

STADT **Q**UELLE

SALZKOTTEN

**MARATHON-
SONDERAUSGABE**



Das komplette Programm, alle Strecken, alle Läufe!

5. Juni 2016

**9. KLINGENTHAL SPORT
MARATHON '16
SALZKOTTEN**
... EINE STADT IN BEWEGUNG

**SALZKOTTEN
VITAL**

die Sport- & Gesundheitsmesse

Samstag 4. Juni 15-19 Uhr

Sonntag 5. Juni 9-15 Uhr

Sälzerhalle, Upsprunger Straße

IMPRESSIONEN 2015

Rückblick auf den 8. Klingenthal Sport Marathon



IMPRESSUM

Hüppmeier Marketing & Design GmbH
An der Burg 24 · 33154 Salzkotten

Telefon 0 52 58 / 9 80 45-0 · Fax 0 52 58 / 9 80 45-29
info@stadtquelle-salzkotten.de

Anzeigen & Redaktion:

Christiane Hüppmeier, Stephanie Tölle

Gesamtleitung & Layout:

Dieter Hüppmeier, Stephanie Tölle

Auflage: 12.000 Exemplare

Herausgeber

HÜPPMEIER
MARKETING & DESIGN

An der Burg 24
33154 Salzkotten

Telefon 0 52 58 / 9 80 45-0
Fax 0 52 58 / 9 80 45-29
info@hueppmeier-md.de

Druck

Dienstleistung Druck GmbH
Stargarder Str. 11
33098 Paderborn
Tel.: 0 52 51 / 1 42 88 0
Fax: 0 52 51 / 1 42 88 29

Zustellung

HESA-Werbung
Josef Heffner
Friedrich-List-Straße 39
33100 Paderborn
Telefon 0 52 51 / 8 78 77 66

Fotos von allen Stadtfesten & alle Ausgaben als PDF:
WWW.STADTQUELLE-SALZKOTTEN.DE

...auch auf facebook



Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos u. Druckvorlagen wird keine Haftung übernommen. Die Veröffentlichung und Kürzung derselben behalten wir uns vor. Namentlich gekennzeichnete Artikel stimmen nicht unbedingt mit der Meinung des Herausgebers überein. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers. Dies gilt insbesondere für Anzeigen und Fotos. Für eventuelle Schäden durch fehlerhafte Anzeigen wird Haftung nur bis zur Höhe des entsprechenden Anzeigenpreises übernommen. Für Druckfehler insbesondere bei Preis- und Artikelangaben, sowie auf Rechte zugesandter Fotos werden keinerlei Haftungen übernommen.

9. KLINGENTHAL SPORT MARATHON '16 SALZKOTTEN

EINE STADT IN BEWEGUNG



Dienstleistung Druck GmbH
Stargarder Straße 11 · 33098 Paderborn

Tel. (0 52 51) 1 42 88-0
Fax (0 52 51) 1 42 88-29

info@d-druck.net
www.d-druck.net



BREDEWALD.de

● ● ● Energie- und Gebäudetechnik

 HEIZUNG

 ELEKTRO

 SANITÄR

Firma Bredewald
Energie- und Gebäudetechnik
Pater-Klepping-Str. 29
33154 Salzotten

Tel.: 0 52 58 - 930 200
www.bredewald.de
info@bredewald.de

Setzen Sie auf
Sonnenergie und
unsere Erfahrung!
Photovoltaik lohnt sich!
...und jetzt neu:
Energieeffizientes
Heizen mit
Wärmepumpen!

GRÜßWORTE

Ulrich Berger Bürgermeister

Liebe Läuferinnen und Läufer,
verehrte Gäste in Salzkotten!

In diesem Jahr findet am 05. Juni der 9. Klingenthal Sport Marathon in Salzkotten statt. Die Idee einer Laufveranstaltung in Salzkotten hat sich in den letzten neun Jahren zu einem großen Sportevent für die Region entwickelt. Viele Sportlerinnen und Sportler nehmen die Möglichkeit der vier verschiedenen Disziplinen wahr. Jedes Jahr können wir beim Start hochmotivierte Sportlerinnen und Sportler sehen und später im Zielbereich in erschöpfte, aber glückliche Gesichter schauen.

Mit dem Rundkurs kann eine attraktive Strecke durch Salzkotten und die Ortschaft Verne angeboten werden. Die Sportlerinnen und Sportler können zwischen dem Klingenthal Sport Marathon, dem ERIMA Halbmarathon, dem PLONKA 10 km-Lauf oder dem REWE Fit & Fun Lauf über 5,5 km wählen. Außerdem wird der AOK Staffelfmarathon, bei dem sich vier Personen die Marathonsstrecke teilen, angeboten.

Am Bürgerturm, direkt in unseren Hederauen, gehen die Läuferinnen und Läufer an den Start. Der Zielbereich befindet sich in bewährter Form auf dem Marktplatz.

