

TVA

1890



TV 1890 Mengede e.V.

TVM Inform

KURSPROGRAMM

TRAININGSZEITEN

01.1. - 31.3.2025



Schweigen schützt die Falschen

Gemeinsam gegen sexualisierte Gewalt

**QUALITÄTSBÜNDNIS
SPORT NRW**

**SPORT PRO
GESUNDHEIT**

Zertifiziertes Angebot



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Alte Apotheke



Inh. Apotheker Wilhelm Tackenberg e.K.
Apotheker für Offizinpharmazie/Ernährungsberatung

Am Amtshaus 19 Fon 0231-333576
44359 Dortmund Fax 0231-353297

www.alte-apotheke-mengede.de
info@alte-apotheke-tackenberg.de

LiNda.
Apotheken

Official Partner



Anschrift:

Geschäftsstelle TV 1890 Mengede e.V.,
Strünkedestraße 26
44359 Dortmund, Tel.: 0231 / 33 83 06
Fax: 0231 / 35 79 230

E-Mail: geschaeftsstelle@tv-
mengede.de

www.tv-mengede.de

Geschäftszeiten: dienstags und don-
nerstags 9-11 und 17-19 Uhr

Rehabilitationssport:

Simone Nemarnik
simone.nemarnik@tv-mengede.de
Geschäftsstelle, Tel. 0231 - 33 83 06

Vorstand:

1. Vorsitzender: Markus Rüdiger
 2. Vorsitzender: Alfons Kremerskothen
- Sportwart: Dominik Zebala
Finanzwart: Dirk Riechert
Stellv. Finanzwart:
Süleyman Gökürmus
1. Jugendwartin: Kim-Sarah Edelhoff
 2. Jugendwartin: Stella Schwarz

Ansprechpartner:**Aerobic:**

Angelika Rüter, Tel. 0231 - 35 41 21

Aerobic/Nordic-Walking:

Astrid Zielke: Tel. 0231 - 31 13 14

Badminton:

Geschäftsstelle, Tel. 0231 - 33 83 06

Basketball:

Michael Jägermann,
Tel. 0231 - 33 71 64

Hapkido:

Daniela Greb, Tel. 0231 - 61 77 41

Handball:

Alfons Kremerskothen,
Tel. 0231 - 33 53 56

Kung-Fu:

Dominik Edelhoff,
Tel. 0157 - 76 00 50 31

Leichtathletik:

Marion Schaper, Tel. 0231 - 33 21 95

Streethockey:

Benjamin Buder, Tel. 02304 - 75 13 558

Taek-Won-Do:

Süleyman Gökürmus,
Tel. 0231 - 39 68 770

Tischtennis:

Geschäftsstelle, Tel. 0231 - 33 83 06

Volleyball:

Eduard Beck, Tel. 0176 - 23 75 26 55

Übungsleiterinnen Abteilung Turnen:

Bewegungszwerge: Marion Schaper, Tel.
0231 - 33 21 95

Sport mit Älteren: Doris Hemprich,
Tel. 0231 - 33 65 41

Kinderschutz im TV 1890 Mengede e.V.

Marion und Nick 0231 - 35 79 231

Seniorenbeirat

Jutta Sperrmann
Tel. 0231 - 35 17 74

Brunch der Gesundheitsabteilung

„Schön, Euch alle wieder zu treffen, Gut seht Ihr aus“.

Am **08.03.25** findet im Kath. Gemeindehaus St. Remigius der allseits beliebte Brunch der Gesundheitsabteilung statt.

Alle Teilnehmer aus den Orthopädischen Gruppen, Lungensport, Beckenbodengymnastik, Gerätetraining und Fitnesskurse sowie die Herzsportgruppen sind herzlich eingeladen.

Finden wir Zeit zum Beisammensein, Lachen und „Quatschen“. Dazu ein reichhaltiges „Brunch-Bufferet“.

„Prost und Guten Appetit! Wir freuen uns auf Dich.“

Zeit: 08. März 2025

Ort: Kath. Gemeindehaus St. Remigius

Kosten: € 7,00 Vereinsmitglieder/Kursteilnehmer
€ 14,00 Nichtmitglieder



Montag (Vereinszentrum Strünkedestr. 26)

Raum 1 Gymnastik

Reha-Wirbelsäule

8.30 - 9.15 Uhr

Reha-Wirbelsäule

9.30 - 10.15 Uhr

Reha-Arthrose

10.30 - 11.15 Uhr

Reha-Osteoporose „Hockergymnastik“

11.30 - 12.15 Uhr

Reha-Wirbelsäule

12.30 - 13.15 Uhr

Reha-Wirbelsäule „Hockergymnastik“

13.30 - 14.15 Uhr

Reha-Wirbelsäule „Hockergymnastik“

14.30 - 15.15 Uhr

Reha-Wirbelsäule „Hockergymnastik“

15.30 - 16.15 Uhr

Reha-Wirbelsäule

16.30 - 17.15 Uhr

Präventionskurs

Gesundheitstraining - mit Vielseitigkeit zu mehr Kraft und Beweglichkeit

20.01. 2025 - 14.04. 2025 (12 x)

17.25 - 18.25 Uhr

Präventionskurs

Gesundheitstraining - mit Vielseitigkeit zu mehr Kraft und Beweglichkeit

20.01. 2025 - 14.04. 2025 (12 x)

18.40 - 19.40 Uhr

Präventionskurs „Hatha-Yoga“

02.12. 2024 - 24.02. 2025 (12 x)

19.50 - 21.20 Uhr

Raum 2 Gerätetraining

Fit und Gesund mit Gerätetraining

8.30 - 9.30 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

9.45 - 10.45 Uhr

Allgemeines Training zur Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur

11.00 - 12.15 Uhr

Gerätetraining für Anfänger

17.00 - 18.15 Uhr

Training zur Fettreduktion bzw. Fettabbau

18.30 - 19.45 Uhr



Dienstag (Vereinszentrum Strünkedestr. 26)

Raum 1 Gymnastik

Präventionskurs

„Fit und Gesund“

03.12. 2024 - 04.03. 2025 (12 x)

