NACHRICHTENBLATT

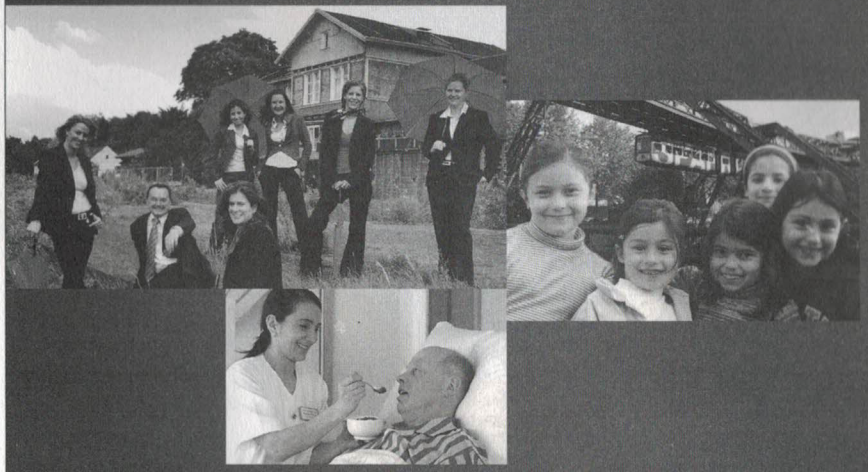
Nr. 5 / Oktober 2008

des
Oberbarmer
Turnerbundes 1888
Wuppertal e.V.

Eltern-Kind-Turnen
Kinderturnen
Gymnastik
Seniorensport
Wirbelsäulen-
gymnastik
Volleyball
Prellball
Gesang
Wandern
Indiaca
Jazztanz
Walking

Sparkassen-Finanzgruppe

Unsere Sparkasse –
Wertvoll und unverzichtbar.



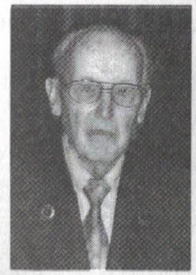
Fast 3 Millionen Euro wendet die Stadtsparkasse Wuppertal jährlich für ihr gemeinnütziges, soziales, kulturelles und sportliches Engagement auf. Darüber hinaus unterstützt die Stadtsparkasse Wuppertal auch Bürgerinnen und Bürger, die anderen helfen. Sie ist Partner vieler Initiativen und Einrichtungen und stärkt damit den Standort Wuppertal auf vielen Gebieten.
www.gut-fuer-deutschland.de

Sparkasse. Gut für Wuppertal.

NACHRUF

Am 23. September 2008 verstarb, nach langer Krankheit, unser Ehrenvorsitzender der Gesangabteilung und Ehrenmitglied im Oberbarmer Turnerbund

Wilhelm Petig



Im Alter von 84 Jahren.

Wilhelm Petig trat am 1.1.1946 in die Gesangabteilung des OTB ein und wurde gleichzeitig Mitglied im Hauptverein. Seit dieser Zeit hat er sich bis heute, unermüdlich für den Gesang eingesetzt. Er war 1. Notenwart und Schriftführer. Ab 1960 hat er die Geschäftsführung übernommen und wurde 1975 zum 1. Vorsitzenden der Gesangabteilung gewählt.

Am 10. März 2007 wurde er zum Ehrenvorsitzenden der Gesangabteilung ernannt. Er war immer mit viel Freude bei den Chorproben dabei. Was er in all den über 60 Jahren für die Gesangabteilung und OTB geleistet hat, ist in vielen Berichten schon erwähnt worden.

Er war mit Leidenschaft Sänger. Eben ein echter OTBer.

Es bleibt uns nur noch die Erinnerung an einen treuen Sänger und Vereinskameraden.

Wir trauern mit seiner Frau Gerda, seiner Tochter Dagmar und Schwiegersohn Gerd, seinen Angehörigen und Freunden.

Die Trauerfeier und anschließende Urnenbeisetzung fand am 2. Oktober auf dem Friedhof Norrenberg statt.

Die Sänger nahmen mit zwei Liedern bei der Trauerfeier, an der auch eine sehr große Freundesschar teilnahm, Abschied von ihrem

Ehrenvorsitzenden **Wilhelm Petig**

Asta Köhler Günter Nußbaum

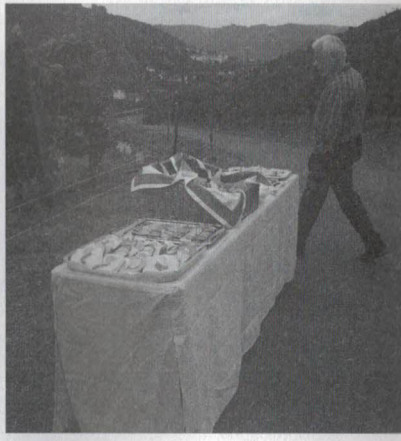
Zuerst einmal herzlichen Dank für die viele Post die ich bekommen habe.
Ich hätte nicht gedacht, dass es so eine Menge Leser gibt die an mich denken und mich nicht vergessen können. Überwältigend!
„Mein lieber Schatz," flüsterte mir da eine vertraute Stimme ins Ohr.
„Ich glaube du verwechselst da etwas. Natürlich sind alle die, die dir schreiben Leser, dass sie jedoch die OTB-Nachrichten lesen, bezweifle ich „
„Die, die an dich denken, schicken dir Reklame und
die, die dich nicht vergessen, schicken dir Rechnungen."
Mit soviel Anti-Romantik hatte ich nicht gerechnet. Schade.

Zur Sache.. (Schätzchen?) ..nein,..nur mit dem **Wanderbericht**.

Am Sonntag den 08.August ging unsere Wanderung zum Altenberger-Dom.
Es ist egal wie oft man dorthin geht, es ist immer wieder ein Erlebnis.
Da sicherlich alle Leser genug darüber wissen, kann ich mir die Details sparen.
Wer jedoch lange nicht mehr dort war, dem empfehle ich dringend einen Besuch.

Am Sonntag den 04.September führte uns der Weg über die „Sambatrasse".
Herrlichstes Wanderwetter, gute Stimmung und eine fast ebene Strecke machte diese Wanderung zum reinsten Vergnügen. Der Weg ist breit genug, so dass sich Wanderer und Radfahrer ausgezeichnet vertragen. Ich war schon längere Zeit neugierig auf den kostenlosen Blick in den Zoo. Man kann dann von oben die neue Anlage für Tiger und Löwen sehen. Der angebrachte „Hinweis für Tiger: Essen auf Räder" gilt dann nur für Radfahrer und nicht für Wanderer. Gott sei Dank. (Sind Wanderer ungenießbar?)
Die Trasse ist knapp 9 Kilometer lang und führt über Küllenhahn nach Cronenberg. Selbstverständlich haben wir auf der Terrasse von Haus-Neuenhof den Schwimmern im warmen Wasser zugesehen. So hatte jeder was er wollte, der eine von außen und der andere von innen. Auch dieser Weg wird dringend zur Nachahmung empfohlen.