Dort laufen die Sportlerinnen und Sportler unter Begeisterung und Ansporn der Besucherinnen und Besucher ins Ziel. Zusätzlich werden wir in diesem Jahr zum ersten Mal die Umgebung des Gradierwerkes für den Massage- und Entspannungsbereich nutzen. Hier werden die Sportlerinnen und Sportler an unserem Wahrzeichen mit Getränken und Speisen versorgt und können die strapazierten Beine in das kühlende Wasser des Kneippbeckens ausstrecken.

In der Sälzerhalle warten die Vitalitäts- und Gesundheitstage mit einem informativen Programm zu den Themen Ernährung, Fitness und Laufen auf Besucher. Erstmals können Live-Bilder des Zieleinlaufes per Videowand in die Sälzerhalle übertragen werden. Die Sportlerinnen und Sportler erhalten in der Sälzerhalle ihre Startunterlagen.

Zahlreiche Salzkottener Kinder freuen sich bereits auf die Volksbank Brilon-Büren-Salzkotten Bambini-Läufe. Es ist mir gemeinsam mit der Volksbank Brilon-Büren-Salzkotten ein großes Anliegen, die Laufbereitschaft bereits bei den kleinen Sportler/-innen zu unterstützen. Die Kinder aus den Kindertageseinrichtungen und Grundschulen trainieren im Vor-

feld fleißig und können bei dem Laufevent auf der Sälzerwiese einen Rundkurs von 400 oder 800 Metern bestreiten.

Herzlich bedanke ich mich beim Verein zur Förderung des Sports in Salzkotten e. V., den beteiligten Sportvereinen, allen Helferinnen und Helfern und den Sponsoren und Partnern des Klingenthal Sport Marathons. Ohne diese Unterstützung ist eine solche Großsportveranstaltung nicht durchführbar.

An diesem Marathon-Wochenende steht ganz Salzkotten im Zeichen des Sportes und der Gesundheit. Allen Sportlerinnen und Sportlern wünsche ich im Namen des ganzen Teams viel Erfolg, tolles Laufwetter und einen angenehmen Aufenthalt in der Sälzerstadt.

*Ihr Ulrich Berger
Bürgermeister*



Hans-Joachim Meier

Leitung Messe/Rahmenprogramm



Sehr geehrte Damen und Herren.

Liebe Läuferinnen und Läufer.
Liebe Sportbegeisterte,

es gibt keine bessere Gesundheitsvorsorge als körperliche Bewegung. Dies kann am 1. Juniwochenende in unserer Sälzerstadt erlebt und für jeden Teilnehmer zu seinem ganz persönlichen sportlichen Erlebnis werden, wenn der Startschuss zur 9. Auflage des Salzkottener Klingenthal Sport-Marathons erfolgt. Neben der Möglichkeit die eigene Leistungsfähigkeit mit anderen Sportlern zu messen und gleichzeitig die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden zu fördern, geht es auch darum das Miteinander, den Teamgeist und das Zusammengehörigkeitsgefühl auch außerhalb der Arbeitszeit zu stärken.

Als Mitorganisator und Teamleiter von einem Gesundheits- und Bewegungsnetzwerks ist mir hierbei der Präventions- und Gesundheitsaspekt ein sehr wichtiges Anliegen, um die Gesundheit über eine große Lebensspanne gut zu erhalten und wenn möglich zu verbessern. Denn jeder Mensch ist ja für seine eigene Gesundheit selbst verantwortlich und sollte somit selbst etwas für sich tun, um mit Gesundheit und Krankheit positiv umzugehen.

Der neue Zielverpflegungs- und Entspannungsbereich rund um die Salzkottener Saline trägt in diesem Jahr verstärkt zur gesundheitsfördernden Wirkung der Teilnehmer bei und kann durch durchblutungsförderndes Wassertreten im angrenzenden Kneipp-Tretbecken verstärkt werden.

Die Sälzerhalle mit dem Außenbereich wird der Dreh- und Angelpunkt vor, während und nach der Veranstaltung sein, wo neben der Startnummernausgabe ein informatives und unterhaltsames Rahmenprogramm unter dem Motto „Salzkotten VITAL“ für die großen und kleinen Gäste geboten wird. Die Kindergarten- und Grundschulkinder dürfen sich bereits auf eine neue Laufstrecke mit zahlreichen Überraschungen vor und nach dem Lauferlebnis freuen.

Allen Teilnehmern wünsche ich den erhofften persönlichen Erfolg, und den zahlreichen Zuschauern viel Spaß und Freude an der Strecke und angenehme Unterhaltung sowie informative Gespräche im Rahmen der jeweiligen Programmpunkte.

