

T'ai Chi Ch'uan

Yang Stil, Cheng Man-Ch'ing und Yang Chen Fu (Fu Zhong Wen) Tradition

T'ai Chi Ch'uan gehört zu den bekanntesten und am weitesten verbreiteten Übungssystemen Chinas. In seine Entwicklung sind Weisheit, Erfahrung und Wissen des Jahrtausende alten chinesischen Kulturkreises, vor allem dessen taoistischer Tradition, eingeflossen.

Langsame, fließende und sehr bewusst ausgeführte Bewegungen im Einklang mit dem Atem und den natürlichen Bewegungsmöglichkeiten des menschlichen Körpers wirken beruhigend und harmonisierend auf Körper, Geist und Seele. T'ai Chi Ch'uan ist als Übung außerordentlich vielseitig. Zu seinen wichtigsten Gesichtspunkten gehören: Schulung des Körperbewusstseins, Bewegungskunst, Spannungsübung, Atemübung, Übung zur Entwicklung von Anmut und Kreativität, Heilgymnastik, ganzheitliche Gesundheitsübung, sanfte Art der Selbstverteidigung, Kampfkunst und Meditation in der Bewegung.

T'ai Chi Ch'uan ist für Menschen jeden Alters erlernbar.

Regelmäßiges Üben führt zur Leichtigkeit und Sanftheit, so dass die positiven Wirkungen des T'ai Chi Ch'uan voll erfahren werden.

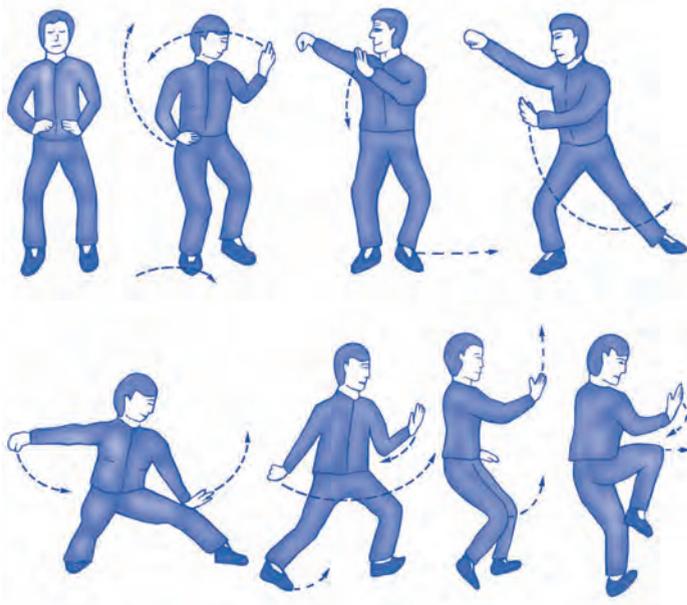
Bitte bequeme Kleidung und warme Socken (Schuhe mit weicher Sohle) mitbringen.

Sitzmeditation in der Zeit von 20.00 – 20.15 Uhr
(bitte in dieser Zeit nicht eintreten)

Ort: Brodhagenschule II (ehemalige Gutenbergschule)

Zeit: Dienstags 20.00 – 22.00 Uhr

Leitung: Klaus Blanke, JG 57, Tel. 0521 - 123076
praktiziert T'ai Chi Ch'uan seit 1993,
Aus- und Fortbildung bei Petra und Toyo Kobayashi,
Push hand bei Meister Yang Zhen He



Geschäftsstelle: Bielefelder Turngemeinde von 1848 e.V.



Am Brodhagen 54 · 33613 Bielefeld
Telefon: 05 21 / 9 86 76 30
Telefax: 05 21 / 9 86 76 32
e-Mail: info@btg-bielefeld.de
Internet: www.btg-bielefeld.de

Öffnungszeiten: Montag: 9.00 - 12.00 Uhr
Dienstag: 9.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag: 9.00 - 12.00 Uhr und 16.00 - 19.00 Uhr



Gesundheits- und Fitnesszentrum
Telefon: 05 21 / 9 86 76 31
Öffnungszeiten: Montag - Freitag 8.30 - 21.45 Uhr
Sa. / So. / Feiertag (April-September) 10.00 - 16.00 Uhr
Sa. / So. / Feiertag (Oktober-März) 10.00 - 17.45 Uhr



Ansprechpartner: Axel Fischer
Telefon: 05 21 / 9 89 19 16 4
Mo 17.00-18.00 • Di-Mi-Fr 13.00-14.00 • Do 12.00-13.00 Uhr
Unterrichtszeiten telefonisch oder im **KISS-Flyer**.
Kontakt per e-Mail: kiss@btg-bielefeld.de



Ansprechpartner: Iris Schulze
Telefon: 0 160 / 10 58 13 8
Weitere Infos in dem **Extra-Flyer** des BTG-Treff

