



# BC - Info

Jahrgang 16 Ausgabe 42

Die Flüstertüte des BC Marsberg

Februar 2006

Liebe Badmintöner,

2006 ist ja das Jahr der großen Sportereignisse: olympische Winterspiele in Turin und die Fußballweltmeisterschaft bei uns.

Die ganze Welt wird wieder gebannt an den Bildschirmen sitzen, fasziniert mit den Athleten zittern, enthusiastisch mit jubeln und geruhsam Chips essen; wie eine große Familie.

Und da bin ich schon beim Thema, die Familie.

Auch unser Verein ist wie eine Familie. Wir gehen uns ab und zu auf den Keks, raufen uns aber schnell wieder zusammen und sind alles in allem recht zufrieden damit.

Wir haben Mama Annette, Papa Peter und Opa Wolfgang, dazu Sohnemann Christian und das Nesthäkchen, Enkel Daniel.

Wie Ihr sicher wisst, lädt die Mama jedes Jahr einmal zum Familienrat ein, damit sich wenigstens einmal im Jahr die ganze Sippe trifft und mal wieder über dies und das reden kann.

Das ist natürlich auch dieses Jahr so. Die Mama lädt ein und freut sich schon auf alle Kinder und Enkel, vor allem auf die, die sie schon lange nicht mehr gesehen hat.

Deshalb kommt diesmal alle zum Familienrat, die Mama ist schon in freudiger Erwartung.

Bis dann

P. H.

(Die Einladung steht rechts, von hier aus gesehen, rechts oben)

## Einladung

Zu unserer diesjährigen Mitgliederversammlung lade ich alle Mitglieder für

**Freitag, den 3. März 2006 um 19.30 Uhr**

in den Versammlungsraum im Gasthaus „Deutsches Haus“ ein.

Die Tagesordnung wird wie folgt festgelegt:

1. Berichte des Vorstandes
2. Bericht der Kassenprüfer
3. Entlastung des Vorstandes
4. Jahres- bzw. Förderbeitrag
5. Vorliegende Anträge
6. Turniere/Veranstaltungen
7. Wahlen zum Vorstand und Amtsträger
8. Verschiedenes

Anträge zur Generalversammlung müssen dem Vorstand bis spätestens 23. Februar schriftlich vorliegen.

Ich bitte um zahlreiche Teilnahme!

Mit freundlichen Grüßen

Annette Willeke  
1. Vorsitzende

In dieser Ausgabe	Seite
Spielerinnenbericht	2
Das rät der Trainer	3
Ende vom riet	3
Tabellen	3
Stadtmeisterschaften	4

## Westdeutsche Meisterschaften 2006 Schüler und Jugend

Am 21. Januar war für die NRW-Elite der Saisonhöhepunkt gekommen, die Teilnahme an den Westdeutschen-Meisterschaften der Schüler und Jugend in Mülheim a.d. Ruhr.

Austragungsort war die neue RWE-Rhein-Ruhr Halle, in der eine Woche zuvor die German-Open stattgefunden haben.

Dieses Erlebnis, dort zu spielen, wollte sich Johanna S. trotz Halsschmerzen nicht nehmen lassen, nahm das durch die BVE erworbene Ticket in die Hand und fuhr am Samstag morgen mit ihrem Bruder Fabian und Trainer Daniel gemütlich in Richtung Mülheim.

Vorbei am Haus des Sports, erreichte man nach 500m die besagte 16 Felder(!)-Halle. Dort begann um 10 Uhr der Spielbetrieb mit einer Begrüßung seitens Norbert Atorfs (Jugendausschuss), der Bürgermeisterin und des Vorsitzenden des Ausrichtervereins, dem 1. BV Mülheim.

Nach vielen, wirklich sehr interessanten Spielen war es dann um 13 Uhr für Johanna endlich soweit.

Ihre Gegnerin von der TuS 05 Oberpleis hieß Christin Schönherr und war genauso daran interessiert in diesem Turnier weiterzukommen wie Johanna.

So war es von Beginn an ein sehr ausgeglichenes Spiel. Leider gelang es Johanna nicht wirklich, sich über ihre Aufregung und dem angeschlagenen Gesundheitszustand während des gesamten Spiels hinwegzusetzen. Nach vielen Bällen im Aus, hieß es dann, wie man der lauten Stimme des Schiedsrichters entnehmen konnte, 13:11, 13:11 für Christin Schönherr.