*Ihr Hans-Joachim Meier
Leitung Messe &
Rahmenprogramm*

SIEGER DER LETZTEN JAHRE

2008

Marathon-Männer: Mathias Nahen, TV Jahn Bad Driburg 2:40.10
Marathon-Frauen: Mechthild Lappe, VfB Salzkotten 3:21.37
Halbm.-Männer: Anatoli Derksen, Non-Stop-Ultra 1:17.34
Halbm.-Frauen: Dr. Franziska Stebner, TSV Tudorf 1:24.38
DUO-Team-Marathon: HME 3:16.28

2009

Marathon-Männer: Konrad Schulz, Die Unbestechlichen 2:42.43
Marathon-Frauen: Mechthild Lappe, VfB Salzkotten 3:22.29
Halbm.-Männer: Andreas Frigger, PSV Brilon 1:18.05
Halbm.-Frauen: Carolin Gläser, Eberstedter Mühle 1:22.26

2010

Marathon-Männer: Robert Schulz, Die Unbestechlichen 2:46.34
Marathon-Frauen: Mechthild Lappe, VfB Salzkotten 3:39.59
Halbm.-Männer: Aloys Buschkühl, LG Warstein Rütten 1:15.24
Halbm.-Frauen: Carolin Gläser, Eberstedter Mühle **1:21.53**
Staffel-Marathon: Laktatjunkies Geske 3:06.34

2011

Marathon-Männer: Björn Bohle 2:59.27
Marathon-Frauen: Birgit Schöner-Höcher, Wuppertal 3:12.59
Halbm.-Männer: Tomas Blaha, CZE Städtepartnerschaft, Salzkotten-Bystrice 1:14.51
Halbm.-Frauen: Dr. Franziska Stebner, LC Paderborn 1:28.29
Staffel-Marathon: Laktatjunkies Geske 3:05.54

2012

Marathon-Männer: Mathias Nahen, TV Jahn Bad Driburg 2:42.48
Marathon-Frauen: Mechthild Lappe, LF Elsen-Wewer 3:33.49
Halbm.-Männer: Tomas Blaha, CZE Städtepartnerschaft, Salzkotten-Bystrice **1:13.14**
Halbm.-Frauen: Dr. Franziska Stebner, LC Paderborn 1:25.03
10 km-Männer: Holger Schulte, Niederdtudorf 42:43.8
10 km-Frauen: Anja Sauerland, Bielefeld 47:49.3
Zehntel-Männer: Marco Göbel, TuRa Elsen 21:10.1
Zehntel-Frauen: Lena Henske, SC Rot-Weiß Verne 23:31.1
Staffel-Marathon: Gymnasium Antonianum Geske 2:39.49

2013

Marathon-Männer: Mathias Nahen, TV Jahn Bad Driburg 2:41.38
Marathon-Frauen: Simone Siepler, LF Lichtringen 3:30.47
Halbm.-Männer: Michael Brand, Non-Stop-Ultra Brakel 1:13.29
Halbm.-Frauen: Dr. Franziska Stebner, LC Paderborn 1:25.52
10 km-Männer: Dirk Raabe, Zollamt Paderborn **37:34.4**
10 km-Frauen: Petra Freudenberger-Lötz, LG Kaufungen **43:28.9**
Zehntel-Männer: Werner Pape, Gymn. Antonianum Geske **15:34.5**
Zehntel-Frauen: Lilieth Schumacher, VfB Salzkotten **18:40.7**
Schnellste Schule: Liborius-Schule **59:27.4**
Staffel-Marathon: three and a half man 2:34.07
Marathon-Mannschaftswertung: TSVE 1890 Bielefeld **11:53:15.5**
Halbm.-Mannschaftswertung: Team Salzkotten-Bystrice **4:37:59.8**

2014

Marathon-Männer: Mathias Nahen, TV Jahn Bad Driburg 2:39.26
Marathon-Frauen: Nadja Koch, SCC Scharmede **3:10.58**
Halbm.-Männer: Josef Sedlacek, Team Salzkotten-Bystrice 1:17.10
Halbm.-Frauen: Melanie Räder, TSV Heiligenrode 1:32.34
10 km-Männer: Oliver Degenhardt, LAG Wesertal **37:19**
10 km-Frauen: Elke Wolf, SCC Scharmede 47:16
Fit&Fun-Männer: Andrew Maher, LTV Lippstadt 21:50
Fit&Fun-Frauen: Rebecca Tewes, Salzkotten 28:09
Staffel-Marathon: LTV Lippstadt & Freunde 2:43.32

2015

Marathon-Männer: Matthias Nahen, TV Jahn Bad Driburg **2:38:20,46**
Marathon-Frauen: Nadja Koch, SCC Scharmede 3:25:22,35
Halbm.-Männer: Thomas Blaha, CZE Städtepartnerschaft 1:14:07,56
Halbm.-Frauen: Katrin Kreil, Hannover 96 1:24:23,56
10 km-Männer: Carsten Hönig LG Hamm-Kamen-Holzwickede 37:56,91
10 km-Frauen: Elke Wolf, SCC Scharmede 44:40,67
Fit&Fun-Männer: Thomas Kruse **21:22,27**
Fit&Fun-Frauen: Sarah Metz, VfB Salzkotten **22:09,11**
Staffel-Marathon: Jubiläumslauf Gymnasium Geske 2016, LG Hamm-Kamen-Holzwickede **2:33:22,74**

**Fett = aktuelle
Bestzeit**

Sascha Wiczynski Veranstaltungsleiter Marathon

Liebe Läuferinnen und Läufer,
verehrte Gäste, liebe Sportfreunde,

seit 9 Jahren erleben Sie schon den Klingenthal Sport Marathon in Salzkotten. Es gab in der Geschichte des Laufvents fast kein Jahr ohne Veränderungen und Weiterentwicklungen. Das ehrenamtliche Organisationsteam ist sehr stolz darauf, vieles auf den Weg gebracht und zum Wohle der Teilnehmer verändert zu haben. Der attraktive Rundkurs über 10,5 km hat sich mehr als bewährt. Auch die Einführung der Firmenwettbewerbe, sei es der AOK-Staffel-Marathon, die praenet-Firmenwertung über 5,5 km und erstmals in diesem Jahr auch über 10 km, zeigen, dass wir stets mit der Zeit gehen und neuen Trends aufgeschlossen sind. Dazu gehört auch die im Hochstift einmalige IHK Azubi-Wertung.

