



LAUF TEAM UNNA



RUHR.2010 und der Sportgedanke

Dass sich das Ruhrgebiet in diesem Jahr als Kulturhauptstadt Europas präsentiert, ist jedem geläufig. So hat denn die ein oder andere Veranstaltung auch bei uns Anklang gefunden, z.B. die Idee „SchachtZeichen“ oder der Sänger-Tag „!SING“ Anfang Juni. So manche Veranstaltung ging indessen leider auch ohne die erhoffte Resonanz über die Bühne.

Was aber wird, außer dem Rad-Event „Still-Leben Ruhrschnellweg“ (18. Juli) den Sport-Interessierten geboten? Ein Angebot für joggende Kulturliebhaber, ein so genanntes „Sightjogging“, macht in Essen von sich hören. Los geht's auf dem Zollverein-Gelände, wo am 23. Dezember 1986 die letzte Schicht eingefahren wurde. Melanie Hundacker und ihre Agentur „Simply out of Tours“ bietet jeweils zwei Interessenten für 60 € eine Stunde Sightjogging an. Sechs Personen zahlen für 90 Minuten 120 €

Entspanntes Multitasking ist angesagt: zuhören, aufpassen, schauen, auf die eigenen Füße achten. Die Führerin erzählt dabei nicht nur Auswendiggelerntes über die Industrielandschaft rund um Essen, eher gelingt ihr ein „Austausch über das Leben über und unter Tage“, wie es im zugehörigen Flyer heißt. Es ist halt eine „phantastische Gelegenheit, mit Klischees über das Ruhrgebiet aufzuräumen.“

Also eher ein Angebot für Gäste, die das Leben im Ruhrgebiet so gar nicht einschätzen können? Frau Hundacker begrüßt ihre Gäste mit den Worten: „Mutig, dass ihr euch ins Ruhrgebiet gewagt habt.“ Klingt eher nach ganz exotischen Gästen, die Sightseeing an sich langweilig empfinden und diese Gelegenheit nutzen, um beides miteinander zu verbinden: Joggen und Industriekultur.

Aber mal ernsthaft: Wer begibt sich schon bei den derzeitigen Temperaturen auf solch eine Tour? Schwimmbadaktivitäten und eine Abkühlung in den Biergärten des Ruhrgebiets beherrschen derzeit eher den Alltag.

Dennoch: diese Alternative lohnt sich. Mehr darüber übrigens unter www.sightjogging-im-Ruhrgebiet.de

F.W.



Erfolgreicher Laufanfängerkurs 2010

Nach dreijähriger Pause hatte sich der Vorstand entschlossen, wieder einen Laufanfängerkurs durchzuführen. Bei frostigen Temperaturen am 07.03.2010 trafen sich unter der Leitung von Uwe Friedemann und den Helfern Ulla Lönne-Wiemann, Michaela Stüber und Wolfgang Kunze etwa 40 Anfänger. Damit hatte keiner gerechnet, so dass die Erwartung in Punkto Teilnahme weit übertroffen wurden und der Entschluss, wieder einen Kurs zu veranstalten, richtig war. Bei toller Stimmung und reger Teilnahme vergingen die Trainingseinheiten wie im Flug und die Fortschritte konnte man nach jeder Woche erkennen. Ein Höhepunkt war sicherlich die erfolgreiche Teilnahme von 15 Frauen am Hammer Frauenlauf am 8. Mai. Schade war es, dass einige durch Verletzungen bedingt den Kurs nicht beenden konnten.





Am 16.05.2010 war es dann soweit. Bei herrlichem Sonnenschein trafen sich 35 Teilnehmer, um das Ziel des Kurses, 1 Stunde Laufen zu erreichen. Letztendlich konnte Uwe allen Teilnehmern das Laufabzeichen und die dazugehörige Urkunde überreichen. Im einzelnen erreichten 3 Teilnehmer 30 min laufen, 4 Teilnehmer liefen gar 90 Minuten und 28 Teilnehmer das eigentliche Ziel: 1 Stunde laufen. Bei Kaffee, Kuchen und Sekt wurde die erfolgreiche Abnahme im Bornekamp gefeiert.