9.00 - 10.00 Uhr

Präventionskurs

„Fit und Gesund“

03.12. 2024 - 04.03. 2025 (12 x)

10.15 - 11.15 Uhr

Reha-Beckenboden

11.30 - 12.15 Uhr

Reha-Lungensport

12.30 - 13.15 Uhr

Reha-Osteoporose

„Hockergymnastik“

16.00 - 16.45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

17.00 - 17. 45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

18.00 - 18. 45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

19.00 - 19. 45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

20.00 - 20.45 Uhr

Raum 2 Gerätetraining

Fit und Gesund mit Gerätetraining

8.30 -9.30 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

9.30 - 10.30 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

10.30 - 11.30 Uhr

Sportspezifisches Training

(Ballsportarten)

17.00 - 18.15 Uhr

Allgemeines Training

zur Kräftigung der gesamten

Körpermuskulatur

18.15 - 19.30 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

19.30 - 20.30 Uhr

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Dienstag 09.00 – 11.00 Uhr

17.00 – 19.00 Uhr

Donnerstag 09:00 - 11.00 Uhr

17.00 – 19.00 Uhr

Mittwoch (Vereinszentrum Strünkedestr. 26)

Raum 1 Gymnastik

Reha-Wirbelsäule

8.30 - 9.15 Uhr

Reha-Wirbelsäule

9.20 - 10.05 Uhr

Reha-Osteoporose Knie- und Hüftgelenkgymnastik

10.10 - 10.55 Uhr

Reha-Wirbelsäule

11.00 - 11.45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

15.45 - 16.30 Uhr

Reha-Wirbelsäule

17.40 - 18.25 Uhr

Reha-Wirbelsäule

18.40 - 19.25 Uhr

Raum 2 Gerätetraining

Gerätetraining für Anfänger

9.00 - 10.15 Uhr

Allgemeines Training zur Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur

10.30 - 11.45 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

12.00 - 13.00 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

16.30 - 17.30 Uhr

Gerätetraining für Anfänger

17.45 - 19.00 Uhr

Präventionskurs TK - Rücken plus - mit integriertem Gerätetraining

08.01. - 05.03. 2025 (9 x)

19.40 - 20.40 Uhr

Auch für Versicherte anderer
Krankenkassen zugänglich.

Der Einstieg in bereits laufende Kurse ist jederzeit möglich!

Rehabilitationssport ist ein durchlaufendes Angebot!



**Von A wie Anlasser bis Z wie Zündung.
Immer zuverlässig und kompetent:**

- › Meisterwerkstatt
- › Reparatur & Wartung
- › Inspektion
- › TÜV & AU
- › Fehlerspeicheranalyse
- › KFZ-Zubehör
- › Reifen & Felgen
- › Original-Ersatzteile



MO. – FR.: 8:30 – 17:30 UHR | SA.: 8:00 – 13:00 UHR

KAMMERSTÜCK 3 | 44357 DORTMUND | 0231 357092
INFO@ATD-DORTMUND.DE | WWW.ATD-DORTMUND.COM

DER ATD ONLINE-SHOP
24 STUNDEN
GEÖFFNET
WWW.ATD-DORTMUND-SHOP.DE

Donnerstag (Vereinszentrum Strünkedestr. 26)

Raum 1 Gymnastik

Pilates

02.01. - 27.03. 2025 (13 x)

8.30 - 9.30 Uhr

Reha-Wirbelsäule

9.35 - 10.20 Uhr

Reha-Wirbelsäule

„Hockergymnastik intensiv“

10.30 - 11.15 Uhr

Reha-Wirbelsäule

11.20 - 12.05 Uhr

Reha-Lungensport

12.15 - 13.00 Uhr

Reha-Lungensport

13.15 - 14.00 Uhr

Reha-Hüft- und Kniegelenk- gymnastik

15.00 - 15.45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

16.00 - 16.45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

17.00 - 17.45 Uhr

Präventionskurs

„Fit und Gesund“

02.01. - 20.03. 2025 (12 x)

17.55 - 18.55 Uhr

Reha-Wirbelsäule

19.05 - 19.50 Uhr

Raum 2 Gerätetraining

Fit und Gesund mit Gerätetraining

11.00 - 12.00 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

12.00 - 13.00 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

14.00 - 15.00 Uhr

Allgemeines Training

zur Kräftigung der gesamten

Körpermuskulatur

17.00 - 18.45 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

19.00 - 20.00 Uhr



Freitag (Vereinszentrum Strünkedestr. 26)

Raum 1 Gymnastik

Reha-Wirbelsäule

9.00 - 9.45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

10.00 - 10.45 Uhr

Reha-Osteoporose „Hockergymnastik“

11.00 - 11.45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

12.00 - 12.45 Uhr

Reha - Hüft- und Kniegelenkgymnastik

15.00 - 15.45 Uhr

Reha-Wirbelsäule

16.00 - 16.45 Uhr

BOP

Bauch-Oberschenkel-Po Fitnessgymnastik

03.01. - 28.03. 2025 (13 x)

18.00 - 19.00 Uhr

Raum 2 Gerätetraining

Freies Training für alle Teilnehmer

Gerätetraining

9.45 - 12.00 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

12.00 - 13.00 Uhr

Fit und Gesund mit Gerätetraining

15.30 - 16.30 Uhr

Freies Training für alle Teilnehmer

Gerätetraining

16.45 - 20.00 Uhr



Hinweise:

- Über die **Internetseite** des TV Mengede ist das aktuelle Kursprogramm abrufbar (www.tv-mengede.de)
- Der TV Mengede ist auch über **Instagram** zu erreichen

Samstag (Vereinszentrum Strükedestr. 26)

Raum 1 Gymnastik

Reha-Wirbelsäule
10.00 - 10.45 Uhr

Reha-Wirbelsäule
10.50 - 11.35 Uhr

Reha-Wirbelsäule
11.40 - 12.25 Uhr

Zumba-Fitness

11.01. - 29.03. 2025 (12 x)
12.30 - 13.30 Uhr



Raum 2 Gerätetraining

Fit und Gesund mit Gerätetraining
9.00 - 10.00 Uhr

Reha-Koronarsport

Veranstaltungsort:
Jeanette-Wolff-Schule
Am Markt 6-8
44359 Dortmund

Reha-Koronarsport Sport für Herzranke

9.00 - 10.00 Uhr
Trainingsgruppe

Reha-Koronarsport Sport für Herzranke

10.00 - 11.00 Uhr
Übungsgruppe

Sonntag (Vereinszentrum Strükedestr. 26)