Bankverbindung: Sparkasse Bielefeld, BLZ 48050161, Konto-Nr. 26575

Impressum: **Herausgeber:** Bielefelder Turngemeinde von 1848 e.V.
Verantwortliche Redaktion: Ralf Kögler.
Layout und Produktion: Sebastian Pierel
Veröffentlichte Beiträge müssen nicht der Meinung der Redaktion bzw. des Herausgebers darstellen. Die Redaktion behält sich (wenn nicht ausdrücklich im Manuskript vermerkt) Kürzungen oder Ergänzungen, die den Sinn oder die Aussage nicht verändern, vor.
Fotos: Privatarhive und (c) LSB NRW | Foto: Michael Stephan

Bielefelder Turngemeinde von 1848 e.V.
Am Brodhagen 54; 33613 Bielefeld
Amtsgericht Bielefeld – Vereinsregister – VR 937

Vorstand nach §26 BGB:
Karl-Wilhelm Schulze (Vorsitzender),
Cornelia Titz, Stefanie Plöger, Cornelius Rinne, Jan Theveßen
(stellv. Vorsitzende)

bioSPIELWAREN
Dein ganz persönliches Schmusekissen für große und kleine Menschen...
Für BTG'ler nur 44,95 Euro
bio-spielwaren.de
Rumpelstilzchen Kunsthandwerk und Holzspielzeug
Rathausstr. 19 • 33818 Oerlinghausen | Murnerweg 9 • 32791 Lage-Hörste

太极拳



01/2011



Bielefelder Turngemeinde von 1848 e.V.

Neues vom Brodhagen:

Einladung zur Mitgliederversammlung am 18. Mai 2011 um 19.00 Uhr in den Vereinsräumen

Tagesordnung

1. Begrüßung, Feststellung der Anwesenheit und Beschlussfähigkeit
2. Genehmigung der Protokolle der Mitgliederversammlung vom 17.05.2010 (veröffentlicht in den VN 2 / 2010) und der außerordentlichen Mitgliederversammlung vom 27.10.2010 (veröffentlicht in den VN 4 / 2010)
3. Bericht
 - des Vorstandes
 - des Kassenwartes
 - der Kassenprüfer
4. Stellungnahme des Wirtschaftsrates zur wirtschaftlichen Lage des Vereins (lt. Satzung § 24, Abs. 5)
5. Entlastung des Hauptvorstandes für das Geschäftsjahr 2010
6. Wahlen
 - Vorsitzende / Vorsitzender
7. Wahl eines/einer Kassenprüfers/in
8. Genehmigung des Haushaltsplanes 2011
9. Anträge (gem. § 17 der Satzung)
 - Antrag des Vorstandes auf Erweiterung des Vereinsgebäudes

„Die Mitgliederversammlung beschließt eine Erweiterung der vereinseigenen Sportanlagen um:

- eine Vergrößerung des Studios mit Umkleiden und Nassbereich incl. Sauna
- eine Kindersporthalle mit Umkleiden, Verwaltung und Geräteraum

Die Realisierung erfolgt in zwei Bauabschnitten unter Vorbehalt einer sicheren Finanzierung.
Das Gesamtvolumen beträgt nach Architektenschätzung ca. 1.100.000,- €. Der erste Bauabschnitt beläuft sich auf ca. 510.000,- €.“

10. Anfragen und Anregungen

Information zum Reha-Sport

Vom Arzt verordnet, von der Krankenkasse bezahlt

Rehasport – Bewegen Sie sich gesund

Nach großen orthopädischen Eingriffen erfolgt in der Regel eine Reha-Behandlung. Diese dient der "Feinjustierung" und zielt auf die volle Wiederherstellung des Bewegungsapparates ab.

Rehasport – Für wen?

Rehabilitationssport kann grundsätzlich bei jeder Beeinträchtigung von kör-

perlichen Funktionen in Betracht kommen. Für Frau und Mann mit Beeinträchtigung im Bewegungs- und Stützapparat resultierend aus Alltagsbelastungen, nach Operationen oder nach der ambulanten oder stationären Rehabilitation, für chronisch kranke Menschen, oder für Menschen, die auf dem Weg sind chronisch krank zu werden. Er ist auf Art und Schwere und den körperlichen Allgemeinzustand der Betroffenen abgestimmt.



Gerade nach einer postoperativen Reha oder nach krankengymnastischen / physiotherapeutischen Behandlungen stabilisiert der Rehasport durch das weiterführende Training den Behandlungserfolg.

Die Erfahrung zeigt, dass durch eine langfristig angelegte und aktiv ausgerichtete Betreuung eine deutliche Verbesserung der Beschwerden zu erzielen ist. Sportliche Betätigung und regelmäßiges Training, ein bis zweimal wöchentlich, wird von den Krankenkassen als ergänzende Leistung zur Rehabilitation gefördert. Die Leistungen des "Rehasports" sind von allen Kostenträgern (gesetzliche Krankenkassen, gesetzliche Unfallversicherungsträger, die Träger der gesetzlichen Rentenversicherung, der Alterssicherung der Landwirte und die Träger der Kriegsopferversorgung) anerkannt und die Kostenübernahme nach Bewilligung gesichert.

