3RNF43HIGKEIT. 8331NDRUCK3ND, OD3R? DU D4RF5T D45 G3RN3 KOP13R3N, W3NN DU 4UCH 4ND3R3 D4MIT 83G315T3RN WILL5T.

Zeichnen Sie ...

			2	2			2
2	2		5				
			4				
3							
	6		6			2	4
	2			6			
				10			
2							4

Zeichnen Sie in das Zahlenraster durchgehende Linien, mit denen Sie jeder Ziffer ein Anzahl an Kästchen zuweisen, die ihrem Zahlenwert entspricht. Dafür können auch Kästchen aus zwei parallel verlaufenden Zellen oder Spalten erforderlich sein.

Versuchen Sie ...



Verlag: tosa Verlag
 Titel: Fitness fürs Gehirn
 ISBN: 978-3-86313-548-5
 Umfang: 112 Seiten, Softcover mit UV-Lackierung
 Preis: EUR 4,95

Versuchen Sie die Zeichen oben im unteren Bereich auf dem Raster um 90° in Pfeilrichtung gedreht nachzuzeichnen. Dabei darf das Heft selbst nicht gedreht werden!

15
JAHRE

...natürlich gesund

STRUWELPETER APOTHEKE

Liebe Kundinnen und Kunden der Struwelpeter-Apotheke,

vielleicht haben Sie es von außen betrachtet noch nicht bemerkt, dass sich Ihre Apotheke nach unserem Umbau im neuen Gewand präsentiert. Unser Verkaufsraum bietet nun vielmehr Platz zum Verweilen und Stöbern.

In der neu gestalteten Sitzecke können Sie entspannt Platz nehmen und von unserem „Gesundheitswasser“ kosten.

Unsere Decke wurde mit echten Mooselementen gestaltet. Mit diesem Stück Natur möchten wir das Raumklima verbessern und den Geräuschpegel minimieren.

Die Pflanzenheilkunde soll in unserer Beratung einen noch größeren Stellenwert bekommen. Deshalb haben wir zwei Regale besonders hervorgehoben. Sie sind an dem Schild mit der Aufschrift Phytothek leicht zu erkennen.

Unser speziell geschultes Team möchte Sie auch weiterhin mit Fachwissen, persönlichem Engagement und Freude am Beruf zu allen Fragen rund um Ihre Gesundheit bestens beraten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Astrid Gärtner mit dem Team der Struwelpeter-Apotheke



Zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001

Apothekerin Astrid Gärtner e.Kfr.
Käthe-Kollwitz-Straße 9 · 04109 Leipzig

Öffnungszeiten: Mo. Fr. 8.00 18.30 Uhr · Sa. 9.00 13.00 Uhr
kostenfreies Servicetelefon: 0800 5640036



IKK classic: Ein Bonus für Ihren Gesundheitssport!

Die IKK classic fördert und belohnt seit vielen Jahren die gesundheitlichen Aktivitäten ihrer Versicherten. Vereinssportler profitieren besonders!

Denn nicht nur das Wahrnehmen gesetzlicher Vorsorgeuntersuchungen, der Besuch von Gesundheitskursen oder das Ablegen von Sport- und Schwimmabzeichen werden honoriert. Ob jung oder alt: Auch die Mitgliedschaft in einem Sportverein wird im Bonusprogramm der Krankenkasse als gesundheitsfördernde Aktivität anerkannt. Bei insgesamt vier bonusfähigen Maßnahmen erhalten Erwachsene im Jahr einen Bonus in Höhe von 100 Euro, Kinder und Jugendliche bei drei erbrachten Maßnahmen 60 Euro.

Außerdem hat jeder Versicherte bei der IKK classic ein eigenes Konto: Das IKK-Gesundheitskonto. Ab diesem Jahr können hiermit noch mehr individuelle gesundheitsfördernde Maßnahmen bezuschusst oder finanziert werden, da es keine finanzielle Obergrenze mehr gibt. Und so können nach individuellem Bedarf sehr viel stärker Gesundheitskurse, die IKK-Aktivtage, das IKK-Aktiv-Camp für Kinder oder medizinische Leistungen wie beispielsweise osteopathische Behandlungen, homöopathische Arzneimittel, zusätzliche Schwangerenvorsorge, Reiseimpfungen für den nächsten Familienurlaub, professionelle Zahnreinigung oder auch Fissuren- und Glättflächenversiegelung bei Kindern über das IKK-Gesundheitskonto genutzt werden.