Um Ihnen Flair und Reiz der Sälzerstadt am Hellweg noch intensiver erlebbar zu machen, haben wir uns zu weiteren Verbesserungen entschlossen. Alle Finisher haben in diesem Jahr erstmals das Vergnügen den einmaligen Nachzielbereich am Sälzer Gradienwerk, die REWE-Arena, als Relax-Oase nach dem Zieldurchlauf, zu genießen. Nach Ihrem erfolgreichen Wettkampf und dem Zieleinlauf am Marktplatz erhalten Sie zunächst Ihre Finisher-Medaille und ein Getränk. Danach geht es nur 170 m weiter Richtung Sälzerwiese, dort erwartet Sie Entspannung pur. Genießen Sie die frische und salzhaltige Luft, tau-

chen Sie Ihre Füße in das Kneippbecken oder einfach in unseren Fluss, die Heder. Nach der Massage, die Ihnen selbstverständlich neben der reichhaltigen Verpflegung mit Getränken und Speisen angeboten wird, entspannen Sie herrlich auf der Sälzerwiese im Liegestuhl. Lehnen Sie sich zurück – nach dem Wettkampf haben Sie es sich sicherlich verdient. Und damit nicht genug. Ab diesem Jahr sind wir das Familiensportevent schlechthin. Die neuen Volksbank Brilon-Büren-Salzkotten Bambini-Läufe finden für alle komplett in Salzkotten auf neuem Kurs direkt an der Sälzerhalle statt. Dieses ermöglicht allen Eltern ein stressfreies Laufen ihrer Sprößlinge. Der Kurs ist komplett einsehbar und ein echter eigenständiger Lauf mit eigenem Start- und Zielbereich. Und noch besser: nach dem Finish bekommen alle Kids eine Portion Nudeln, neben allen anderen Geschenken und natürlich der Medaille. Dazu gibt es das Kinderprogramm mit „Frank und seinen Freunden“ und, ein echtes Highlight: wir verwandeln den Platz an der Sälzerhalle in eine Fussball-EM Arena. Erleben Sie die Fanartikel der Deutschen Fussball-Nationalmannschaft live. Für alle aktiven Kids besteht darüber hinaus mit dem Testparcours die Möglichkeit, mit Klingenthal Sport Scooter, Boards und Segways zu testen. Ich glaube, da möchte jedes Kind dabei sein. Wir freuen uns auf Jeden. Die Kinder sind schließlich der Laufnachwuchs von morgen.

Den Zieleinlauf am Marktplatz übertragen wir erstmals live auf einer großen LED-Wand zur Sälzerhalle. Ihnen entgeht am Sonntag auf der Messe „Salzkotten Vital“ in der Halle somit nichts! Die Paderpiraten sorgen im Foyer, der Laufstrecke, wieder für eine unvergleichliche Atmosphäre. Wir hoffen, Ihnen gefallen unsere Weiterentwicklungen und Sie konnten den Lauftag in Salzkotten genießen! Anregungen sind uns natürlich immer herzlich willkommen.

Herzlich bedanken möchte ich mich bei den beteiligten Sportvereinen und allen Helferinnen und Helfern. Ohne diese Unterstützung ist eine solche Großsportveranstaltung nicht durchführbar. Ich bin stolz auf die Marathon-Familie und das Team. DANKE. Das gilt selbstverständlich auch für die immer größer werdende Zahl an Unterstützern aus der Wirtschaft. Jeder Cent geht in die Weiterentwicklung unseres Laufes und die Überschüsse fließen seit eh und je in die Jugendarbeit der beteiligten Vereine. Das ist Spitze.

An diesem Marathon-Wochenende steht ganz Salzkotten im Zeichen des Sportes und der Gesundheit. Allen Sportlerinnen und Sportlern wünsche ich im Namen des ganzen Teams viel Erfolg, tolles Laufwetter und einen angenehmen Aufenthalt in der Sälzerstadt.

bleiben Sie sportlich und gesund!

Sascha Wiczynski
Organisationsleiter



Ein starkes Team!



&



Großes Weber Grillsortiment
im Leonardo Store Salzkotten!