Die Qualität wird durch den Behindertensportverband, die betreuenden Ärzte und die qualifizierten Übungsleiter sichergestellt.



Rehasport auf Verordnung des Arztes

Für die Teilnahme am Rehasport ist eine ärztliche Verordnung notwendig. Rehabilitationssport kann und darf von jedem Arzt verordnet werden. Diese Verordnung (KV 56/ rosa Schein) nach § 44 Abs. 1 Nr. 3 und 4 SGB IX unterliegt nicht der Heilmittelverordnung und ist somit budgetneutral für den Arzt. Die Verordnung umfasst i.d.R. 50 Übungseinheiten!

Bewilligung durch die Kostenträger

Die Verordnung (Formblatt 56) muss vom Kostenträger, i.d.R. von Ihrer gesetzlichen Krankenkasse, genehmigt werden. Dazu reichen Sie die Verordnung bei Ihrer Krankenkasse zur Bewilligung ein. Danach melden Sie sich bei unseren Fach Übungsleitern und informieren sich über unsere Angebote.

Rehasportangebote in der BTG

Am 7. März 2011 ist die BTG mit folgenden Programmen gestartet:

Bereich: Stütz- und Bewegungsapparat

Wirbel für Wirbel Fit – orthop. Rückengymnastik

Montag 8.30–9.15 Uhr

Vital und Gesund - orthop. Rückengymnastik

Dienstag 16.00–17.00 Uhr

Alle Angebote werden in unserem Sportzentrum, Am Brodhagen 54, durchgeführt.



Weitere Angebote, auch für Erkrankungen im Bereich der inneren Organe, sind in Planung.

Ansprechpartner: Oliver Hartmann

Info: unter Telefon 0521/9867630 oder 0521/9867631,
Email oliver.hartmann@btg-bielefeld.de

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin zum Rehasport:

Montag	08.30 - 09.30 Uhr
Dienstag	16.30 - 17.15 Uhr
Mittwoch	09.00 - 10.00 Uhr
Donnerstag	13.00 - 14.00 Uhr und 17.30 - 18.15 Uhr

Termine:

BTG Termine:

ab dem 13.04.	16.00 Uhr	Sportabzeichenabnahme
18.05.	19.00 Uhr	Mitgliederversammlung
27.-29.05.		Leinewebermarkt

KiSS Termine bis zu den Sommerferien:

14.05.	13.00 - 16.00 Uhr	8. Kinder-Aktiv-Flohmarkt
21.05.	14.00 - 17.00 Uhr	Tanzworkshop für Kinderr
02.07.	ab 15.00 Uhr	1. KiSS-Schüler-Crosslauf
09.07.	14.00 - 17.00 Uhr	Fußball-Workshop
25.-29.07.	jeweils 14.00 - 16.00 Uhr	Ferienspiele für 4-7 Jährige
04.-09.08.		Ferienfreizeit Langeoog Langeoog

Heimspiele der Lacrosse-Abteilung / BTG Sportplatz - Am Brodhagen

Bundesliga Nord I Herren		
30.04.	14.00 Uhr	Bielefeld vs. Hamburg B
Bundesliga Nord I Damen		
29.04.	vorauss. 12.00 Uhr	Bielefeld vs. Bremen

Heimspiele der Hockeyabteilung / BTG Sportplatz - Am Brodhagen

22.-24.07.	11.00 Uhr	Hockey Camp
1. Herren		
22.05.	11.00 Uhr	BTG I - Dortmund HG
05.06.	11.00 Uhr	BTG I - HTC Kupferdreh
19.06.	11.00 Uhr	BTG I - TuS Iserlohn
03.07.	11.00 Uhr	BTG I - RHTC Rheine
2. Herren		
22.05.	13.00 Uhr	BTG II - Bochumer HV
19.06.	13.00 Uhr	BTG II - Soester HC
03.07.	13.00 Uhr	BTG II - SC Osnabrück

Heimspiele der Softball-Abteilung / BTG Sportplatz - Am Brodhagen

08.05.	13.00 Uhr	Homebase vs. Werler Wölfe
26.06.	13.00 Uhr	Homebase vs. Paderborn Pitchbulls
03.07.	13.00 Uhr	Homebase vs. Bad Salzuflen Bexx
21.08.	13.00 Uhr	Homebase vs. Paderborn Oldbones

Fechten

18. - 19. 06. Leineweberfechtturnier

Turnen

Kunstturnmeisterschaften 2011 und die Nachwuchsmeisterschaften im Gerätturnen am 21.05.2011 in der Sporthalle Sennestadt Süd

Floorball

30.04. Bielefelder-Floorball-Cup in der Sporthalle der GS Stieghorst