Raum 1 Gymnastik

Raum 2 Gerätetraining

**Gerätetraining „Allround“
Kraft- und Ausdauertraining an
Geräten - körperstabilisierendes
„Core - Training“ für alle
Kursteilnehmer
Gerätetraining
10.00 - 13.30 Uhr**

Bitte vormerken:

08.03.2025 Brunch der Gesundheitsabteilung

Gebühren

Raum 1 - Gymnastik

Präventionskurse

Es werden nur Kurse erteilt (Prävention Haltung und Bewegung) welche auf Grund der ausgewählten Kursinhalte und der Qualifikation der Kursleiter/innen von der Krankenkasse finanziell (bis 80 %) gefördert werden. Informationen zur Kostenübernahme bei der zuständigen Krankenkasse.

Gesundheitstraining - mit Vielseitigkeit zu mehr Kraft

und Beweglichkeit

12 x 60 Minuten

Mitglieder 66,00 €

Nicht-Mitglieder 72,00 €

Fit und Gesund

12 x 60 Minuten

Mitglieder 66,00 €

Nicht-Mitglieder 72,00 €

Hatha-Yoga

12 x 90 Minuten

Gebühr 132,00 €

Präventionskurs nach Konzept der Techniker Krankenkasse

Rücken plus – mit integriertem Gerätetraining 9 x 60 Minuten

Gebühr (Vorkasse erforderlich) 90,00 €

Rehabilitationssport

wird auf Verordnung eines Arztes erteilt. Die Kostenübernahme durch die Krankenkasse erfolgt nur mit vorheriger Genehmigung der zuständigen Krankenkasse.

Für die Zeit der Verordnung

Monatsbeitrag

Rehabilitationssport (freiwillige Mitgliedschaft) 11,00 €

Private Kostenübernahme/ohne Genehmigung der Krankenkasse

Für Reha-Beckenboden, Osteoporose, Wirbelsäule, Lungensport

Mitgliedsbeitrag (1 x wöchentl. 45 Min.) 23,00 €

Mitgliedsbeitrag (2 x wöchentl. 45 Min.) 36,50 €

Für Reha-Herzsport

Mitgliedsbeitrag (1 x wöchentl. 60 Min.) 34,00 €

Rehasport (Beckenboden-, Osteoporose-, Wirbelsäule, Lungensport)

ohne Verordnung 1x wöchentlich

+ Fit und Gesund 1x wöchentlich 38,50 €

Rehasport (Beckenboden-, Osteoporose-, Wirbelsäule, Lungensport)

ohne Verordnung 1x wöchentlich

+ Fit und Gesund 2x wöchentlich 51,50 €

Raum 2 - Gerätetraining

Fit und Gesund mit Gerätetraining

Mitgliedsbeitrag (1 x wöchentl. 60 Min.) **23,00 €**

Mitgliedsbeitrag (2 x wöchentl. 60 Min.) **40,50 €**

Allgemeines Gerätetraining pro Kurs/Quartal

Für aktive Vereinsmitglieder des TV Mengede **36,00 €**

Für Nicht-Mitglieder/passive Vereinsmitglieder **74,50 €**

Für alle Kurse (Präventionskurse ausgenommen) gilt:

2 Kurse pro Woche im Quartal **10 % Ermäßigung**
auf den teureren Kurs

- * Das Gerätetraining ist in Kurseinheiten aufgeteilt.
- * Sie trainieren unter Anleitung eines qualifizierten Kursleiters.
- * Die Kurse sind für Fortgeschrittene und Einsteiger geeignet.
- * Das Gerätetraining findet in kleinen Gruppen statt, max. bis 9 Personen.
- * Keine Jahresbeiträge.
- * Das Gerätetraining ist für Jugendliche ab 16 Jahren möglich.
- * Fitness-Check: 2 Termine **35,00 €**



Hördemannshof 1, Eingang Dörwerstraße; 44359 Dortmund; Telefon 02 31 / 35 38 21

Öffnungszeiten: Di.-Fr. 8.00 - 17.30; Sa. 7.30 - 13.00 Uhr

www.antjesfunforhair.de; antjesfunforhair@gmx.de

Raum 1 - Gymnastik

Fitnesskurse

Zumba-Fitness, Pilates

	12 x 60 Min.	13 x 60 Min.
Mitglieder	66,00 €	71,50 €
Nicht-Mitglieder	72,00 €	78,00 €

BOP

	13 x 60 Min.
Mitglieder	65,00 €
Nicht-Mitglieder	71,50 €

Alle Mitglieder können die Hallensportangebote nutzen.

Einzelstunden für unsere Kursangebote

Einzelstunden müssen vor Kursbeginn gebucht werden!

BOP Bauch-Oberschenkel-Po Fitnessgymnastik

Einzelstunde für Vereinsmitglieder	€ 6,00
Einzelstunde für Nichtvereinsmitglieder	€ 7,00

Zumba-Fitness/Pilates/Präventionskurse „Fit und Gesund“

Einzelstunde für Vereinsmitglieder	€ 7,00
Einzelstunde für Nichtvereinsmitglieder	€ 8,00

Präventionskurs „Hatha-Yoga“ (montags)

Einzelstunde für Vereinsmitglieder	€ 13,00
Einzelstunde für Nichtvereinsmitglieder	€ 15,00

Ein Urgestein und Ehrenmitglied unseres Vereins wurde 80!

Der 80. Geburtstag eines Menschen ist die geeignete Gelegenheit, den bisherigen Lebenslauf zu bedenken. Im vorliegenden Fall – dem 80. Geburtstag von Cawi Schmälter – ist das ein aufwendiges Unterfangen; denn immerhin ist Cawi seit 1961, also über 63 Jahre Mitglied der Handballabteilung.