Lange Straße 26 · 33154 Salzkotten

MIG-ESP®

Exterior & Interior

wärmereflektierender Anstrich

Signifikante Energieersparnis
Wärme-/Kälte regulierend

Brillante Fassadenoptik
durch Reflexion

langlebiger
Witterungsschutz

MIG material innovative gesellschaft mbH
Am Granock 3
33154 Salzkotten

Fon 0 52 58 - 9 74 82 - 0
Fax 0 52 58 - 9 74 82 - 29
www.energiesparfarbe.com
info@mig-mbh.de

ENERGIE EFFIZIENZ
made in Germany

RETAIL · LAUNDRY · MEDICAL & HEALTHCARE · AUTOMOTIVE
SUPPLY CHAIN MANAGEMENT · APPAREL · INDUSTRY & LOGISTIC

DO YOU RFID ?

www.RFID-group.com

tagItron® K&W ENGINEERING RFIDStore24.com Competence in RFID CM CA tagItron® Competence & Application Center Europe

SPONSOREN UND PARTNER



VORWEG GEHEN



Medienpartner



Mobilitätspartner



Straßenführung:

Start – Marktstraße, Klingelstraße, Lange Straße, Am Wallgraben, Thüler Straße, Breite Werl, Stadtteiche, Klein-Verne, Verner Straße, Hauptstraße, Von-Asseburg-Straße, Mühlendamm, Auf dem Bruche, Königstraße, Schulstraße, Marienstraße, Zum Brünneken, Verner Straße, Geseker Straße, Upsprunger Straße, durch das Foyer der Sälzerhalle, über die Sälzerwiese, Sälzerstraße, Pfarrer-Korte-Straße, Bruchstraße, Am Flomengraben, Marktstraße – **Ziel**



Start- und Zielbereich im Detail:



+Taxi+++Taxi+++Taxi+++Taxi+

Taxi - Mazza

- Krankenfahrten
- Dialysefahrten *Hederbornstr. 22*
- Flughafentransfer *33154 Salzkotten*
- Kurier-Kleintransport *L.Mazza@t-online.de*

Tel.: 0 52 58 / 93 88 18



NEU!
frubiase® SPORT
& Müsliriegel
am Verpflegungspunkt an der
Sälzer-Apotheke
Lange Str. 23



Juwelier seit 1948

Frank & Claudia Esser
Lange Str. 12
33154 Salzkotten
Tel. 052 58 / 78 77
www.juwelier-esser.de

Uhren · Schmuck · Goldankauf



Liebe Anwohner,

am Marathon-Tag kommen wieder zahlreiche Läuferinnen und Läufer, aus nah und fern, nach Salzkotten. Wir freuen uns, dass Sie als Anwohner durch Ihre Rücksichtnahme helfen, die Laufstadt Salzkotten attraktiv zu machen.

Die betroffenen Straßen in der Kernstadt Salzkotten sowie in der Ortschaft Verne werden für die Zeit des Klingenthal Sport Marathons (von ca. 8:00 Uhr bis 15:00 Uhr) für den Durchgangsverkehr vollständig gesperrt. Die Zufahrt zu den Häusern ist in dieser Zeit nur eingeschränkt möglich.

Parken Sie bitte Ihre PKWs möglichst nicht am Straßenrand oder benutzen Sie dazu eine Straßenseite. Wenn Sie Ihr Auto am Sonntag, dem 05.06.2016, benutzen möchten, ist es empfehlenswert außerhalb der Laufstrecke zu parken.

Wir weisen darauf hin, dass am Veranstaltungstag in Salzkotten in den Straßen Pfarrer-Korte-Straße, Bruchstraße, Am Flomengraben und in der Klingelstraße ein Halteverbot besteht und somit keine Fahrzeuge an der Straße parken dürfen.

Im Bereich rund um den Marktplatz wird es bereits ab Samstag, 04.06.2016, ca. 7:00 Uhr, zu Einschränkungen kommen. Folgende Straßen sind hiervon betroffen: Am Kunstrad, Auf den Küten, Marktstraße, Vielser Straße bis Ecke Schützenstraße, Klingelstraße bis Ecke Postgasse. Diese Straßen werden am Sonntag während des Marathons vollständig gesperrt.

Wir sagen schon jetzt „DANKE“ für Ihr Verständnis und Ihre Mithilfe!



Sälzer-Apotheke · Apothekerin C. Cruse-Kampherm e.K.
Lange Straße 23 · 33154 Salzkotten
Telefon 052 58/940 610 · Fax 052 58/940 611



Pfarrer-Korte-Straße 3
33154 Salzkotten
Tel.: (0 52 58) 93 08 88
Fax: (0 52 58) 93 08 90

- Heizung
- Lüftung
- Sanitär
- Abflussreinigung
- Solartechnik

www.meier-salzkotten.de



Marathon-Highlights
am Dienstagabend im
Stadtfernsehen!



Kommen
Sie doch einfach zur
großen Marathonparty
und feiern Sie mit. Egal
ob an der Strecke oder
im Zielbereich auf dem
Marktplatz. Sie sind
herzlich ein-
geladen!

Klingenthal Sport Marathon & ERIMA-Halbmarathon

Teilnahmeberechtigt für den Marathon sind Teilnehmer, die das 18. Lebensjahr vollendet haben. Teilnehmer, die das 16. Lebensjahr vollendet haben, sind berechtigt, am Halbmarathon teilzunehmen.