Unsere traditionelle Wanderwoche
führte uns dieses Jahr an die Mosel, in das herrliche Weindorf Klotten.
Ein sauberes Örtchen mit schöner Umgebung und ansprechender Kultur.
Alles das wurde uns vermittelt durch einen Wanderführer, dem es gelang uns auch mit „langweiligen" Geschichtsdaten zu fesseln. Wir erfuhren einiges über das Dorf und deren Menschen, über die Burgruine und die Kirche, über Politik und Glauben der einstigen Herrscher dieses Landes.



Damit uns auf der Exkursion nicht die Kraft verlies, hatte unser Hotel nicht nur eine willkommene„Weinpause" eingeplant, nein, es gab sogar noch eine richtige „Weinberg-Vesper mit allem Drum und Dran", Wir befanden uns hoch oben, mitten im Weinberg, mit toller Aussicht. Petrus war unser Gast und er hatte das herrlichste Wetter mitgebracht. Das aufgebaute Freiluft-Büfett lies keine Wünsche offen. Es gab reichlich Käse, Wurst, Schinken, Frikadellen, Brotspezialitäten und frittierte, in Speck gerollte Aprikosen. Eine Köstlichkeit. Dazu wurden erstklassige Weine gereicht. Es war für jeden Geschmack das Richtige dabei. Der Hotelchef ließ es sich nicht nehmen, uns persönlich zu begrüßen. So erfuhren wir noch ganz nebenbei eine Menge über seinen Weinberg und den Wein. Der ebenfalls anwesenden Köchin konnten wir das lange fällige Kompliment und den Dank für die hervorragenden, abendlichen Menüs aussprechen. Ein rundherum gelungener Tag.

Auf geht`s. Unsere Fähre geht um 10:00Uhr. Hau rein.
Es fiel mir jeden Morgen gleich schwer mein Frühstück zu beenden, obwohl ja nun eine Stunde lang genug sein sollte. Man sitzt noch zusammen bei einer Tasse Kaffee, nach dem man sich aus dem großzügigen Angebot bedient hatte. Das Bötterken für unterwegs war auch schon eingepackt.
(Oh, beinahe hätte ich das Ei vergessen)

Heute geht es entlang der Mosel nach Treis-Karden. Ein anstrengender Weg. Zwei, oder auch drei Schritte gehen, Knie beugen, Arme lang machen, Hand öffnen, Walnuß aufheben, aufrichten, Nuß in Tüte legen. Ich wiederhole. Nee, lieber nicht. Es kam dabei einiges zusammen. So auch bei unserer Ilse. Sie trug ihre Plastiktüte mit Vorsicht und konzentrierte sich auf den Weg vor ihr. Da ich hinter ihr herging, kam es, dass ich, ungeschickt wie ich bin, zufällig, vor ihre Plastiktüte trat, die darauf einen Hüpfer machte und ein undefinierbares, aber lautes Geräusch von sich gab. Ilse sprang aus dem Stand ca. einen halben Meter hoch. „Mein Gott habe ich mich erschreckt! Was war das?“ brachte sie stöhnend heraus. Ihrem Gesicht war anzusehen das sie eine gehörige Portion „AdrianLie“ oder wie das Zeug heißt, abbekommen hatte. Ich konnte mich nur mit Gewalt trocken halten. Böse Zungen haben später behauptet, ich hätte es extra getan. Niemals, ehrlich.

Foto: Ralf Koch

Für den Hit, den absoluten Höhepunkt unserer Wanderwoche sorgte GARMIN. Ein kleines technisches Spielzeug, welches jedoch in der Hand von Unbedarften die Brisanz von Dynamit erhält. Eigentlich ist es nur ein simples Navigerät für harmlose Wanderer. Aber wehe, ohne Gebrauchsanweisung und dann noch im Ersteinsatz. Joo meeii. Anfangs lief alles wie geplant. Neben den Anweisungen vom Navi gab es auch noch Wegweiser nach denen man sich orientieren konnte. Ebenso stand ausreichendes Kartenmaterial zur Verfügung. So konnte man also die Angaben von GARMIN kontrollieren. Prima, klappt hervorragend. Also, Karten weg und den Angaben des Navi folgen. (Wegweiser hatten schon vor einiger Zeit aufgehört zu existieren) Wir waren alle sehr gespannt und begutachteten unseren elektronischen Führer ständig. Seltsamerweise waren die Frauen heute sehr zurückhaltend. Ob sie schon etwas ahnten?
Nach einer ausgedehnten Stärkung ging es dann los, aber richtig.

Hinein in den dunklen Wald. Der Weg war übersät mit Ästen, Steinen, Zweigen und Gestrüpp. Es ging dann steil bergab und aus dem Weg wurde ein immer schmaler werdender Pfad. Ein Wildwechsel noch, mehr nicht. Vorne weg marschierte Rolf und einem Bulldozer gleich, räumte er sich durch das mittlerweile beängstigende Dickicht. Mangels einer Machete wurden von ihm Zweige und auch Äste mittleren Kalibers, Opfer seiner „Trittfestigkeit“.

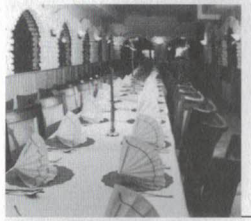
Wir folgten ihm und hatten in der Tat alle Hände voll zu tun, um uns weiter zu kämpfen. Endlich im Talgrund angekommen, standen wir nun vor einem Bachlauf, natürlich ohne eine Brücke. Franz, der immer wieder fassungslos seinen GARMIN beschwor äußerte die Hoffnung, dass der Weg auf der anderen Seite wieder einigermaßen begehbar sei. Eine Umkehr wurde durch den Blick zurück auf die hinter uns liegende Strecke ausgeschlossen. Wir befanden uns also mitten in einem Wald, in dem schon seit Jahrhunderten nicht mehr aufgeräumt worden war. Aber gemeinsam sind wir stark und unschlagbar. Nach dem Motto: „Einer für Alle und Alle für Einen“ schafften wir dann auch den Bachlauf ohne uns nasse Füße zu holen. Gott sei Dank.
Es ging wieder bergauf. (auch mit uns) Nun lagen auch keine Äste und Zweige mehr im Weg, statt dessen jedoch gab es hier mehr Brennnesseln und auch Brombeerranken. Der Boden wurden immer aufgewühlter und matschiger.
Vor uns eine Riesen-Suhle! Plötzlich war alles klar.
Wir befanden uns im Zentrum eines Wildschweinreviers!
Um uns herum standen mehrere Rotten der Schwarzkittel.
Sie starrten uns an und hätten jeden Moment angreifen können.
Da sie sich jedoch sehr gut getarnt hatten haben wir leider nicht ein einziges Stück gesehen. Noch nicht einmal einen Frischling. Schade?!
Wir marschierten weiter.
Ich weiß nicht genau wie es geschah, aber plötzlich war Mila verschwunden. Sie hatte sich kurzerhand zu Boden begeben nachdem ihr von einer Brombeerranke ein Bein gestellt worden war. Sie konnte sich noch rechtzeitig abfangen bevor ihr eine erfrischende „Suhlenmaske“ aufgetragen wurde. Ihre schlammverschmierte Hose trocknete von selbst. Aber...