Zu bemerken ist noch, dass sich die Teilnehmer immer noch zum Training treffen und das nächste Ziel die Teilnahme am 10km –Lauf in Lünern am 10. Oktober, schon ins Auge gefasst ist. Alles Letztes ist noch festzustellen, dass die Frauen natürlich wieder weit in der Überzahl waren.

Uwe Friedemann



**Unfallschutz à la Basler:
Ihr Gips ist mehr wert,
als Sie denken.**

Stuck gehört an die Decke, nicht an den Körper. Aber wenn es mal dazu kommt, sollten Sie sich die Einschränkung ordentlich vergolden lassen. Denn bei Gips gibt's Geld. Darüber hinaus auch weit mehr, als Sie erwarten würden.

**Hauptagentur Bodo Temme
Morgenstr. 101
59423 Unna
Tel.: 02 30 3 / 25 70 90**

Wir machen Sie sicherer.
www.basler.de





„Unnaer Laufmaschinen“ wieder auf Tour Ziel war der neunte Nordseelauf

Zum vierten Mal nahmen eine Gruppe laufender und walkender Frauen aus Unna am neunten EWE-Nordseelauf unter dem Motto: „Mach nicht halt, lauf´ gegen Gewalt“ teil. In diesem Jahr waren es gleich 13 „Laufmaschinen“, die insgesamt fünf Etappen in vier Tagen absolvierten. Der gesamte Lauf erstreckte sich über acht Tage und sieht acht Etappen vor. „Die Läufe waren wieder toll und alle ganz unterschiedlich“, freuten sich Dörte Düllberg, Ute Bergmann und Monika Wilhelm, alle vom Lauf Team Unna. „Und wieder hatten wir unter uns Frauen viel Spaß.“

Die für uns relevanten Etappen waren in Varel / Dangast, in Wangerland, auf Langeoog und Wangerooge und in Greetsiel. Insgesamt absolvierten die Frauen eine Gesamtstrecke von 40,2 Kilometern.

„Klar, dass die Knochen und Muskeln da mal aufmucken, aber die Atmosphäre ist jedes Mal so berauschend, dass man durchhält“, sagt Silke Schwerter. „Keine Frage, dass wir beim Jubiläumslauf im nächsten Jahr wieder dabei sind“, weiß Karin Standop zu berichten. „Vielleicht werden wir ja noch mehr. Angefangen haben wir zu zweit.“



Seite 4



Viele der insgesamt 926 Tourenläufer und zahlreicher Tagesläufer aus den jeweiligen Laufteams in der Region teilen die Meinung, dass diese Veranstaltung ein besonderes Flair hat.

„Die Läufe sind irgendwie beseelt. Alle Altersgruppen aller Leistungsnachweise mit unterschiedlichen Zielen aus ganz Deutschland und darüber hinaus verfolgen ein Ziel, mit aller Fairness, gegenseitigem Respekt vor der persönlichen Leistung und mit der Unterstützung und Motivation des Nachbarn“, resümiert Renate Weißenseel für sich. „Wir haben als Laufmaschen, jede für sich, persönli-

che Ziele erreicht und sind zufrieden. Als Team haben wir den Nordseelauf, auch mit unseren eigenen Shirts, ordentlich mitgestaltet. Die Laufmaschen kennt man. Das ist gut fürs Wiederkommen.“

Der EWE- Nordseelauf ist eine Kooperationsveranstaltung der Bremerhaven-Touristik und der Ev. Touristik-Kirche im Norden. Der Lauf wurde 2002 anlässlich der landesweiten „Dekade zur Überwindung von Gewalt“ initiiert.