REWE 5 km Fit & Fun-Lauf

Auch für das sportliche Vergnügen der Jüngsten und Jungegebliebenen ist beim Klingenthal Sport Marathon Salzkotten gesorgt. Über ca. 5,5 km können Sie echte Marathonluft schnuppern, während Sie auf den Zielbereich am Rathaus in Salzkotten zusteuern. Hier erwartet Sie der Nachzielbereich, der Ihnen die Möglichkeit gibt sich in Ruhe zu entspannen.

Teilnahmeberechtigt für den 5 km Lauf sind Teilnehmer, die das 8. Lebensjahr vollendet haben (Jahrgang 2007 und älter).

IHK Azubi-Wertung

Auszubildende starten im Fit & Fun-Lauf über 5,5 km als Einzelstarter und in einer Teamwertung.

Auszeichnungen: Die schnellsten 3 Teilnehmer erhalten Sachpreise. Platz 1 zusätzlich einen Pokal. Die Gewinner in den Wertungen Schnellstes Azubi-Team/schnellste Azubine und der Gewinner je Ausbildungsberuf erhalten ebenfalls einen Pokal.

Laufen & Spenden:

Der Veranstalter spendet vom Startgeld in der Azubi-Wertung je Teilnehmer 0,50 Euro für ein lokales Charity-Projekt. Der jährliche Spendenempfänger wird auf www.salzkotten-marathon.de vor der Veranstaltung bekanntgegeben.

Firmen-Wertung beim Fit & Fun-Lauf über 5,5 km und 10 km

NEU!

Es können Unternehmen, Verwaltungen und Institutionen mit einer Teilnehmerzahl ab drei Läuferinnen und Läufern teilnehmen.

Auszeichnungen: Es werden die drei schnellsten Dreierteams und das Unternehmen mit den meisten Teilnehmern mit Sachpreisen geehrt. Das schnellste Unternehmen bekommt den Wanderpokal der Stadt Salzkotten.

PLONKA 10 km-Lauf

Es wird eine Marathon-Runde über 10.550 m gelaufen. Der Salzkotten-Zehner ist somit exakt so lang wie eine Marathonrunde und bietet für alle LäuferInnen an dieser Wertung einen unschlagbaren Service an, denn dank der modernen Zeitmessung mittels Start-Nr.-Tag (Chronotiming) und der Installierung einer separaten Messmatte wird eine exakte 10 km-Zwischenzeit ausgewiesen, die auch bestenlistenfähig ist.

Die Wertung für den neuen Salzkotten-Zehner wird allerdings erst nach 10.550 im Ziel erfolgen, das heißt, die 10 km-Zwischenzeiten sind nicht für die Wettbewerbswertung relevant, sondern erst das Überlaufen der Ziellinie. Die Siegerehrungen erfolgen nach Zieleinlauf, ebenfalls die Ergebnislisten.

Teilnahmeberechtigt für den 10 km-Lauf sind Teilnehmer, die das 10. Lebensjahr vollendet haben (Jahrgang 2005 und älter).

AOK-Staffelmarathon

Bei den Firmenstaffeln teilen sich vier Läufer die Gesamtdistanz von 42,195 km. Der Staffellauf fördert Teamgeist und Kollegialität sowie eine engere Bindung an das Unternehmen. Natürlich sind auch Privatpersonen und Vereine als Staffel herzlich willkommen. Die Wechselstelle für die Teilnehmer 2 bis 4 befindet sich ca. bei Streckenkilometer 10, 21 und 32 am Rathaus in Salzkotten und ist entsprechend gekennzeichnet. Sie liegt unmittelbar neben der Laufstrecke und ist abgesperrt. Die Läufer 2 bis 4 melden sich an der Wechselstelle an. Innerhalb der Wechselzone stehen die Teilnehmer nach Startnummern gestaffelt. Bitte auf die Anweisungen der Helfer achten.

Auszeichnungen: Wanderpokal für die schnellste Mannschaft und das Team mit den meisten Staffeln, Sachpreise für die Plätze 1-3, Sieger-Ehrung für die drei zeitschnellsten Mannschaften und das Team mit den meisten Teilnehmern erfolgt direkt im Anschluss vor dem Rathaus; Zusätzlich: Medaille und Urkunde für jeden Finisher.

Zeitmessung/Hinweise: Jeder Staffelteilnehmer erhält eine eigene Start-Nr. mit integriertem Zeitmess-Chip. Die Start-Nr. ist deutlich sichtbar während des gesamten Laufes auf der Brust zu tragen. Hierdurch erhält auch jeder Teilnehmer seine individuelle Laufzeit (Messpunkte befinden sich an den Wechselstellen).

Ferner erhält jede Staffel eine Schärpe, welche an den Wechselstellen weitergegeben werden muss.