Hotel-Restaurant

LANGERFELDER HOF

Öhder Straße 71 · 42289 Wuppertal

Telefon: +49(0)202 - 60 65 51
Telefax: +49(0)202 - 60 58 11
E-mail: info@langerfelder-hof.de
www.langerfelder-hof.de



Unsere schönen Räumlichkeiten bilden einen idealen Rahmen für große Gesellschaften, Geschäfts,- Familien- und Weihnachtsfeiern.

Treffpunkt der OTB Wanderabteilung

Im Laternchen

Montags Ruhetag

Inh. Peter und Anni Andereya

über 35 Jahre
1973 - 2008

Gute Küche und Bergische Gastlichkeit in Heckinghausen

2 VOLLAUTOMATISCHE BUNDESKEGELBAHNEN

Peters Heim-Service:

KALTE UND WARME SPEISEN AUSSER HAUS

42289 Wuppertal - Heckinghausen • Gosenburg 27 • Telefon 62 69 30 und 62 68 63

Restaurant

2 Bundeskegelbahnen

RANKE ECK

Inh. MILOSAVLJEVIC ZELJKA

Öffnungszeiten
11.30 - 14.30 Uhr
17.00 - 23.00 Uhr
Mittwoch Ruhetag

Tel. 02 02 - 62 19 89 • Fax 02 02 - 62 26 00
Heckinghauser Straße 114 • 42289 Wuppertal

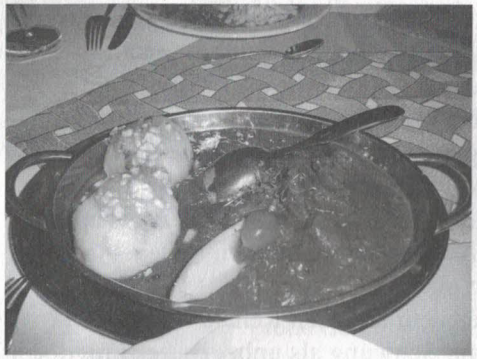
e-mail: info@ranke-eck.de
www.ranke-eck.de

Mit Geschick und Ausdauer hat sie dann auch die Brombeerranken-Dornen aus ihren Händen entfernt. Nach 200 Stück hat sie jedoch aufgehört zu zählen. Irgendwann, nach mehrfachem Übersteigen von umgestürzten Bäumen, erreichten wir wieder normales Gelände und standen unvermittelt vor einen Wildgehege. Der dort beheimatete Rehbock kam auf uns zu, sah uns erstaunt an, zog die linke Augenbraue hoch und fragte ungläubig:
„Seid ihr wirklich gerade **da** aus dem Wald gekommen?“ (Natürlich nicht.)
Froh gelaunt, weil eben der grünen Hölle entronnen, marschierten wir nun ein kurzes Stück über die Landstraße. Das Asphaltband unter den Füßen, einen breiten Rasenstreifen daneben und dann ein, mit Grün bewachsener Graben, was soll da schon passsieren? So dachte bestimmt auch Renate M. bevor, ja bevor sie auf die Straßenkante trat um mit Schwung als unbekanntes Flugobjekt im Graben zu landen. Noch bevor sie zur Ruhe kam, und wie ein Maikäfer auf dem Rücken liegend, mit allen Vieren zappeln konnte, waren Wilfried und Franz schon bei ihr. Mehr als ein Dutzend erschreckte Gesichter und doppelt so viel helfende Hände streckten sich ihr entgegen.

Foto: Ralf Koch

Ich kam erst dazu als sie bereits Entwarnung gab.
„Mir geht es gut, es ist nichts passiert“.
Turnen hält fit und ... >Danke lieber Schutzengel!<, es hätte böse enden können.
Ohne weitere Zwischenfälle kamen wir müde und geschafft wieder ins Hotel.
Beim Duschen bin ich dann beinahe eingeschlafen.

Putzmunter war ich dann wieder beim abendlichen Menü.
Es gab nämlich Wildschwein. Hervorragend zubereitet.



Bevor es dann zu Bett ging saßen wir noch eine Weile zusammen und ließen den Tag noch einmal Revue passieren.
Es war ein anstrengender, aber ein schöner Tag, so wie jeder Tag in unserer Wanderwoche ein besonderer Tag war. So war es dann auch selbstverständlich, dass sich die Gruppe, bei unserem Franz bedankte.
Denn ohne eine Menge Arbeit im Vorfeld, ist so eine erlebnisreiche Woche gar nicht möglich. Danke Franz ! Ganz toll !
Später, als ich so an GARMIN und seine Eskapaden dachte, wusste ich auch, wieso er gerade diesen Weg angezeigt hatte.
Er war mit der falschen Karte programmiert worden.
Statt Eifel und Moselschleife war bestimmt ein Teil vom Urwald auf Sumatra oder das Sumpfgebiet im Mekong-Delta eingelesen worden.

Horrido und Gott zum Gruße
Jürgen

Foto: Ralf Koch

BLUMENHALLE
Bodo Flunkert
42289 Wuppertal - Barmen
Heckinghauser Str. 12–14 · Ruf 59 12 62
Seit 1905 in Heckinghausen

Der Treffpunkt des OTB 1888 Wuppertal e.V.
in Heckinghausen
KÜPPERS KÖLSCH
Gaststätte „LINIA"
INH. KARIN MÜLLER
Öffnungszeiten:
Di.-Do. 10.00 - 14.00 Uhr und 16.00 - 1.00 Uhr
Fr. und Sa. 10.00 - 1.00 Uhr durchgehend
So. 10.00 - 13.30 Uhr und 17.00 - 1.00 Uhr geöffnet
Saal (ca. 30 Personen) für Feierlichkeiten u.Trauerfeierlichkeiten
42289 Wuppertal, Linienstr. 17, Tel. 02 02 / 62 73 21

IM FACHVERBAND DES DEUTSCHEN BESTATTUNGSGEWERBES E.V.
BESTATTUNGS UNTERNEHMEN
Friedrich Vollmer
BESTATTUNGEN
Heckinghauser Str. 167-169
Telefon (02 02) 62 43 27
42289 WUPPERTAL