Renate Weißenseel

Frisuren im Stil der Zeit

fragen Sie Ihren Friseur
Salon Karlsohn

Südfeld 94

59174 Kamen-Heeren

Tel. 0 23 07 / 4 01 93

Über Ihren Besuch freuen sich:

Heiner und Ulrike Karlsohn



Unsere Geburtstags-, „Kinder“

August

Annette Halfmann	2.
Dirk Fehring	3.
Ute Ernst-Zmiewski	5.
Susanne Kirchhoff	7.
Dagmar Meibeck	8.
Roland Goedecke	10.
Christoph Winter	11.
Wolfgang Bender	13.
Susanne Döneke	13.
Ingrid Flormann	13.
Gerd Kruck	14.
Ute Bader-Kruck	19.
Rainert Kluge	21.
Beate Lüschen	21.
Etienne Schaaf	23.
Kristina Redix	24.
Claudia Bönig	26.
Wolfgang Schicht	27.
Manfred Thiemann	28.

September

Volker Greis	1.
Irmgard Mross	1.
Monika Wilhelm	2.
Uli Jauer	6.

Vitor da Silva	11.
Christian Hahnen	14.
Martina Zimmer	21.
Maria Büse-Dallmann	23.
Karsten Kroner	26.
Hildegard Erbel	27.

Oktober

Cornelia Vallino	2.
Maike Wilts	2.
Annegret Wessmann	4.
Agnes Matzeit	5.
Peter Thomas	5.
Anja Rosin	6.
Ursula Waeller-Overwaul	6.
Ulrich Kaifer	11.
Lea Delbrügger	16.
Martina Kallweit	18.
Karin Potthoff	19.
Sabine Zacharias	19.
Monika Arndt	20.
Kristina Bergmann	23.
Gerhard Ziencyk	23.
Suliko Berndt	24.
Rainer Müller	28.

Impressum:	Herausgeber: Lauf Team Unna 1997 e.V.
	Redaktion: Franz-J. Wiemann (verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes)
	Layout: Heiko Henkel
	Druck: Druckerei Sauerland, 59174 Kamen, Märkische Str. 28
	Auflage 350

Interessantes und Aktuelles auch unter www.laufteamunna.de



Drei-Flüsse-Tour

Nicht vom Kajakfahren ist hier die Rede. Nein, die sieben Lauf-Team-Mitglieder, die sich auf diese fünftägige Radtour entlang der Erft (flussaufwärts), der Ahr (flussabwärts) und - in Teilen - des Rheins bis nach Köln begaben, hatten ganz Anderes im Sinn. Am 5. Juli sattelten Angelika und Uwe, Lissy und Wolfgang, Wolfgang Kunze und Ulla und Franz ihre Fahrräder, um mit der Bahn nach Köln-Brühl zu fahren. Nach einigen irrigen Kilometern durch das Vorgebirge „Die Ville“ fand man schließlich die vorgeplante Route bei Weilerswist an der Erft. Die ersten Vorzeichen der Tour, wie heftige Regenschauer und langes Suchen nach Hinweisschildern für den Erft-Radwanderweg, verhiessen zunächst nichts Gutes. Jedoch wurde es ab dem zweiten Tag besser, und die positive Grundstimmung hielt sich auch noch am letzten Tag, dem 9. Juli, trotz brütender Hitze.



Unter touristisch eingestellten Radfahrern löst die Eifen nicht eben sehr große Begeisterung aus: das galt aber nur bis man bei Blankenheim die Wasserscheide zwischen den Quellgewässern der Ahr (nach Osten fließend), Urft (Richtung Belgien fließend) und der Rur und Erft (streng nach Norden fließend) in einer Höhe von 541 überwunden hat. Ab Blankenheim rollt es fast nur noch angenehm bergab, und die schönen zwei Tage an der Ahr werden uns unvergesslich bleiben. Bauliche Sehenswürdigkeiten aus der Römerzeit bis hin zu manchem Pilger-Kapellchen am Pilgerpfad nach Santiago de Compostella säumen hier den Weg. Man radelt im Ahrtal zu großen Teilen auf der stillgelegten Eisenbahnlinie bis an den Rhein. Insul, der Ort unserer zweiten Übernachtung, wird allen wegen des

idyllisch gelegenen Hotels mit Biergarten, unmittelbar an der rauschenden Ahr gelegen, in sehr guter Erinnerung bleiben.