Bambini-Lauf

Mehr dazu auf Seite 14

Startzeiten Sonntag 5. Juni 2016:

9:00 Uhr	REWE Fit & Fun-Lauf	Startpunkt:
9:10 Uhr	Klingenthal Sport Marathon, Erima-Halbmarathon, Plonka 10 km-Lauf, AOK-Staffelmarathon	Marktstraße Ecke Hederbrücke
		Zielpunkt:
		Vor dem Rathaus in Salzkotten
		Zielschluss
		Marathon: 15:00 Uhr

11:00 Uhr Start Bambini-Lauf Kindertageseinrichtungen ab Sälzerhalle

11:30 Uhr Start Bambini-Lauf Grundschulen ab Sälzerhalle
Mehr Infos auch auf Seite 14.

Siegerehrung Rathaus-Bühne:

- 10:00 Uhr: REWE Fit & Fun Lauf Männer
- 10:05 Uhr: REWE Fit & Fun Lauf Frauen
- 10:30 Uhr: Plonka 10 km-Lauf Männer
- 10:40 Uhr: Plonka 10 km-Lauf Frauen
- 10:50 Uhr: Erima Halbmarathon Männer
- 11:00 Uhr: Erima Halbmarathon Frauen
- 12:45 Uhr: Klingenthal Sport Marathon Männer
- 13:00 Uhr: AOK-Staffelmarathon 3 schnellsten Teams
- 13:30 Uhr: Klingenthal Sport Marathon Frauen
- 13:45 Uhr: AOK-Staffelmarathon meiste Teilnehmer
- 14:00 Uhr: Verein mit den meisten Teilnehmern
aller Wettbewerbe · schnellstes Team Marathon
schnellstes Team Halbmarathon



Siegerehrung Aussenbühne Sälzerhalle:

- 10:30 Uhr: REWE Fit & Fun Lauf Frauen und Männer
- 11:00 Uhr: Plonka 10 km-Lauf Frauen und Männer
- 11:30 Uhr: Erima Halbmarathon Männer und Frauen
- 13:00 Uhr: Klingenthal Sport Marathon Männer
- 13:30 Uhr: AOK-Staffelmarathon schnellstes Team
- 14:00 Uhr: Klingenthal Sport Marathon Frauen

Siegerehrung in der IHK für die Firmen- und Azubi-Wertung: am 13. Juni 2016, 18 Uhr

Lassen Sie sich feiern!

Das Team des Salzkotten Marathon und der Sponsoren überreicht die Pokale und Prämien im Kreise der Kolleginnen und Kollegen bei einer individuellen Siegerehrung in den Räumlichkeiten der IHK in Paderborn.

Dieses Jahr erstmalig: Special Olympics Wertung

Beim Klingenthal Sport Marathon Salzkotten findet erstmals eine Special Olympics Wertung statt. Die Läuferinnen und Läufer können an folgenden Läufen teilnehmen:

Erima-Halbmarathon, PLONKA 10 km-Lauf, REWE Fit & Fun-Lauf (5,5 km)

Durch den gemeinsamen Start mit allen anderen Läufern wird dem Inklusionsgedanken Rechnung getragen. In jedem Lauf gibt es für die Läuferinnen und Läufer mit geistiger Behinderung eine eigene Wertung. Im Anschluss an den jeweiligen Wettbewerb gibt es für die Siegerinnen und Sieger (Platz 1-3) eine Siegerehrung.

Die Laufpartner können wählen: Mit Zeitmessung fällt die normale Startgebühr an, ohne Zeitmessung ist die Begleitung kostenfrei!

Anmeldungen bitte an Michael Tack: tack.michael@googlemail.com

Der Lauf wird mit Unterstützung der TuRa Elsen, den Schlosswerkstätten und des Fördervereins Special Olympics Paderborn e.V. durchgeführt.

moi.
Mode & Café

Mode, die nicht jeder hat!
Hausgemachte Kuchen · Barista-Kaffee

Lange Straße 24 · 33154 Salzkotten · Tel. 0 52 58 / 50 60 335



Gut aufgestellt für Ihre Ziele!

Dienstleistungsgruppe
SALZKOTTEN



Geseker Straße 56
33154 Salzkotten
+49 (52 58) 972-100

info@dgs-online.de
www.dgs-online.de

Wir bieten Ihnen einen
erstklassigen Kader für Ihren
langfristigen Immobilien-
und Vermögensaufbau:

**Mit uns kommen
Sie immer zum Ziel!**

**DGS – Wir schaffen
Vermögenswerte!**

ACCENT
Alfred Giese & Co. KGaA

AMG
Assuranz M. Gübel
Versicherungsmakler GmbH

BWU
Berater Wirtschaft- und
Unternehmensentwicklung mbH

Ausgezeichnete Qualität!



7 Goldmedaillen für unsere Brote

**BACKEREI
LANGE**

Hüneknapp 4, 33154 Salzkotten-Upsprunge
Tel. 0 52 58/98 54-0, Fax: 0 52 58/98 54-22
www.baeckerei-lange.de

NEU!