Rhein-Ruhr-Pokal 2008

Am 21.9.2008 fand in Duisburg das 21. Rhein-Ruhr-Pokalturnen des MSV-Duisburg statt. Wir freuten uns sehr, dass wir in diesem Jahr wieder einmal an dieser Veranstaltung teilnehmen konnten und so trafen wir uns um 8.30 Uhr an der Turnhalle Meyerstraße , um gemeinsam nach Duisburg zu fahren. Diesmal konnten wir mit 3 Mannschaften starten. Um 10.00 Uhr begann das Einturnen und um 10.55 Uhr war Einmarsch aller 37 !!! Mannschaften. Dann ging es riegenweise an das 1. Gerät und ohne weiteres Einturnen starteten die Kinder. Im Wettkampf 1 (Jhg. 1999 und jünger) starteten wir mit Fiona Neumann (Jhg. 2002), Sophie Siegert (01), Jana Holst (99) und Alicia Zander (00). Sie zeigten an allen Geräten die für ihre Wettkampfklasse höchste Übung, die P4. Sophie und Fiona waren mit die jüngsten und vor allen Dingen auch die körperlich kleinsten Turnerinnen (120 und 115 cm), zeigten aber schon ihre Klasse, ebenso wie Jana und Alicia, die ja erst in diesem Jahr mit dem Turnen begonnen haben. Sie zeigten an allen Geräten ihre Leistungen und erreichten in einem 12 er Starterfeld 151,30 Pkt.. Damit erturnten sie den 8. Platz. Zum 1. Platz fehlten allerdings auch nur knapp 6 Punkte. Hier war die Leistungsdichte doch recht eng.

Im Wettkampf II (Jhg. 1996 und jünger) gingen wir mit Lea Schöler (Jhg. 98), Lena Schultheis, Sabrina Görlich und Lisa Riggio an den Start. Auch hier waren sie die Jüngsten und hier konnten die Übungen von P4-P7 gezeigt werden. Unsere Mädchen turnten zumeist die A5 und die A6. Sie zeigten gute Übungen. Leider trauten sie sich keine ordentlichen Handstände am Balken (es waren sehr schiefe Türme von Pisa) und sie machten dort auch nur Mini-Sprünge. Dagegen zeigten sie prima Leistungen am Boden und Sprung. Am Barren gingen wir auf Nummer sicher, denn im Training klappte die Felge vorlings (eine Rolle vorwärts um den Barrenholm) nur selten. Hier turnten sie die P5, allerdings mit ziemlich tiefen Unterschwüngen. Nichtsdestotrotz erreichten sie mit 156,40 Pkt. ebenfalls den 8. Platz von 13. Mannschaften. Hierbei stachen die Sieger wirklich heraus, denn sie hatten 8 Pkt. Vorsprung auf Platz 2 und sie zeigten an allen Geräten die A7.

Im Wettkampf IV (Jhg. 96 und jünger) konnten wir seit langem auch wieder einmal mit einer Jungenmannschaft an den Start gehen. Hier zeigten Lukas Passelat (98), Alexander Gerlach (98) und Daniel Neumann (99) ihr Können. Chris Röder (98) hatte sich leider am Montag beim Training beim Durchgehen unter der Reckstange, den Kopf an dieser so doll gestoßen, dass er eine Woche mit Gehirnerschütterung zu Hause bleiben mußte.

Er fehlte der Mannschaft sehr, denn auch Daniel konnte wegen einer Nagelbettentzündung am dicken Zeh, nur gehandicapt an den Start gehen. Auch die Jungen konnten ihre Übungen von der P4 - P7 aussuchen. Sie zeigten gute Übungen und wurden mit 157,40 Pkt. 4. Sieger, wobei auch sie die Jüngsten in ihrem Teilnehmerfeld waren. Es war für die Jungen aber auch toll, einmal als Mannschaft antreten zu können.

Es war ein schöner harmonischer Wettkampf und alle Mannschaften wurden aufgerufen, gingen nach vorne, erhielten eine Urkunde und jedes Kind eine Medaille.

Um 14.30 Uhr war der Wettkampf zu Ende und alle fuhren frohgelaunt nach Hause, auch wenn es diesmal nicht für einen Treppchenplatz gereicht hatte.

Birgit Neumann

Rhein-Ruhr-Pokal 2008

Name	P	Sprung	P	Boden	P	Barren	P	Reck
Alexander Gerlach	5	13,20	5	12,75	4	10,90	4	13,20
Daniel Neumann	5	12,20	5	13,00	6	13,45	4	13,15
Lukas Passelat	5	13,40	5	13,60	6	13,95	5	14,60
		38,80		39,35		38,30		40,95
						Balken		
Lena Schultheis	4	11,65	5	13,85	5	13,10	4	11,65
Lea Schöler	5	12,75	6	14,35	6	12,10	5	12,30
Sabrina Görlich	5	12,60	6	14,10	6	12,95	5	9,70
Lisa Riggio	5	12,75	6	14,50	6	13,30	5	12,05
		38,10		42,95		39,35		36,00
Fiona Neumann	4	12,95	4	13,15	4	12,05	4	12,20
Sophie Siegert	4	12,70	4	12,30	4	11,60	4	12,15
Jana Holst	4	12,30	4	12,95	4	11,45	4	13,15
Alicia Zander	4	12,70	4	12,85	4	12,30	4	12,70
		38,35		38,95		35,95		38,05
Bitte beachten: Für die Gesamtpunkte nur die besten 3 Wertungen!!!								

Termine

19.10.2008	P-Stufen-Mannschaftswettkampf der. Mädchen und P-Stufen-Einzelwettkampf der Jungen in der Turnhalle Adlerbrücke
08.11.2008	Stiftungsfest anläßlich 120 Jahre OTB im Casino der Firma Mebrana Mitwirkung der Kinder durch Schauturnen Eltern können auch gerne Karten erwerben und die Feier miterleben. Auftritt der Kinder von ca. 19.30 bis 22.00 Uhr.
22.11.2008	Cilly-Knaust-Pokal in Erkelenz Hier können 2 Mannschaften a 8 Turnerinnen. und Turner altersgemischt an den Start gehen. Ab Jahrgang 2000 und älter Genaue Mannschaftsaufstellung folgt später
12.12.-14.12.08	Vereinsmeisterschaften in der Turnhalle Ziegelstraße

HECKINGHAUSER REISEBÜRO
JÖRG FETT
IHR PARTNER FÜR
URLAUB & REISEN
Heckinghauser Straße 219
W.-Barmen, Tel. 02 02 - 2 620 620, Fax 2 620 624

Neckermann Reisen
ITS
LTU

PKW-, Bus-, Bahn-, Flug- und Seetouristik
Viele preiswerte Angebote für Kurzentschlossene
Für Clubs, Vereine, Gruppen: Tolle Wochenendreisen mit Programm
Kreuzfahrten mit den schönsten Schiffen auf allen Weltmeeren
Mein Service für Sie: DB-Fahrkarten u. Flugtickets zum Originalpreis