Cawi hat bis heute die Handballabteilung mitgeprägt. Er war, so sagen es seine damaligen Wegbegleiter der 1. Stunde, immer ein Freund des Ballspiels, insbesondere Fußball. Da der TV aber keine Fußballabteilung hat, entschloss er sich der Handballabteilung anzuschließen.



Welch ein Glück!

Cawi wurde ein unverzichtbarer Spieler der 1. Mannschaft und konnte hier seine außergewöhnliche Beweglichkeit einsetzen. Sein heutiger Übungsleiter der Seniorengruppe (ab 50 Jahre) stellt immer wieder fest, dass er den Jüngsten dieser Gruppe mit seiner Beweglichkeit – insbesondere im Ballspiel – überlegen ist.

Nach seiner aktiven Zeit als Spieler übernahm er die Betreuung und das Training von Jugendmannschaften unterschiedlicher Altersgruppen. Damit hatte er einen sichtbaren Anteil am damaligen Höhenflug der Mengeder Handballer.

Sein Einsatz im Verein, nicht nur in der Handballabteilung, ist bis heute nicht hoch genug zu bewerten. Seine Charaktereigenschaften sind u.a. geprägt von Zuverlässigkeit und Hilfsbereitschaft. Er versteht es wie kein anderer, insbesondere im Rahmen als Pressewart, unseren Verein in der Öffentlichkeit positiv darzustellen. Er war und ist immer jemand, der sich mit seiner Kritik nicht zurückhält, um damit die wichtigen Dinge im Verein positiv zu beeinflussen. Die Pressearbeit hat er jetzt in jüngere Hände gelegt ist aber immer da, wenn sein Rat erforderlich ist. Wir können zudem immer auf sein „Archiv“ zugreifen.

Zum Schluss bleibt uns nur „**Danke Cawi**“ zu sagen.

Alfons Kremerskothen

Treffen der Übungsleiter Rehasport

Im November fand unser jährliches Treffen aller Übungsleiter der Rehasport Abteilung statt.

Wir haben viele Ideen für unsere Stunden ausgetauscht. Lasst Euch überraschen...



DAS ECHTE S

Natürlich von der Sparkasse Dortmund

Vor Ort shoppen und sparen mit S-Cashback Regional!

S
Sparkasse Dortmund

Seniorinnen und Senioren des TV 1890 Mengede feiern Advent

Wie in jedem Jahr waren die Seniorinnen und Senioren des TV Mengede am ersten Adventssonntag zu ihrer traditionellen Adventsfeier im Gemeindehaus der katholischen Kirche zusammengekommen.

Jutta Sperrmann, die Sprecherin des Seniorenbeirats (eigentlich müsste es ja gendgerecht Seniorinnen- und Seniorenbeirat heißen) begrüßte in ihrer Will-

kommensansprache die eingeladenen Gäste und umriss den geplanten Ablauf der Feier. Sie ermunterte alle, bei Kaffee und Kuchen das gemütliche Beieinandersein zur Pflege der Freundschaften und zum gegenseitigen Gedankenaustausch zu nutzen.

Markus Rüdiger, der sich in diesem Jahr als Nachfolger von Wilhelm Tackenberg als 1. Vorsitzender des TV Mengede erstmalig in dieser Runde vorstellte, gab danach einen Abriss über die zukünftigen Ziele des Vereins. Er betonte insbesondere die Wichtigkeit der ehrenamtlichen Tätigkeit im TV Mengede. Beispielhaft lobte er das Engagement von Jutta Sperrmann, die für die Vorbereitung und den Ablauf dieser Adventfeier oder auch den traditionellen Busausflug im Sommer in die Vulkaneifel verantwortlich war.

Mit dem Kuchen vom „Heidebecker“ Rupprecht und dem Kaffee vom Team der katholischen Kirche kamen dann auch alle Feinschmecker auf ihre Kosten. Für die musikalische Untermalung sorgte wie bereits im Vorjahr Karin Menken mit dem Akkorde-



on, die im weiteren Verlauf wie auch Bärbel Riedemann mit lustigen Geschichten für Abwechslung sorgte.

Klar, dass an allen Tischen die Gespräche nicht verstummten, die aber immer dann unterbrochen wurden, wenn die Musikerin ansagte, bei einem Weihnachtslied mitzusingen oder den Vorträgen einiger Mutiger aus dem Kreise der Gäste zuzuhören.

Das Resümee: Wie jedes Jahr eine stimmungsvolle und gut besuchte Adventsfeier, die auch im nächsten Jahr im Programmheft des TV Mengede nicht fehlen wird.

Cawi Schmälter



Weihnachtsfeier der Vereinsjugend



Am Sonntag, dem 1. Advent, fand in der Sporthalle der Regenbogen Grundschule unsere Weihnachtsfeier für unsere Kleinsten statt. Organisiert wurde die Veranstaltung wie jedes Jahr von Stella und Kim, die sich auch dieses Jahr wieder einige Attraktionen für die Kinder ausgedacht hatten. Um 10 Uhr ging es los und wir durften 40 Kinder

zum gemeinsamen Einläuten der Adventszeit begrüßen.

Es gab neben einer Bastelecke, einem Tattoo Studio und viel freier Fläche zum Toben auch noch einen aufregenden Parcours, auf dem jedes Kind sowohl seinen oder ihren Mut, als auch das Geschick auf die Probe stellen konnte.

Nachdem sich alle Kinder ausgetobt hatten, folgte ein weiteres Highlight.

Denn abschließend wurden noch gemeinsam zu musikalischer Begleitung Weihnachtslieder gesungen.



Bevor es nach Hause ging, durfte jeder unserer kleinen Gäste noch

ein kleines Überraschungspaket aussuchen, sodass alle die Adventszeit zufrieden und gut versorgt beginnen konnten.

Wir freuen uns jetzt schon auf das nächste Jahr und bedanken uns herzlich bei allen freiwilligen Helfern!



Luca Rüdiger



Neues Angebot: Fitness-Check - Gerätetraining

Ab 2025 bieten wir Euch einen Fitness Check an.

Bei diesem Test wird ein **qualifizierter Trainer** u. a. Blutdruck, Puls, Gewicht, Körperfett-Anteil, Muskelmasse, Knochenmasse, BMI, etc. ermitteln.