Ein wenig betrübt, aber mit dem tollen Gefühl teilgenommen zu haben, machte man sich dann auf dem Heimweg (den Abstecher bei Mc Doof möchte ich hier nicht erwähnen) nach Marsberg.



Johanna Schneider, Miriam Hoffmann und Caroline Seibt beim Bezirksvorentscheidung 2005 in Meinerzhagen, bei der sich Johanna Schneider für die Westdeutschen Meisterschaften qualifiziert hat.

### Der Trainer rät:

Wie mir in meiner Zeit als Trainer aufgefallen ist, ist der Fuß ein überaus vernachlässigtes Organ unserer Sportler.

Die filigrane Konstruktion aus 26 einzelnen Knochen, Muskeln und Bändern wird von vielen „mit Füßen“ getreten

Die Folgen eines vernachlässigten Trainings sind Spreizfüße und eine vermehrte Schwielenbildung.

Im Folgenden ein paar Tipps fürs weitere Leben im Badmintonsport mit gesunden Füßen:





- So oft wie möglich barfuß laufen, auch auf unebenem Grund
- Strümpfe sollten den Füßen Luft zum Atmen geben
- Ein rechter Socken gehört auch an den rechten Fuß und umgekehrt
- Mit den Zehen auf den Boden trommeln vom kleinen zum großen Zeh und umgekehrt, zunächst langsam und dann immer schneller

- Doppelseitiger/Einseitiger Fußzehenstand  
Maximal in den Zehenstand Heben und Senken

Für weitere Tipps stehe ich gerne zur Verfügung.  
Und nicht vergessen: Auch das tägliche Extensions-  
training darf nicht vernachlässigt werden!

## Das riet der Trainer

## Aktuelle Tabellen

### Senioren Hobbyspieler

	Verein	Punkte	Spiele	Sätze	Punkte
1	BSV Fürstenberg	8:0	19: 1	38:5	591:255
2	BC Marsberg	4:4	8:12	19:24	367:451
3	Paderborner BG	4:4	5:10	11:20	274:355
4	SV Rot Weiss Haaren	0:6	3:12	6:25	226:397

### 1. und 2. Jugendmannschaft

	Verein	Anz.Spiele	Sätze	Spiele	Punkte
1	BC Marsberg J1	9	133:18	65:06	18:00
2	VfB Salzkotten J1	10	90 : 79	42:38	12:08
3	BC Phönix Hövelhof J2	9	86 : 72	39:33	10:08
4	TuRa Elsen 94/11 J2	10	86 : 87	40:40	09:11
5	BC Marsberg J2	10	55 : 116	26:54	08:12
6	SC BW Osteland J1	9	68 : 81	32:39	07:11
7	TV 1875 Paderborn J2	9	42 : 107	19:53	02:16

Termin vormerken  
HSK-Meisterschaften  
in Velmede  
5.- 7. Mai 2006



**Impressum:**  
Herausgeber:  
Badminton Club Marsberg e. V.  
  
Redaktion: Peter Henke  
Heinz-Jörg Hefer  
Wolfgang Kleffner  
Kalle Willeke

# Badminton

## Stadtmeisterschaften 2006

**Veranstalter:** Stadtsportverband Marsberg  
**Ausrichter:** BC Marsberg  
**Austragungsort:** Dreifachsporthalle Trift, Marsberg

### Termin:

11. März ab 13.00 Uhr Einzel  
12. März ab 9.00 Uhr Mixed  
ab 12.00 Uhr Doppel

### Klasseneinteilung:

A-Turnier	spielstarke Spieler	
B-Turnier	Hobbyspieler	
U19 Jugend	Jahrgang	87-88
U17 Jugend		89-90
U15 Schüler	Jahrgang	91-92
U13 Schüler		93-94
U11 Schüler		95 und jünger



### Meldegebühr:

Jugend/Schüler = 2 Euro pro Disziplin/Person  
Senioren = 4 Euro pro Disziplin/Person

Bälle: A-Turnier: zugelassene Naturfederbälle, die die Teilnehmer selbst stellen müssen.

alle anderen Turniere: Kunststoffbälle ‚blau‘.

Jeder Teilnehmer bekommt für das Turnier einen Ball gestellt.

**Meldesluß:** So. 5. März 2006

**Meldeanschrift:** Wolfgang Kleffner, Kretholz 33,  
34431 Marsberg, Tel. 02992 - 1388  
E-Mail: sportwart@bc-marsberg.de