RESTAURANT
Landsknecht
Inh.
Vaia Buziani

gut bürgerliche Küche und griechische Spezialitäten

Bundes-Doppel-Kegelbahn,
Saal für Festlichkeiten aller Art bis 40 Personen

Waldeckstr. 6
42289 Wuppertal
Tel.: 0202 / 625153

täglich:
11.30 - 14.00 Uhr
(Mittagskarte)
17.00 - 23.00 Uhr

Gutenberg 1400 - 1468
Erfinder der Buchdruckerkunst

Tradition verpflichtet zum Fortschritt

Meyer-Druck GmbH

Buchdruck - Offsetdruck - Verlag
Digitale Satz- und Reprotechnik

Bockmühle 4 - 42289 Wuppertal
Telefon 02 02 - 62 91 91 - Telefax 02 02 - 62 08 62
e-mail: meyer_druck@freenet.de

Was wir noch sagen wollten

Wir gratulieren unseren Mitgliedern zu ihren Vereinsjubiläen:

01.09.1953	Siegmund Schäfer	55 Jahre
01.12.1958	Wilfried Bollmann	50 Jahre
01.09.1978	Helga Koch	30 Jahre
01.09.1978	Christine Krahe	30 Jahre
01.10.1983	Ingrid Hollbach	25 Jahre
24.11.1993	Gerhard Greiff	15 Jahre
01.12.1993	Gerd Kohler	15 Jahre
18.11.1998	Jörg Lambach	10 Jahre

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder, die von Mai bis September 2008 eingetreten sind:

11.05.2008	Jemina Wetzke	Indiaca Jugend
22.05.2008	Asia Kaiser	Indiaca Jugend
01.08.2008	Renate Warnecke	Wandern
18.08.2008	Letizia Riggio	Kinderturnen
08.09.2008	Lina Kuche	Kinderturnen
08.09.2008	Nele Leyendecker	Kinderturnen
08.09.2008	Sarah Bartzick	Kinderturnen
22.09.2008	Lena Niepieklo	Kinderturnen

Herzlichen Dank allen Inserenten
für ihre freundliche und finanzielle Unterstützung.

INDIVIDUALITÄT HAT KEINEN FESTPREIS.

TRAUER BRAUCHT MENSCHLICHE NÄHE.

BESTATTUNGEN
NEUSEL
INH. B. NEUSEL-MUNKENBECK

BERLINER STRASSE 49 + 52-54
42275 WUPPERTAL
✆ (TAG UND NACHT) 02 02 / 66 36 74
WWW.NEUSEL-BESTATTUNGEN.DE

Liebe OTBer

Aus beruflichen Gründen muß ich die Öffnungszeiten der Geschäftsstelle wieder ändern.

Ab sofort ist die Geschäftsstelle geöffnet:

Mittwochs, 17 - 19 Uhr

und wenn die Jalousien hochgezogen sind.

Prellball-Gymnastik-Abteilung

Die Sommertour 2008

Was täten wir ohne sie, die Organisatoren, die sich Jahr für Jahr engagieren? Danke Siegfried, danke Evelyn und Michael.

So früh wie diesmal sind wir lange nicht gestartet. 6.57 Uhr ab Bahnhof Oberbarmen!!! Schon auf dem Bahnsteig erhielten wir unsere reichliche Marschverpflegung. An alles war gedacht.
In Elberfeld stieg der „Rest zu, dann aber mit Umsteigen in Köln nach Brohl am Rhein. Für die, die das nicht kannten, war der „Vulkanexpreß", eine Schmalspurbahn, bergauf bis Engeln ein Erlebnis. Für die, die das kannten, bei diesem tollen Wetter eine schöne Wiederholung.

Nach ca. 90 Minuten waren wir „oben" in Engeln an der Endstation. Schnell fanden wir den von Sigi engagierten Führer und los ging es. Erst durch seine Hinweise wurde deutlich, dass wir uns in einem Vulkangebiet befanden. Wie er so schön sagte, liegen Engeln und Weibern mitten in einer Caldera. Die Wanderung sollte von Engeln über Felder mit Fernblick und Steinbrüche bis Weibern gehen (nicht bis zu „den Weibern", sondern zu dem Ort Weibern) wo im Gasthof „Eifelstube" gerastet und natürlich gegessen werden sollte. Der Heimatkundler hatte in seinem Rucksack eine ganze Anzahl von Gesteinsproben, die alle aus der Umgebung stammten. Er erklärte uns alles über Basalt, Tuff und Bims und Bums, konnte anschaulich über das Alter, Formen und Farben berichten. Der Steinbruch zeigte Spuren früherer und gegenwärtiger Abbaumethoden. In einem Steinmetzmusterbetrieb erfuhren wir, wie das Vulkangestein bearbeitet wurde und welche wirtschaftliche Bedeutung es früher für die örtliche Bevölkerung hatte. Der Ort Weibern ist in seinem Kern ein Beispiel dafür, wo und wie das Vulkangestein verbaut wurde. Auf mich wirkte das alles ein wenig düster und erinnerte sehr an die Bretagne.

Um so besser war dann der Eindruck von der „Eifelstube". Der Weg zurück führte leicht bergauf, aber dank des tollen Sonnenwetters war es ein Vergnügen. Der Organisator hatte noch Geld in der Kasse, so dass es vor Abfahrt mit dem Vulkanexpress noch eine Runde gab.

In Brohl hatten wir leider viel Zeit zum Anschluß nach Köln. Der Ort hat mich nicht beeindruckt, zumal ein ortsansässiger Radfahrer meinte, es gäbe an diesem Tag keinen Ausschank im Ort. Über Köln nach Wuppertal, eine hastige Verabschiedung und vorbei war ein schöner Tag.

Allen, die die Tour aus gesundheitlichen Gründen nicht mitmachen konnten, unsere besten Wünsche für Kraft und Hoffnung auf eine baldige Genesung.

Soll ich mit der „Atemgymnastik" weiter machen?
Es hat sich noch niemand beschwert.
Wenn man einmal angefangen hat, sich damit zu beschäftigen, geraten einem immer mehr Veröffentlichungen in die Finger. Das Thema Rückbesinnung auf richtige Atmung scheint ein ganz aktuelles Thema zu sein.
Ich wollte mich bisher an den Hinweisen von Pilates und Feldenkrais entlang hangeln, in deren Belehrungen die Atmung nur ein Teil einer Rückbesinnung auf natürliche Körperfunktionen ist, die allesamt auf eine Verbesserung unseres Wohlbefindens hinwirken.