Sport ist uns wichtig.
Unserer Krankenkasse auch?



Bewusst zu leben lohnt sich. Sichern Sie sich mit dem IKK Gesundheitskonto und IKK Bonus Ihre finanziellen Vorteile.



Weitere Informationen unter unserer kostenlosen IKK Servicehotline: 0800 455 1111. Oder auf www.ikk-classic.de



Übrigens: Ab sofort können IKK-Versicherte über den IKK-Gesundheitsclub auch zahlreiche Vergünstigungen bei den Angeboten des Gesundheitssportvereins nutzen. Fragen Sie einfach im Verein oder bei der IKK classic nach.

Mehr Informationen zu Leistungen und Service der IKK classic können unter www.ikk-classic.de nachgelesen werden.

TERMINE 2016

April	22.	Schließtag / Grundreinigung ¹
Mai	09.	Ernährungsvortrag: Antientzündliche Ernährung – Unterstützung bei Rheuma und Arthrose ¹
	22.	LVZ-Fahrradfest
	29.	7. Frauenlauf²
Juni	08.	Firmenlauf²
Juli	02.	Funkenburgfest²
	06.–11.	Sachsenbeach ²
August	20.	Wasserfest / Drachenbootrennen²
September	02.	Sommerfest Westbad¹
	03.	Sommerfest Lessingstraße / Kindersommerfest ¹
	05.	Ernährungsvortrag: Gesunder Darm – Starkes Immunsystem ¹
	05.–09.	Gesundheitswoche ¹
	17.	Sommerwanderung ¹
	24.	Funkenburgfest²
Oktober	16.	Herbstfahrt²
November		Prellballturnier ¹
Dezember	03.	Jubiläums-Weihnachtsfeier „15 Jahre GSV“ ¹

¹ GSV-Veranstaltung intern; ² mit GSV-Beteiligung; **Änderungen vorbehalten! Bitte Aushänge beachten!**

Bei
Anruf:
TOPPFEST



0341 / 49 69 05 15

Mo.–Fr. von 8–14 Uhr

**Bestellen Sie und
bekommen Sie
umgehend ins Haus:**

- unsere aktuellen Vereinsflyer
- unseren Heimübungsplan
- unseren Newsletter
(info@gesundheits-sportverein.de)

Schreiben Sie uns:



Lessingstraße 1 · 04109 Leipzig

IMPRESSUM

TOPPFEST

Herausgeber: Gesundheits-sportverein Leipzig e.V.,
Lessingstraße 1, 04109 Leipzig

Redaktion: michael.guenther@gesundheits-sportverein.de

Redaktionelle Mitarbeit: Heinz Waurick

Erscheinen: 2 x jährlich, Preis: kostenlos

Fotos: Erwin Paschke (1), Jens Müller (1), Brigitte Süptitz (1),
Robert Raithel (2), Liselotte Schindler (2), Mandy Jäh-
nert (3), Sandra Weise (3), Sven Winter (15), eigen

ONLINE GEDRUCKT VON

SAXOPRINT

idee · licht · bild · grafik

Antje Friede

0163 2425792
0342 02 35 17 75

antjefriede@t-online.de



Rabenberg
sportlich - aktiv - vielseitig



Rabenberg
sportlich - aktiv - vielseitig

Sportpark Rabenberg
Auf dem Rabenberg
08359 Breitenbrunn
Telefon: 03 77 56 - 17 10
www.sportpark-rabenberg.de



**Sportschule
Werdau**

Sportschule Werdau
An der Sportschule 1
08412 Werdau
Telefon: 03 76 1 - 18 18 - 0
www.sportschule-werdau.de



**SPORTPENSION
DRESDEN**

Sportpension Dresden
Marienallee 14b
01099 Dresden
Telefon: 03 51 - 800 99 71
www.sportpension-dresden.de



Räder für jedes Abenteuer.



 SPECIALIZED

- Wir verkaufen nur Räder, die wir auch selber fahren!
- Testräder · 0% Finanzierung
- Leasing auch für Angestellte
- 3 Durchsichten inklusive
- Anzahlungnahme



 **BIKE DEPARTMENT OST**
schöner & schneller

www.BDO-LEIPZIG.de

 **BULLITT**