Ab Altenahr, Ort beliebter Kegelveinstouren, wird es plötzlich sehr touristisch. Aber das störte uns nur wenig. Entschädigung boten verschiedene Haltepunkte mit Picknick an der Ahr, unmittelbar am Fuß der Weinberge von Laach. So langsam brannte die Sonne immer unerbärmlicher und in den nächsten beiden Tagen waren wir froh, dass wir die vorgebuchten Hotels in Bad Neuenahr (7. Juli) und in Königswinter/Rhein (8. Juli) immer schon um 14 Uhr belegen konnten.

Es reichte eine kurze Erfrischung ... und dann ging es hinein ins Urlauberleben: Besichtigung der sehenswerten Innenstadt von Altenahr, die bekannte Römervilla - ausgegraben erst in den 1980-er Jahren -, ein Blick hinter die Weinverkaufsstände der ortseigenen Winzergenossenschaft, etc. Und die „Erklimmung“ des Drachenfelsens am vorletzten Tag erfolgte wegen der großen Hitze von 37° C allerdings mit der Zahnradbahn ... und nicht per (Draht-)Esel.



Schattensuchende Unnaer am Drachenfels

Dem linksrheinischen Radweg folgend ging es am letzten Tag durch Bonn, wo ein kurzer Abstecher in den Hofgarten und in die Innenstadt erfolgte. Immer auf



der Suche nach Schatten, gelangten wir am Freitag nach kurzer, aber gewöhnungsbedürftiger Abkühlung mal im Rhein (!) oder lieber im Biergarten, nach 50 Kilometern zum Kölner Hbf. ... und die letzten 6 Kilometer auf Kölner Stadtgebiet zogen sich ganz schön hin. Ein jeder hatte wegen der inzwischen sengenden Hitze um 15 Uhr nur noch eins im Sinn: schnell der Hitze entfliehen und mit dem nächst erreichbaren Zug nach Unna fahren. Dort erwartet dich eine schöne kühle Badewanne. Zum Glück fiel in dem Regio-Zug die Klimaanlage nicht aus.

Insgesamt bot die 240 km lange Tour viele unterschiedliche Highlights mit angenehmen Überraschungen. Sie forderte anfangs unseren sportlichen Ehrgeiz allerdings ganz schön heraus bei Steigungen rund um Bad Münstereifel und Blankenheim. Die Länge der Etappen - zwischen 33 und 58 Kilometern - war nie zu lang gewählt. Allein die Hitze am Ende machte das Fahrradfahren zu einem „Muss“: man war froh über der kühlenden Fahrtwind.

F. W.

Wir begrüßen unsere neuen Vereinsmitglieder

Monika Arndt	Tim Bönig
Florijan Faller	Gabriele Faller
Brigitte Flachmann	Martina Hering
Nicola Herschke	Norbert Kalkbrenner
Diana Kämper	Marie Kämper
Sebastian Kluge	Julia Kröner
Irmgard Mross	Cornelia Neumann
Angelika Nowak	Elke Peek
Tatjana Schäfer	Angela Schröder
Christoph Winter	Barbara Zahar



Wer lief Wo?