Es geht bei allen Veröffentlichungen im Kern darum, die Atmung wieder bewusst zu machen. Eine Yoga-Lehrerin aus München führt ein Beispiel für die negative Veränderung wie folgt an: Während Babies noch mit dem ganzen Körper atmen, schaffen es viele Grundschüler gerade mal bis zur Brust.
Streß und Leistungsdruck trennen mehr und mehr die Verbindung zwischen Körper und Atmung. Die Folge: Verspannungen im Bereich Schultern und Nacken, Unruhe und abnehmende Fähigkeit zur Entspannung.
Wer die letzten Hefte noch aufbewahrt hat, wird sehen, dass die gleichen Feststellungen auch von mir von Feldenkrais zitiert wurden.

Wollen wir mal „richtig" Luft holen?

1. Mund auf, Zunge nach hinten umschlagen (macht die Atmung tiefer). Und nun zwei drei tiefe Atemzüge machen.

2. Wechselnd durch das eine Nasenloch ein- und durch das andere ausatmen.
   Jedes Nasenloch versorgt, und das ist wissenschaftlich belegt, eine andere Gehirnhälfte. Also los: am besten im Sitzen, ganz normal einatmen, zuerst das rechte Nasenloch mit dem Finger zudrücken und durch das linke Nasenloch ausatmen.
   Dann einatmen, das linke Nasenloch zudrücken und durch das rechte ausatmen.
   Dann ein Nasenloch zudrücken, durch das andere einatmen, dann dieses zudrücken und durch das andere ausatmen. Ein paar Mal wiederholen. Das entspannt.

3. Auch das manchmal von uns belächelte „om" der buddhistischen Mönche ist eine Atemübung, die zur Entspannung und zur ursprünglichen Atmung führt. Probiert es mal: aufrecht hinsetzen, einatmen und beim Ausatmen „om" brummen, dabei das Atmen lang andauern lassen.

Genug für heute. Beim nächsten Mal atmen wir wieder auf der Matte.

Ach ja, der Witz des Monats:
Eine gestresste Ehefrau kommt zum Psychiater. Herr Doktor, mein Mann muß verrückt sein. Beim Frühstück isst er jedes Mal die Kaffeetasse mit, bis auf den Henkel. Gnädige Frau, Sie haben recht, Ihr Mann muß verrückt sein, der Henkel ist doch das Beste.

Bis die Tage
Euer Jörg

Indiacaturnier 2008

Am 20.9.2008 war es wieder soweit. Sieben Mannschaften trafen sich zum sechsten Indiacaturnier in der Heckinghauser Turnhalle. Von den 7 Mannschaften konnten wir sagenhafte 3 Mannschaften stellen, was bei den anderen Bewunderung hervorrief, da diese mit Mühe 5 Spieler (innen) finden konnten. Wer Zuschauer und Spieler an diesem Tag war, konnte ein sehr ausgeglichenes Turnier sehen, da sehr oft Sätze sehr knapp gewonnen wurden.

Zum Glück gab es zwischendurch eine Pause, in der Mann, beziehungsweise Frau sich vom leckeren Buffet stärken konnte und unsere Indiacajugend uns ihr Können präsentierte. Nach 6 Stunden intensiver sportlicher Betätigung stand folgendes Endresultat fest:

1. OTB 1
2. SC Erkrath
3. OTB 2
4. OTB 3
5. TSV Hochdahl
6. ATV Wuppertal
7. Düsseldorf Süd

Wir danken Horst, Konstanze und Susanne für die tolle Vorbereitung und Leitung des Turniers und unseren fleißigen Küchenbienen für die tolle Hilfe.

Simone Neumann

OTB Indiaca-Turnier 2008

Die Mannschaft OTB 2 beim Einsatz

In der Spielpause an unserem Buffet

Die Mannschaftn OTB 1gegen OTB 3 bei ihrem Spiel

Die Mannschaft OTB 3 belegte den 4. Platz

Mannschaft OTB 1 in vollem Einsatz

Gruppenbild nach den Turnier

Die Leser des OTB Nachrichtenblattes möchten wir bitten, diejenigen Unternehmen und Geschäfte, die durch Aufgabe von Inseraten in unserer Zeitung wesentlich zur finanziellen Unterstützung des Vereins beitragen, bei anstehenden Einkäufen besonders zu berücksichtigen.

Einladung zum Stiftungsfest am 8. Nov. 2008

- im Casino der Firma Membrana in der Öhder Straße -

Liebe OTB'er,

ein Stiftungsfest ist die Feier aus Anlass des Jahrestages der Gründung eines Vereins.

Unser Verein besteht in diesem Jahr seit 120 Jahren.

Aus diesem Anlass wollen wir wieder eine Feier veranstalten, zu der wir schon jetzt alle Mitglieder und Eure Freunde einladen.

Bei diesem festlichen Ereignis werden OTB-Mitglieder für langjährige Mitgliedschaft und anderer Verdienste geehrt.

Die Feier mit musikalischer Begleitung und Show-Einlagen soll geprägt sein von guter Unterhaltung und persönlichen Gesprächen.

Die Mitwirkung aus eigenen Reihen ist erwünscht.

Für das leibliche Wohl wird wieder gesorgt.
Zum Abendessen bieten wir 3 Menüvorschläge an:

Menü 1 - Rinderbraten mit Rotkohl und Knödel
Menü 2 - Schweinebraten, Gemüse Hollandaise überbacken und Kartoffelgratin
Menü 3 - gemischte Kalte Platte

Der Kartenverkauf beginnt im Oktober 2008

Entsprechend eines hoffentlich guten Zuspruches grüßt die

Planungsgruppe des Stiftungsfestes

GESANGABTEILUNG

Feststehende Termine:

November: Samstag, 8.11.2008 - Stiftungsfest: im ehemaligen Enka-Casino, Oederstraße
Mitwirkung der **Gesang - Abteilung**
Einlass: 18.00 Uhr. Ausgabe Essen: 19.00 Uhr.
Beginn: 20.00 Uhr

November: Samstag, 15.11.2008 - Beginn: **16.00 Uhr**
Jubilarehrung: im Cronenberger Festsaal
Holzschneiderstr. 16
42349 Wuppertal

Dezember: Samstag, 6.12.2008 - Beginn: **15.00 Uhr** (Treffen 14.45 Uhr)
Senioren Advent Feier des Heckinghauser B.V.
im **Paul Gerhardt Haus**
Mitwirkung der **Gesang - Abteilung.**

Sonntag, 07.12.2008 - **Stadthalle:** Altersturnertreffen

Treffen zum Einsingen 15.10 Uhr
Beginn: 15.30 Uhr

Mitwirkung: **Gesang - Abteilung des OTB**
gemeinsam mit der
Gesang - Abteilung Ronsdort - Graben

Dienstag, 16.12.2007 Paul Gerhardt Haus
Weihnachts-Feier der
Gesang-Abteilung
Beginn: **19.00 Uhr**

Gäste sind herzlich willkommen. Anmelden: Tel. 0202/722451 oder bei den Sängern.