Anhand dieser Werte wird Dein Trainingsplan angepasst, so dass die persönlichen Trainingsziele optimal erreicht werden können.

Der Test wird einmal durchgeführt und nach ein paar Wochen Training erneut durchgeführt. So ist messbar, ob die **Trainingsziele erreicht** werden.

Kosten für 2 Termine: 35 €

Anmeldung im Vereinsbüro

Hotel Handelshof

Hotel - Restaurant - Kegelbahn

Öffnungszeiten:

Mo-Sa ab 16:30 Uhr, So und Feiertags ab 11:30 Uhr

Durchgehend warme Küche

Mengeder Str. 664-666

44359 Dortmund

Tel. 02 31 - 33 66 0

Fax. 02 31 - 33 66 280

info@hotel-handelshof.de

<http://www.hotel-handelshof.de/>

Inh. Andrea Valente

Handballdamen gehen als Tabellenführer in die Winterpause

Die Handballdamen blicken auf eine erfolgreiche erste Saisonhälfte in der Bezirksliga zurück: Mit Teamgeist, Einsatz und großem Willen sicherten sie sich den 1. Platz und verabschiedeten sich als Tabellenführer in die Winterpause. Mit vollem Einsatz wird jedes Spiel bestritten – stets mit dem Ziel, das Beste für die Mannschaft herauszuholen.

Ein Erfolgsgeheimnis der Handballdamen ist der Teamzusammenhalt, der auch über die Handballhalle hinausgeht. Ob Weihnachtsmarktbesuch, Dortmund Ole, Halloween oder entspannte Teamabende, bei denen zusammen Handball geschaut wird - in dieser Mannschaft kommt auch der Spaß neben dem Spielfeld nicht zu kurz.



Damit die Damen auch für das Jahr 2025 bestens vorbereitet sind, wird jedes Training genutzt um weiter an den Schwächen zu arbeiten und die Stärken herauszuarbeiten. Doch die bisher erfolgreiche erste Saisonhälfte würde sicher nur halb so viel

Spaß machen, wäre da nicht die lautstarke Unterstützung der Fans. Bitte weiter so im nächsten Jahr!

Ein großes Dankeschön geht außerdem an die Sponsoren, die das Team mit neuen Trikots ausgestattet haben. Vielen Dank an Wetzel Transporte, Antjes fun for Hair und dem Reisebüro am Markt für eure Unterstützung!

Mit großer Vorfreude blicken die Handballdamen auf das kommende Jahr 2025. Gemeinsam mit ihren Fans wollen sie an die Erfolge der Hinrunde anknüpfen und weiter angreifen. Denn eines ist klar: Dieses Team hat noch viel vor.

Paula Lechtenbörger

Volle Mädels-Power beim Turnen

Das Mädchenturnen ist in vollem Gange und begeistert Kinder im Alter von 5 bis 12 Jahren! In zwei Gruppen – für die Altersklassen 5 bis 8 und 9 bis 12 Jahre – werden vielseitige Übungen angeboten. Von einfachen Laufübungen bis hin zu kniffligen Gruppenspielen ist für jede etwas dabei.

Doch beim Mädchenturnen geht es nicht nur um Bewegung. Neben der Förderung von Motorik und Kondition stehen Spaß und Gemeinschaft im Vordergrund. Hier entstehen Freundschaften, es wird gemeinsam gelacht und die Freude an der Bewegung geteilt.



Ein großes Dankeschön gilt der Eisdiele Dolomiti, die alle Teilnehmerinnen mit tollen T-Shirts ausgestattet hat. So macht das Turnen noch mehr Spaß – und die Mädels sind bestens für jede Übung gerüstet!

Alle Mädels freuen sich auf ein sportliches Jahr 2025!

Sina Untenberger

Damen 1 Volleyball

Gemeinsam stark in der Bezirksklasse

Unsere Damen 1 Mannschaft ist ein engagiertes Team aus jungen Spielerinnen im Alter von 16 bis 22 Jahren. Unter der Leitung von Trainerin Weronika Ehrentraut kämpfen wir in der Bezirksklasse um wichtige Punkte und geben alles, um in der Tabelle nach oben zu klettern.

Besonders stolz sind wir auf den Teamgeist, der uns auf und neben dem Spielfeld verbindet. Ein großes Highlight dieser Saison sind unsere drei Sponsoren, die uns mit toller Sportbekleidung unterstützt haben – vielen Dank dafür!

Mit viel Energie und Freude am Spiel sind wir bereit, noch viele Erfolge zu feiern. Kommt vorbei und feuert uns an – wir freuen uns auf euch!

Weronika Ehrentraut



Basketball Herren

Nachdem im Sommer die Mannschaften nahezu komplett neugestaltet wurden, war die Zielsetzung für die jeweiligen Teams zwar klar, jedoch blieb abzuwarten, wie schnell man sich einspielen konnte. Die nahezu gänzlich neugeformte Herren 1 bräuchte in dieser Hinsicht am längsten. Mit einem dezimierten Kader ging das erste Saisonspiel gehörig nach hinten los. Dabei gelang es nicht, die im Training einstudierten Sachen ordentlich aufs Feld zu bringen. In den folgenden Partien spielte man häufig guten Basketball, verpasste es aber ein ums andere Mal gegen die guten Gegner einen Sieg mitzunehmen. Mittlerweile steht die Mannschaft bei ihren ersten Siegen, steckt jedoch weiterhin im Abstiegskampf. Die Ergebnisse stimmen zwar noch nicht, doch wenn die Leistung weiterhin gehalten, bzw. noch verbessert wird, sollte man am Ende des Jahres nichts mit den unteren Plätzen zu tun haben.