03.04. Paderborn	5 km		01.05. Kamen	5 km	
Uwe Friedemann	29:04	5.M65	Franz-J. Wiemann	24:59	3.M60
Christine Kretschmer	32:32	6.W55	Ulla Debie	30:34	2.W50
Ulla Lönne-Wiemann	32:46	2.W60	Annegret Wessmann	31:46	2.W45
			Ulla L.-Wiemann	32:04	1.W60
	10 km			10 km	
Frauen			Sebastian Kluge	44:48	4.MHK
Marit Bergmann	42:47	1.WJA	Klaus Pick	44:56	
Conny Mashiter	47:43	1.W50	Frank Hawer	45:50	
Karin Heyser	48:32		Reinhard Kluge	47:32	
Angelika Friedemann	49:26	3.W55	Peter Debie	49:11	
Elisabeth Leitner	58:45		Gerhard Zienczyk	58:32	
Martina Kluge	1:02:40		Martina Kluge	1:01:34	
Ursula Debie	1:09:40		Hubert Janowski	1:02:49	1.M75
Männer				Halbmarathon	
Arnulf Bergmann	41:36		Volker Greis	1:25:19	7.M40
Lukas Eckhoff	42:13	2.MJA	Anita Basilowski	1:57:24	1.W55
Martin Gelfuß	45:44				
Peter Debie	48:21		08.05. Hamm	Frauenlauf	
Rainer Kluge	49:39			5 km	
Robert Venker	50:47		Elisabeth Leitner	29:24	
Wolfgang Kunze	52:02	3.M70	Christine Kretschmer	31:14	
Rainer Müller	56:57		Ursula Debie	31:55	
Gerhard Zienczyk	58:15		Michaela Stüber	32:40	
Wolfgang Leitner	58:46		Gudrun Mannheim	32:47	
			Petra Kröner	33:43	
	Halbmarathon		U. Lönne-Wiemann	35:27	
Volker Greis	1:25:08			10 km	
Anja Miedtank	1:27:28	2.W35	Karin Heyser	48:20	1.W45
Vitor da Silva	1:43:12			3.ges.	
Franz-J. Wiemann	1:49:57		Anja Rosin	52:13	4.W40
			Martina Kluge	1:01:12	
11.04. Zürich / Ch	Marathon				
Anja Rosin	04:24:38				
18.04. Weeze	2 x 9 km		15.05. Welver	10 km	
Gerd Kruck	3:04:08		Roland Goedecke	45:30	1.M65
25.04. Hermannslauf	31,5 km		19.05. Dortmund	5 km	
Suliko Berndt	2:55:42		Michelle Schröder	27:40	1.WSA
Karin Heyser	3:18:01			10 km	
Dieter Ziems	3:22:52		Matthias Dempe	39:40	3.M40



24.05. Kirchlinde 10 km
Roland Goedecke 47:11 3.M65
Vitor da Silva 47:11
Anja Rosin 53:45 4.W40
Hubert Janowski 1:08:24 6.M70

30.05. Duisburg HM/Westdt.M.
Frauen
Anja Miedtank 1:26:13 2.W35
6.ges.
Conny Mashiter 1:39:17 4.W50
Marit Bergmann 1:40:35 2.WJA
Angelika Friedemann 1:46:01 8.W55
Anita Basilowski 1:51:48 9.W55

Männer
Uli Jauer 1:31:26
Klaus Pick 1:38:21
Arnulf Bergmann 1:40:34
Franz-J. Wiemann 1:47:29
Ubbo Lüschen 1:52:11

03.06. Olfen 10 km
Roland Goedecke 46:16 1.M65
Anja Rosin 52:00 4.W40

04.06. Oelde 10 km
Arnulf Bergmann 42:30

06.06. Menden Marathon
Anja Miedtank 3:15:06 1.W35
2.ges.

12.06. Werne 10 km
Roland Goedecke 45:53 1.M65
Anja Rosin 52:35 3.W40

19.06. Unna 10 km
Anja Miedtank 39:57 1.W35
1.ges.
Matthias Dempe 40:03 1.M40
Sebastian Kluge 42:08 2.MHK

Florijan Faller 1:04:57
Markus Fröhleke 1:04:57

**4 x 5 km Staffel
Männer**

R. Müller, G. Zienczyk, 1:45:55 5.Platz
Ch. Kilian, M. Gehlfuß

Frauen

K. Heyser, A. Rosin, 1:51:01 4.Pl.
K. Potthoff, Ch. Kretschmer
D. Kämper, M. Kämper, 2:10:41 6.Pl.
L. Leitner, B. Zahar

mixed

D. Junk, A. Böse, 1:52:01 17.Pl.
Ch. Winter, M. Hering
M. Stüber, M. Arndt, 2:12:23 20.Pl.
E. Peek, J. Fröhlich

27.06. Willingen Halbmarathon
Harry Schultz 1:55:54

10 km
Lukas Eckhoff 47:05 2.MJA
Marit Bergmann 47:10 1.WJA
3.ges.
Arnulf Bergmann 47:24 5.M45