Gesangabteilung

Am Samstag, dem 23. August, starteten 36 Personen bei recht gutem Wetter zur Familientour. Leider konnten einige aus gesundheitlichen Gründen nicht mitfahren. Die Fahrt führte uns über Anröchte zum Edersee. Um 8.00 Uhr starteten wir ab Widukindstraße über die A 1 in Richtung Ak Dortmund-Unna über die A 44 und die B 55 nach Anröchte, wo wir gegen 9.15 Uhr eintrafen. Im Gasthof Röbers, wo wir schon im Vorjahr gefrühstückt hatten, erwartete uns wieder ein **Super** Frühstück. Nach einem Aufenthalt von einer Stunde ging es weiter. Durch landschaftlich schöne Gegenden fuhren wir Richtung Edersee. Nah der Ankunft im Restaurant „Zum Schluckspecht" machten wir Mittagsrast. Es gab Vorsuppe, Jägerschnitzel mit Pommes und Salat (Salatbüfett war nicht das gelbe vom Ei).

Nach dem Essen konnte man zur Schiffsanlegestelle wandern. Leider war das Wetter uns nicht gut gesonnen. Es regnete, wodurch die Pause bis zur Schifffahrt nicht gut genutzt werden konnte. Die Schiffahrt war dann gut; es regnete zwar einige mal, aber wir saßen im Trocknen. Der Weg zurück zum Bus war sehr anstrengend. Der Edersee war halb leer und man musste einen steilen Hang hinauf. Die Gehbehinderten hatten arge Probleme (leider konnte die Reiseleitung das bei der Vortour nicht ahnen. Damals war der See bis an den Rand voll). Die Rückreise führte uns nun wieder nach Anröchte zum Restaurant „Röber-Bolte" zum Abendessen. Es gab dort kalte Platte mit Brot, Wurst und Kartoffelsalat. Gegen 19.30 Uhr setzten wir die Rückreise in Richtung Heckinghausen fort, wo wir knakk 21.00 Uhr unser Ziel, die Widukindstraße, erreichten. Alles in allem war die Tour doch recht schön. Wir hoffen auf ein nächstes Mal im nächsten Jahr.

Jürgen Schmidt

Wir gratulieren herzlich unseren Geburtstagsjubilaren und Senioren:

Geburtstage November und Dezember 2008

06. 11. 1931	Marianne Fleuss	Reinshagenstr. 50, Wuppertal	77 Jahre
06. 11. 1943	Allmuth Kappelhoff	Hainholz 127, Wuppertal	**65** Jahre
07. 11. 1938	Reinhard Pepke	Gennebreckerstr. 71, Wuppertal	**70** Jahre
08. 11. 1938	Ruth Kirmis	Kleestr. 14, Wuppertal	**70** Jahre
09. 11. 1958	Renate Prica	Tunnelstr. 6, Wuppertal	**50** Jahre
10. 11. 1938	Horst Merkamp	Fischertal 41, Wuppertal	**70** Jahre
10. 11. 1943	Karin Böhm	Wilhelm-Hedtmann-Str. 34, W.tal	**65** Jahre
11. 11. 1934	Friedrich Nau	Obere Lichtenplatzer Str. 235, W.tal	74 Jahre
16. 11. 1936	Paul Schindele	Hoeschstr. 18, Wuppertal	72 Jahre
18. 11. 1923	Gerda Petig	Starenstr. 141, Wuppertal	**85** Jahre
18. 11. 1936	Margret Kaddatz	Oehderstr. 19, Wuppertal	72 Jahre
22. 11. 1938	Irmgard Bauer	Heckinghauserstr. 234, Wuppertal	**70** Jahre
26. 11. 1938	Klaus Wessel	Meisenweg 9, Sprockhövel	**70** Jahre
28. 11. 1932	Christel Steinbach	Gosenburg 26, Wuppertal	76 Jahre
29. 11. 1988	Christian Görlich	Am Deckershäuschen 138, W.tal	**20** Jahre
29. 11. 1988	Stefan Görlich	Am Deckershäuschen 138, W.tal	**20** Jahre
04, 12. 1929	Elisabeth Lünenschloß	Kleestr. 51, Wuppertal	79 Jahre
04. 12. 1958	Klaus Peter Rüb	Bockmühle 21, Wuppertal	**60** Jahre
06. 12. 1923	Kurt Hackenberg	Wollstr. 29, Wuppertal	**85** Jahre
06. 12. 1938	Udo Breidenbach	Siegesstr. 100, Wuppertal	**70** Jahre
07. 12. 1937	Helene Prepens	Emilstr. 18, Wuppertal	71 Jahre
13. 12. 1943	Christa Fischer	Jasminweg 6, Wuppertal	**65** Jahre
16. 12. 1932	Maria Petig	Hoeschstr. 12, Wuppertal	76 Jahre
17. 12. 1935	Werner Beek	Zanellastr. 56a, Wuppertal	73 Jahre
17. 12. 1953	Carmen Friedhoff	Bornscheuerstr. 14, Wuppertal	**55** Jahre
19. 12. 1932	Hildegard Quellmann	Chamissostr. 15, Wuppertal	76 Jahre
27. 12. 1932	Ruth Bernstein	Ehrenbergerstr. 84, Wuppertal	76 Jahre
29. 12. 1937	Renate Schindele	Hoeschstr. 18, Wuppertal	71 Jahre

BEZIRKSVEREIN HECKINGHAUSEN E.V.

Liebe Freunde des OTB!

Seit vielen Jahren verbinden den Bezirksverein Heckinghausen e. V. und Ihren OTB eine intensive und erfreuliche Zusammenarbeit. Hierfür möchten wir uns herzlich bedanken.

Wir werden weiterhin versuchen, das Beste zum Wohle unseres Stadtteiles zu erreichen.

Mit Ihrer Mitgliedschaft im Bezirksverein Heckinghausen e. V. können Sie dazu beitragen. Der Jahresbeitrag beträgt nur Euro 10,00.

Werden Sie Mitglied im Bezirksverein Heckinghausen e.V.