Für die Herren 2 setzte es ebenfalls direkt zum Saisonauftakt den ersten Dämpfer. Letztes Jahr noch um Haaresbreite am Aufstieg gescheitert, sollte es nun endlich klappen. Doch beim BC Langendreer fand man überhaupt nicht zu seinem Spiel und verlor letztlich knapp. Anschließend stabilisierte man sich und fuhr souverän die erwarteten Siege ein. Im Topspiel gegen die Astrostars aus Bochum war man mit kleinem Kader über 40 Minuten ebenbürtig, doch wie so oft fehlte am Ende ein bisschen Glück. Dafür gewann man das Derby gegen die Herren 1. Durch Niederlagen der Konkurrenten ist man auch wieder in der Spitzengruppe dabei und hat alle Möglichkeiten um den Aufstieg mitzuspielen.

Die beste Ausgangslage für die Meisterschaft in der Kreisliga und den damit verbundenen Aufstieg in die Bezirksliga hat die neue Herren 3. Zusammengestellt aus „Alten Hasen“ der letztjährigen Bezirksligatruppe und vielen Jugendspielen steht man an der Tabellenspitze. Zumeist werden die Spiele sicher gewonnen, wobei gerade das Teamspiel heraussticht. Nach langer Zeit tritt auch wieder eine Herren 4 für den TVM in der 2. Kreisliga an. Dabei besteht das Team nur aus unserer U18. Ziel ist, dass die Jugendspieler ihre ersten Erfahrungen im Seniorenbereich sammeln. Auch hier ist man bei den oberen Tabellenplätzen dabei.

Lennart Klundt

Basketball Damen

Nach zwei Niederlagen zum Saisonauftakt hat sich das Team mittlerweile deutlich stabilisiert. Sowohl die individuellen, als auch die Mannschaftsleistungen haben sich zunehmend verbessert. Man hat die groben Fehler erkannt, im Training an ihnen gearbeitet und im Spiel gut umgesetzt. Sollten die derzeitigen Leistungen gehalten, bzw. noch verbessert werden, ist noch vieles möglich in dieser Saison. Zurzeit steht man im oberen Drittel der Tabelle und hat noch Kontakt zur Spitzengruppe.



Lennart Klundt



Gynäkologikum Ruhr.....

Christine Bülow & Kolleginnen
Fachärztinnen für Frauenheilkunde
und Geburtshilfe

Dortmund-Mengede

Ärztehaus Heimbrügge 3
44359 Dortmund
Telefon 0231 – 333730
Telefax 0231 – 354896
mengede@gyn-ruhr.de

www.gyn-ruhr.de

Seit vielen Jahren ist die Frauenärztin **Christine Bülow** in der Praxis in Dortmund-Mengede tätig. Sie und ihre Kolleginnen begleiten Frauen in jedem Lebensabschnitt.

Pubertät, Schwangerschaft oder Wechseljahre – jede Phase im Leben einer Frau ist eine besondere und mit eigenen Fragen, Anforderungen, Problemen und Wünschen verbunden. Mit langjähriger Erfahrung berät und begleitet das Team vom **Gynäkologikum Ruhr** Frauen medizinisch durch jedes Lebensalter und steht Ihnen bei frauenspezifischen Problemen oder Fragen jederzeit gerne zur Verfügung.

Das gesamte Praxisteam bedankt sich bei allen Patientinnen für ihre langjährige Treue und freut sich, auch weiterhin für Sie „Vor-“sorgen zu dürfen!

- verbesserte Brustkrebsvorsorge (MTU/discovering hands)
- Hebammensprechstunde
- Urologische Sprechstunde



Trainingszeiten und Übungsstunden

Badminton

Jugendliche 7 bis 15 Jahre	Freitag	17.00-18.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
Jugendliche 16 bis 17 Jahre Erwachsene	Mittwoch	19.00-21.00 Uhr	Regenbogen Grundschule

Basketball

Herren 1 (Jg. ab 2004)	Dienstag	20.00-21.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Freitag	20.00-22.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
Herren 2 (Jg. ab 2004)	Dienstag	20.00-21.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Freitag	20.00-22.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
Herren 3 (Jg. ab 2004)	Donnerstag	20.00-21.30 Uhr	Schragmüller Grundschule
Damen (Jg. ab 2004)	Mittwoch	19.00-20.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Freitag	18.30-20.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
U18.1 männl. (Jg. 2005/06)	Dienstag	18.30-20.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Donnerstag	18.00-20.00 Uhr	Schragmüller Grundschule
U18.2 männl. (Jg. 2005/06)	Dienstag	18.30-20.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Mittwoch	17.30-19.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
U16 männl. (Jg. 2007/08)	Montag	17.30-19.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Donnerstag	17.00-19.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
U16 weibl. (Jg. 2007/08)	Montag	18.00-20.00 Uhr	Schragmüller Grundschule
	Freitag	17.30-19.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
U14 offen (Jg. 2009/10)	Dienstag	17.00-18.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Freitag	18.00-19.30 Uhr	Schragmüller Grundschule
U12 offen (Jg. 2011/12)	Dienstag	17.00-18.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Donnerstag	17.00-18.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
U10 offen (Jg. 2013/14)	Montag	16.00-17.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Freitag	16.00-17.30 Uhr	Regenbogen Grundschule

Handball

Damen	Dienstag	18.30-20.00 Uhr	Sporthalle Nette
	Donnerstag	18.30-20.00 Uhr	Sporthalle Nette
	Montag	19.30-21.00 Uhr	Sporthalle Nette
Herren	Dienstag	20.00-22.00 Uhr	Sporthalle Nette
	Donnerstag	20.00-22.00 Uhr	Sporthalle Nette
D-Jugend zw. 11-12 Jahre	Dienstag	17.00-18.30 Uhr	Sporthalle Nette
	Mittwoch	17.00-18.15 Uhr	Regenbogen Grundschule
E-Jugend zw. 9-10 Jahre	Montag	17:00-18:15 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Dienstag	17:00-18:30 Uhr	Sporthalle Nette
	Donnerstag	17:00-18:30 Uhr	Sporthalle Nette
F-Jugend zw. 6-8 Jahre	Mittwoch	17.00-18.30 Uhr	Schulzentrum Nette
	Freitag	16.00-17.30 Uhr	Sporthalle Nette
Minis	Donnerstag	17.00-18.30 Uhr	Schulzentrum Nette