02.07. Fröndenberg 5 km
Lukas Eckhoff 19:53 1.MJA
Arnulf Bergmann 21:25 3.M45
Annegret Wessmann 33:58 3.W45

10 km
Marit Bergmann 44:13 1.WJA
2.ges.
Gisela Schoebe 1:07:51 2.W65

09.07. Sorpensee 15 km
Vitor da Silva 1:15:05
Christian Hahnen 1:28:58



Das neue Laufhemd

Wie auf der Jahreshauptversammlung Anfang März beschlossen, wollten wir, ganz der im Sommer 2009 ausgesprochenen Ermunterung des Landessportbundes folgend, auch in Unna ein Zeichen setzen für Integration und Toleranz im Sport. Die drei Vereinsmitglieder Gudrun Mannheim, Ulla Debie und Ulla Lönne-Wiemann machten sich an die Arbeit und entwarfen, hauptsächlich unter Gundruns Anleitung, ein themenbezogenes neues T-Shirt. (s. Bild). Manfred Thiemann und seine Firma FOKUS Energiesysteme sponsorten die Idee, und so kam ein recht bescheidener Einzelpreis von 5 € für jeden Erwerber des T-Shirts zustande. Der Verein steuert ebenfalls noch 5 € bei. Eine erste Auflage von 50 Hemden ist zur Zeit in der Verteilung.



Fast parallel dazu nahm im März/April der Vorstand die Ausschreibung eines vom LandesSportBund NRW initiierten Wettbewerbs zur Förderung des Integrationsgedankens wahr. Aus Landesmitteln des Innenministeriums wird das Projekt „1000 x 1000“ gefördert. Und zu unserer großen Überraschung

wurde unsere Idee als eine von 33 weiteren Ideen unter den im KreisSportBund Unna erfassten Vereinen akzeptiert. Am 10. August 2010 winkt nun die Übergabe eines Schecks, welcher in einer kleinen Zeremonie von Herrn Makiolla, Landrat des Kreises Unna, und Klaus Stindt, 1. Vorsitzender des KreisSportBundes Unna e.V., überreicht wird. Dazu kann man nur sagen: „Herzlichen Glückwunsch“.

Nachbestellungen für das neue Laufhemd sind ab sofort über Ulla Debie möglich: bitte meldet Euch bei ihr entweder telefonisch (02303 – 86541) oder schickt eine e-mail unter ulla_debie@hotmail.de

Der Vorstand



Gelungener Sparkassen-City-Lauf

Dank unseres Helfereinsatzes am 19. Juni - teilweise mit mehr als 40 Helferinnen und Helfern allein vom Lauf Team Unna – ging die dritte Veranstaltung mit ihren 4 Wettkämpfen reibungslos über die Bühne. Entscheidende Bereiche wie Voranmeldung und Nachmeldung, Zielaufbau, Stellung von begleitenden Radfahrern, Service an der Wasserstelle, Streckensprecher und die Durchführung der Siegerehrung(en) gingen durch unsere Hände. Zudem waren noch 27 Läufer und Läuferinnen an den diversen Wettkämpfen, hauptsächlich in den Staffeln, beteiligt. Allen sei hier an dieser Stelle nochmals ein herzliches Dankeschön ausgesprochen. Eine Belohnung, sprich Helferfête, ist schon bald in Aussicht gestellt: z.Zt. wird der

11. September 2010

als möglicher Termin für alle beteiligten Helfer auch von den Laufsportfreunden, von Rot-Weiß Unna und vom TV Unna anvisiert. Die Vorbereitungen laufen, Einzelheiten müssen allerdings noch geklärt werden. Also diesen Termin sollten sich die beteiligten Helfer/Innen schon mal vormerken.