Geschäftsstelle: Werléstr. 36 • 42289 Wuppertal
Tel.: 62 55 50
Geschäftszeiten:
Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag 17-19 Uhr

Übungszeiten

	Turnhalle Meyerstr.	
Montag	17.00 - 18.00 Uhr	Osteoporosegymnastik
	18.00 - 19.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
	19.30 - 21.30 Uhr	Gymnastik Frauen
Dienstag	17.00 - 18.00 Uhr	Eltern- und Kindturnen (1½ - 3 jährige)
	18.00 - 19.00 Uhr	Tanzkurs Kinder
	19.00 - 20.00 Uhr	Osteoporosegymnastik
	20.00 - 22.00 Uhr	Gymnastik Frauen (Volleyball)
Mittwoch	18.30 - 20.00 Uhr	Gymnastik Seniorinnen
	20.00 - 22.00 Uhr	Gymnastik Frauen (Indiaca)
Donnerstag	16.30 - 17.30 Uhr	Eltern- und Kindturnen (3 - 4 jährige)
	17.30 - 18.30 Uhr	Osteoporosegymnastik
	19.00 - 20.00 Uhr	Wirbelsäulenfunktionsgymnastik (mixed)
	20.00 - 22.00 Uhr	Jazzdance Erwachsene
Freitag	15.00 - 18.00 Uhr	Leistungsriege Turnen
	18.00 - 19.30 Uhr	Leichtathletik (Wintermonate)
	19.30 - 22.00 Uhr	Indiaca (mixed)
	Turnhalle Ziegelstr.	
Montag	16.00 - 17.30 Uhr	Kinderturnen (6 - 14 jährige)
	17.30 - 20.00 Uhr	Leistungsriege Turnen
	20.00 - 22.00 Uhr	Gymnastik Paare
Mittwoch	17.00 - 18.30 Uhr	Gymnastik Senioren (Faustball)
	18.30 - 20.00 Uhr	Indiaca Jugend
	20.00 - 22.00 Uhr	Breitensport Männer
Donnerstag	18.00 - 20.00 Uhr	Ballspiele Jedermann
	20.00 - 22.00 Uhr	Breitensport Männer
Samstag	09.00 - 10.30 Uhr	Fussballtennis Männer
	Turnhalle Haselrain	
Mittwoch	19.00 - 20.00 Uhr	Wirbelsäulenfunktionsgymnastik
	20.00 - 22.00 Uhr	Prellball
	Sportplatz Oberbergische Str. (Sommermonate)	
Freitag	17.00 - 19.00 Uhr	Leichtathletik
	Nordic - Walking	
Freitag	08.30 - 09.30	Treffpunkt: Schuchardplatz
	Gesangabteilung	
Dienstag	19.30 - 21.15 Uhr	Chorprobe Männer
	(Paul – Gerhardt – Haus, Rübenstr. 25)	

Oberbarmer Turnerbund 1888 Wuppertal e.V.

IM DEUTSCHEN TURNERBUND

Anschrift: Asta Köhler, Simonshöfchen 6, 42327 Wuppertal, Tel. 734649

Postanschrift: Postfach 201320, 42213 Wuppertal
Geschäftsstelle: Krautstr. 84, 42289 Wuppertal, Tel. u. Fax 2624334
Internet: http://www.otb-wuppertal.de
Geöffnet: Mittwoch 17.00 Uhr - 19.00 Uhr
Bankverbindung:
Stadtsparkasse Wuppertal, BLZ: 330 500 00, Kto. Nr.: 850 693

Geschäftsführender Vorstand:

1. Vorsitzende:	**Asta Köhler**, Simonshöfchen 6, 42327 Wuppertal, Tel.: 0202/ 73 46 49, E- Mail: asta.koehler@web.de
2. Vorsitzender:	**Max Eyernschmalz**, Parksiedlung 7, 42389 Wuppertal, Tel.: 0202/ 60 45 85, E- Mail: eyernschmalzm@versanet.de
Kassenwart:	**Stefan Neumann,** Emilstr. 14, 42289 Wuppertal, Tel. + Fax: 0202/ 62 45 63,
Geschäftsführung:	**Susanne Pepke,** Rauer Werth 29, 42275 Wuppertal Tel.: 02 02 / 8 04 51, E-Mail: spep@arcor.de

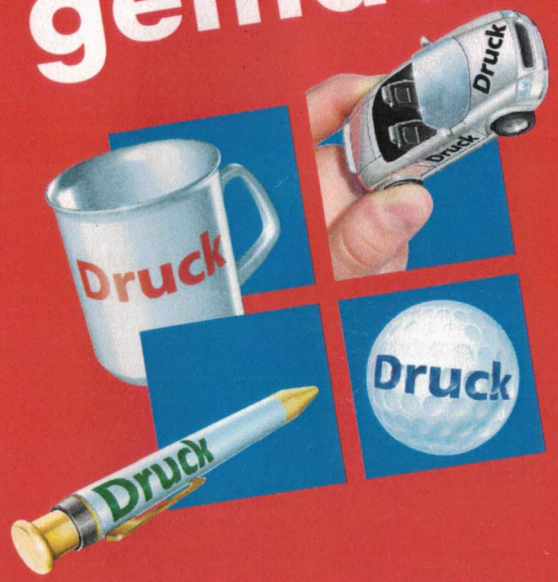
Abteilungsleiter: Namen und Anschriften

Turnabteilung:	**Konstanze Kurtz**, Rübenstr. 15, 42289 Wuppertal, Tel. + Fax: 0202/ 62 73 35, E- Mail: KurtzHorst@aol.com
Tanzabteilung:	**Zaren Blum** E-Mail: zaren_blum@gmx.de
Prellball-Gym-Abteilung:	**Max Eyernschmalz**, Parksiedlung 7, 42389 Wuppertal, Tel.: 0202/ 60 45 85, E- Mail: eyernschmalzm@versanet.de
Wanderabteilung:	**Franz Books**, Hugo-Erfurt-Str. 2, 42399 Wuppertal, Tel.: 0202/ 61 24 33, E- Mail: fr-books@versanet.de
Gesangabteilung:	**Günter Nußbaum,** Ausblick 112, 42113 Wuppertal Tel.: 0202/ 72 24 51, E-Mail: GNussbaumdental@aol.com

Impressum:	**Herausgeber und Verleger:** Oberbarmer Turnerbund 1888 Wuppertal e.V.
Druck:	Meyer Druck GmbH, Bockmühle 4, 42289 Wuppertal Tel.: 0202/ 62 91 91, Fax: 0202/ 62 08 62
Vertrieb:	Asta Köhler, Simonshöfchen 6, 42327 Wuppertal
Redaktion:	Anita Metscher, Kleestr. 77, 42289 Wuppertal Tel.: 0202/ 6 36 03
Erscheinungsweise:	6x jährlich Bezugsgebühren sind im Jahresbeitrag enthalten.

Versand:
Oberbarmer Turnerbund 1888
Wuppertal e.V.
Geschäftsstelle Krautstr. 84, 42289 Wuppertal

Druck gemacht



BREIDENBACH-DRUCK

- **Tampondruck**
  Werbemittel-/Industriedrucke auf Einfarbenmaschinen und bis zu Acht-Farben-Automaten!
  Auch bei schwierigen Oberflächenformen.
- **Siebdruck**
  Flach- und Runddruck.
- **Folien-Heissprägedruck**
  auf Vollautomaten und Standmaschinen,
  Heiß-Nummerierungen
- **Reliefdruck**
  Der Druck, den man fühlen kann.
  Laserfest auf Vollautomaten.

Siegesstraße 100 (Eingang: Winterstraße)
42285 Wuppertal (Stadtbezirk Barmen)
Telefon 0202 / 8 16 26, Fax 0202 / 8 42 70
breidenbach-druck@t-online.de