Leichtathletik

Ab 4 Jahre (Winter)	Montag	16.00-17.00 Uhr	Jeannette-Wolff-Schule
Ab 6 Jahre	Montag	17.00-18.00 Uhr	Jeannette-Wolff-Schule
Alle	Montag	17.00-18.30 Uhr	Volksgarten (Sommer)

Leichtathletik Lauffreff

Sommer und Winter	Dienstag und Freitag	18.00 Uhr	Eingang Volksgarten
-------------------	----------------------	-----------	---------------------

Streethockey

Herren + Junioren + Jugend	Mittwoch	20.00-22.00 Uhr	Sporthalle Nette
----------------------------	----------	-----------------	------------------

Tae-Kwon-Do

Wettkampftraining	Donnerstag	18.00-20.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
Anfänger Grundschultraining	Samstag	11.00-13.00 Uhr	Jeannette-Wolff-Schule
Fortgeschrittene Grundschultraining ab grün	Montag	18.00-20.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
Prüfungsvorbereitungen allgemein für alle	Sonntag	11.00-13.00 Uhr	Jeannette-Wolff-Schule

Kung Fu

Jugendliche und Erwachsene (ab 13 Jahre)	Dienstag	17.00-19.30 Uhr	Schragmüller Grundschule
	Donnerstag	17.00-19.30 Uhr	Jeannette-Wolff-Schule
	Samstag	13.00-15.00 Uhr	Jeannette-Wolff-Schule
Kung Fu Minis (ab 7 Jahre)	Sonntag	09.00-10.00 Uhr	Jeannette-Wolff-Schule
Kung Fu Kids (ab 3. Klasse)	Sonntag	10.00-11.00 Uhr	Jeannette-Wolff-Schule

Hap Kido

Kinder ab 6 Jahre	Samstag	10.00-11.30 Uhr	Schragmüller Grundschule
Erwachsene / Jugend ab 12 Jahre	Montag	20.00-21.30 Uhr	Schragmüller Grundschule
	Mittwoch	20.00-21.30 Uhr	Schragmüller Grundschule
Fortgeschrittene (gemischt)	Samstag	11.30-13.00 Uhr	Schragmüller Grundschule

Volleyball

Damen I	Montag	19.00-20.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Mittwoch	18.30-20.00 Uhr	Sporthalle Nette
	Freitag	17.00-19.00Uhr	Sporthalle Nette
Damen II	Montag	18.30-20.00 Uhr	Sporthalle Nette
	Mittwoch	18.30-20.00 Uhr	Sporthalle Nette
Herren I	Montag	18.30-20.00 Uhr	Sporthalle Nette
	Mittwoch	18.30-20.00 Uhr	Sporthalle Nette
	Freitag	19.00-21.00 Uhr	Sporthalle Nette
Damen 1-Stadtliga	Montag	20.00-21.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Donnerstag	19.00-21.30 Uhr	Regenbogen Grundschule
Herren 1-Stadtliga	Freitag	19.00-21.30 Uhr	Sporthalle Nette
Mix-Stadtliga	Freitag	19.00-21.30 Uhr	Sporthalle Nette
Hobby-Mix	Montag	20.00-21.30 Uhr	Sporthalle Nette
Jungen (U16-U20)	Montag	17.30-19.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Donnerstag	17.30-19.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
U18/ U20 Mädchen Hobby	Freitag	17.00-19.00 Uhr	Sporthalle Nette
U15/ U16 Mädchen	Montag	17.30-19.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
	Donnerstag	17.30-19.00 Uhr	Regenbogen Grundschule
U13/ U14 Mädchen	Montag	17.00-18.30 Uhr	Sporthalle Nette
	Mittwoch	17.00-18.30 Uhr	Sporthalle Nette
U12 Mädchen und Anfänger Mädchen	Montag	17.00-18.30 Uhr	Sporthalle Nette
U 12 Jungen und Anfänger Jungen	Mittwoch	17.00-18.30 Uhr	Sporthalle Nette

Tischtennis

Herren	Dienstag	auf Anfrage	Wilhelm-Rein-Schule
	Donnerstag	auf Anfrage	Wilhelm-Rein-Schule
Jugend	Dienstag	auf Anfrage	Wilhelm-Rein-Schule
	Donnerstag	auf Anfrage	Wilhelm-Rein-Schule

Turnangebote

Eltern- und Kindturnen / Bewegungszwerge

1 - 4 Jahre	Mittwoch	16.00-17.00 Uhr	Wilhelm-Rein-Schule
	Freitag	16.30-17.30 Uhr	Wilhelm-Rein-Schule

Mädchenturnen

5 - 8 Jahre	Freitag	17.00-18.00 Uhr	Jeanette-Wolff-Schule
9 - 13 Jahre	Freitag	18.00-19.00 Uhr	Jeanette-Wolff-Schule

Aerobic

Body Mix / Pound / Piloxing	Montag	17.00-18.00 Uhr	Wilhelm-Rein-Schule
Rückenfit	Montag	18.00-18.45 Uhr	Wilhelm-Rein-Schule
Body-Check & Relax	Montag	18.45-19.45 Uhr	Wilhelm-Rein-Schule
Workout Mix / Step Aerobic	Mittwoch	17.00-18.00 Uhr	Wilhelm-Rein-Schule
Fitness Total	Mittwoch	18.00-19.30 Uhr	Wilhelm-Rein-Schule
Fit & Power Mix	Freitag	18.30-20.00 Uhr	Wilhelm-Rein-Schule

Qualitäts-Gleitsichtgläser

das Paar ab Euro

198,-

Kunststoffgläser,
Superentspiegelt, gehärtet



Spezial +8,00/-8,00 Cyl 4,0

Am Amtshaus 16
44359 Dortmund
Telefon 0231 337197
www.honndorf.de

HONNDORF
BRILLEN UND
CONTACTLINSEN 

Nordic Walking

Treffpunkt Parkplatz vor Schloss Westhusen, Schloss-Westhusener-Straße in Dortmund-Westerfilde

* Winterzeit Kopflampen mitbringen	Montag	18.30-19.30 Uhr
	Mittwoch	09.30-11.00 Uhr
	Sonntag	10.30-12.00 Uhr