Der Vorstand

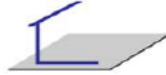




- 07. August** **26. MCM 20-km-Waldlauf**
Strecke: 20 km (Start: 14:30 Uhr)
- 28. August** **2. Nordkirchener Halbmarathon**
Vor Anmeldungen und Info unter
www.fc-nordkirchen.de/leichtathletik
- 05. September** **26. Bergkamener Volkslauf**
5 km (Start: 09:30 Uhr) - 10 km (Start: 10:15 Uhr)
Lauf der Hellweg Serie (abgestempelte Quittung
besorgen)
- 11. September** **„Rund um den Zechenturm“ in Bönen**
Jubiläumslauf
10 km (Start: 14 Uhr) - Bildung von Staffeln (2 – 4
Personen) möglich
- 11. September** **Helferfete:**
Helfer und Helferinnen beim 3. Sparkassen-City-
Lauf sollten sich diesen Abend freihalten
- 12. September** **26. Dortmunder Citylauf**
5 km (13:45 Uhr) - 10 km (B-Lauf Män-
ner/Frauen über 50 min. /Start: 15 Uhr) 10 km (A-
Lauf Männer/Frauen unter 50 min. Start: 16.30)
- 26. September** **„Sterntaler-Lauf“ in Herdecke/Ruhr**
Hinweis: Der Vorstand ruft seine Mitglieder auf,
sich erneut an diesem Spendenlauf zu beteiligen
(www.sterntaler-lauf.de)
9 km / Start: 11.35 Uhr (Startgebühr: 5,00 €)
Zentrale Anmeldung bei: Angelika Friedemann
- 03. Oktober** **Vereinsausflug ins „Blaue“**
bitte schon jetzt bei der individuellen Jahrespla-
nung berücksichtigen.
- 10. Oktober** **13. Intern. Hellweglauf in Unna-Lünern**
zentrale Anmeldung bei Angelika /Uwe Friedemann
- 24. Oktober** **7. Magdeburg-Marathon**



- 13. November** **„Barbara-Runde“ in Bergkamen**
10 km (Start: 14 Uhr) - Lauf der Hellwegserie mit zentraler Anmeldung
- 28. November** **Weihnachtsfeier (1. Adventssonntag)**
Ort: Kastanienhof, Beginn: 15.30 Uhr



**I m m o b i l i e n
A n a l y s e & B e w e r t u n g**

Sie wollen eine Immobilie **verkaufen, kaufen** oder für **Erbschaftsangelegenheiten** bewerten lassen? Ich ermittle den aktuellen Marktwert Ihrer **eigen-genutzten** Immobilie

**Festpreis
495 € zzgl. MwSt.**

unabhängig, objektiv und kompetent

Profitieren Sie von meiner Qualifikation und langjährigen Erfahrung.

Ulrich Wimper
Diplom Sachverständiger (DIA)
für die Bewertung von bebauten und unbebauten Grundstücken, für Mieten und Pachten
Immobilienbewerter (IfS)
Wohnungsfachwirt(IHK)

- **Verkehrswertgutachten**
- **Marktwerteinschätzungen**
- **Gutachterliche Stellungnahmen**
- **Beratung**
- **Vermittlung**

Tel. 02373 - 94 81 45
Fax 02373 - 17 84 08
www.ulrich-wimper.de
mail@ulrich-wimper.de



FOKUS

Innovative Energie-Systeme

Solar und mehr ...

Gut, wenn man
jetzt einen Partner hat,
der schon lange im Geschäft ist



Photovoltaik – Solaranlagen – Heizungssysteme

Gerne beraten wir Sie unverbindlich in allen Fragen
moderner effizienter Heizsysteme und Solartechnik

FOKUS Energie-Systeme – Rensingstraße 11 – 44807 Bochum

TEL 0234 / 540 92 10 – www.fokus-energie-systeme.de

Manfred Thiemann – Am Rodbusch 11 – 58730 Ostbüren