Fitnessgymnastik

Damen	Montag	17.30-19.00 Uhr	Reinoldi-Gesamtschule
	Dienstag	19.00-20.00 Uhr	Jeanette-Wolff-Schule
	Freitag	19.00-20.00 Uhr	Jeanette-Wolff-Schule

Gymnastik / Turnen

Damen	Montag	18.00-19.00 Uhr	Jeanette-Wolff-Schule
	Donnerstag	10.00-11.00 Uhr	Begegnungsstätte Büren- straße

Sport für Männer ab 50 Jahre

Herren	Dienstag	16.00- 18.30 Uhr	Jeanette-Wolff-Schule
--------	----------	------------------	-----------------------

Sport für Ältere

Damen	Freitag	17.30-18.30 Uhr	Wilhelm-Rein-Schule
-------	---------	-----------------	---------------------

Volleyball seniorengerecht

Damen und Herren	Freitag	16.00-18.00 Uhr	Schopenhauer GS
------------------	---------	-----------------	-----------------



Vital!

Nicht nur im Verein,
sondern auch zuhause.

www.buchhandlung-am-amtshaus.de
info@buchhandlung-am-amtshaus.de
Am Amtshaus 8 • 44359 Dortmund
Tel: 0231 / 33 99 66 • Fax: 0231 / 33 65 78


Buchhandlung
am Amtshaus

Adressen der Schulen und Veranstaltungsorte:

Jeanette-Wolff-Schule am Mengeder Markt Am Markt 6-8, 44359 Dortmund	Aula Wilhelm-Rein-Schule Castroper Straße 121, 44357 Dortmund
Wilhelm-Rein-Schule Castroper Straße 121, 44357 Dortmund	Seniorenbegegnungszentrum Bürenstraße 1, 44359 Dortmund
Sporthalle Nette Dörwerstraße 36, 44359 Dortmund	Schragmüller Grundschule Castroper Straße 153, 44357 Dortmund
Regenbogen Grundschule Adalmundstraße 1, 44359 Dortmund	Gustav-Heinemann-Gesamtschule Parsevalstraße 170, 44369 Do-Huckarde
Reinoldi-Gesamtschule Im Odemsloh 107, 44357 Dortmund	Schopenhauer Grundschule Karl-Schurz-Straße, 44359 Dortmund
Schulzentrum Nette Dörwerstraße 36, 44359 Dortmund	Sporthalle Wischlingen Höfkerstraße, 44149 Dortmund



**X-ProTronic & Nowatec
Sicherheitsysteme e.k.**
 Siegburgstr. 5-7
 44359 Dortmund

Bürozeiten:
 Mo. - Fr.
 8:00 - 16:30 Uhr

Tel: 0231 - 39 68 77 0
 Fax: 0231 - 39 68 77 2

www.x-protronic.com
 E-Mail: info@x-protronic.com

- Einbruchmeldeanlagen
- Videoüberwachung
- Brandmeldeanlagen
- Zutrittskontrollsysteme
- Hausnotrufsysteme
- Heimrauchwarnmelder DIN 14676
- Fluchtwegsicherung
- Schließanlagen
- 24 h - 365 Tage Notrufleitstelle

Nr. S 808074



★ VdS-erkannte Errichterfirma für Einbruchmeldeanlagen

Monatsbeiträge

Abteilung	Aufnahme Einmalig	Erwachsene monatlich	Jugendliche monatlich	Kind 1 monatlich
Hauptverein	5,00	11,00	9,00	9,00
Eltern/Kind	5,00/5,00	11,00		6,50
Onlineangebot	5,00	11,00		
Kung-Fu	5,00	12,50	11,00	11,00
Taekwondo	5,00	13,50	12,50	12,50
Tai Chi Chuan	5,00	13,00	12,50	
Aerobic	5,00	14,50	10,50	
Basketball	5,00	16,50	13,00	13,00
Handball	5,00	12,50	10,00	9,00
Hap Kido	5,00	11,00	9,00	9,00
Volleyball	5,00	12,50	10,50	10,50
Tischtennis	5,00	11,00	9,00	9,00

Abteilung	Kind 2 monatlich	Kind 3 monatlich	Passiv	Familie*
Hauptverein	9,00	9,00	6,00	24,50
Eltern/Kind	5,50	5,00	6,00	
Onlineangebot				
Kung-Fu	11,00	11,00	6,00	
Taekwondo	12,50	12,50	6,00	
Tai Chi Chuan			6,00	
Aerobic			6,00	
Basketball	12,00	11,00	6,00	
Handball	9,00	9,00	6,00	
Hap Kido	9,00	9,00	6,00	24,50
Volleyball	10,00	10,00	6,00	27,50
Tischtennis	9,00	9,00	6,00	

* Familienbeitrag: gilt ab 4 Personen für Eltern und deren Kinder, sofern die Kinder das 18. Lebensjahr nicht vollendet haben.

Impressum

Herausgeber:

TV 1890 Mengede e.V.

Redaktion:

Luca Rüdiger
(verantwortlich)
Tel.: 02 31 / 33 83 06

Alle Fotos:

TV 1890 Mengede e.V.

Satz, Layout:

Luca Rüdiger

Druck:

GemeindebriefDruckerei
Martin-Luther-Weg 1
29393 Groß Oesingen
Tel.: 0 58 38 - 99 08 99

Erscheinungsweise:

4 mal jährlich

Für eingesandte Manuskripte, Datenträger und Fotos wird keine Haftung übernommen.
Eine Haftung für die Richtigkeit der Veröffentlichungen kann trotz sorgfältiger Prüfung durch die Redaktion vom Herausgeber nicht übernommen werden.



QUELLENBERG
BESTATTUNGEN



BERATEN • BESTATTEN • BEGLEITEN

Williburgstraße 19 · 44359 Dortmund

0231.33 35 44

www.quellenberg-bestattungen.de

e@sy
Credit



Mengede kann.

Ganz entspannt finanzieren.

Dank Sofortkredit mit finanziellem Spielraum
von easyCredit.

Vermittlung des easyCredit für die TeamBank AG.

Volksbank
Dortmund-Nordwest eG
Am Amtshaus 22
44359 Dortmund

Volksbank
Dortmund-Nordwest eG