Action-Sport Salzkotten Tauchschule
Ziegelei-Töpfer-Str. 10
33154 Salzkotten
info@action-sport-salzkotten.de
www.action-sport-salzkotten.de



AG Radfahrersicherheit
radfahrersicherheit@paderborn.de
radfahrersicherheit-paderborn.de



AOK NordWest
Die Gesundheitskasse
Friedrichstr. 17 - 19
33102 Paderborn
www.aok.de/nw



German Road Races e.V.
Alt Tempelhof 39 a
12103 Berlin
www.germanroadraces.de



Juwelier Esser
Lange Straße 12
33154 Salzkotten
juwelier-esser-salzkotten@t-online.de
www.juwelier-esser.de



Montessorischule Salzkotten
Am Friedhof 1
33154 Salzkotten
montessori-salzkotten.de



NewFit24 Salzkotten
Thüler Straße 28
33154 Salzkotten
Tel: 05258 9747981
newfit24.de/fitnessstudio/salzkotten/



WESTFALEN-BLATT
Vereinigte Zeitungsverlage GmbH
wb@westfalen-blatt.de
www.westfalen-blatt.de



Paderborner Osterlauf GmbH
Schützenplatz 3
33102 Paderborn
info@paderborner-osterlauf.de
www.paderborner-osterlauf.de



praenet, das Gesundheitsnetzwerk
Ziegelei-Töpfer-Str. 10 · 33154 Salzkotten
info@praenet.eu · www.praenet.eu

praenet-Partner

- Hörsysteme Häusler
- Bad Driburger Naturparkquellen
- Physiotherapiepraxis Uwe Schilling
- Birgit Schifferl - Pro Gesundheit
- Marie Stein - Präventionstherapeutin
- Uecker Augenoptik



SPORTSHOP SOLINGEN
Bergstr. 30 · 42651 Solingen
info@sportshop-solingen.de
www.sportshop-solingen.de



Westfalen-Therme GmbH & Co. KG
Schwimmbadstraße 14
33175 Bad Lippspringe Germany
info@westfalen-therme.de
www.westfalen-therme.de



Volksbank
Brilon-Büren-Salzkotten eG
Marktstraße 15
33154 Salzkotten
info@vb-bbs.de
www.vb-bbs.de



TC Rot-Weiß Salzkotten e.V.
Hederbornstraße 1
33154 Salzkotten
vorstand@tc-salzkotten.de
www.tc-salzkotten.de

Auf der Strecke und im Zielbereich wird für ausreichend **Verpflegung** gesorgt. Alle 2,5 km gibt es Wasser und alle 5 km isotonische Getränke, Bananen und einen Schwammservice. Der **Sanitätsdienst** ist auf der Strecke und im Zielbereich vor Ort.

Schnuppertauchen mit Action-Sport Salzkotten



FÜR BAMBINI-LÄUFER

Alle Kinder erhalten in der Sälzerhalle eine Startnummer und eine Bambini-Urkunde, ein Erfrischungsgetränk, eine kleine Überraschung vom REWE-Markt Salzkotten, ein Mini-Brötchen der Bäckerei Lange, eine Finishermedaille, eine Probierportion Nudeln (gegen Wertmarke); dank der Unterstützung unserer Partner Barilla Deutschland und Partyservice Dannhausen.

- Halli-Hallo Kindershow mit „Frank und seine Freunde“
- Klingenthal Sport Funwheel Parcours
- Barilla Pasta-Station
- Holli – Das Maskottchen des SC Paderborn 07 uvm...

Startunterlagen Nachmeldung:

Sa. 04.06.2016 von 15:00 - 18:00 Uhr
So. 05.06.2016 von 7:00 - 8:00 Uhr
(voraussichtliche Zeiten)
Nachmeldegebühren:
Staffel = 8 Euro ,
alle anderen Wettbewerbe = 4 Euro
Ummeldegebühren:
alle Wettbewerbe = 3 Euro

MASSAGE-SERVICE

Das Team von Pro Physio bietet für alle Finisher einen kostenlosen Massage-Service am Marathon-Sonntag in der Entspannungs-oase am Gradienwerk an.



Zum Rahmenprogramm gehört auch ein Auftritt der Zumba®-Gruppe vom Lippstädter Turnverein



IN & AN DER SÄLZERHALLE

Das
**Freibad
Sälzer Lagune**
kann kostenfrei
genutzt werden –
auch zum
Duschen.

Öffnungszeiten:
Samstag
4. Juni 2016 · 15-19 Uhr
Sonntag
5. Juni 2016 · 9-15 Uhr
(Startunterlagen 7-8 Uhr)

Laufstrecke

Eingang am Samstag

FOYER

„Piratenhöhle“



Rahmenprogramm!

Servicebereich

- **Bewegungs- und Gesundheitsangebote:**
praenet, das Gesundheitsnetzwerk
Klingenthal Sport & NewFit24 Salzkotten
- **Für alle Läufer mit Startnummer:**
kostenlose BIA-Messung
Vibrafit-Vibrationstraining
Muskellängentraining am fle-xx-Zirkel
- **Gewinnspiele**
- **sportliches Equipment**
von und mit Klingenthal Sport
- **Zumba®-Gruppe** vom Lippstädter Turnverein

Catering

Montessorischule
Salzkotten

Umkleidemöglichkeit

**Kleiderauf-
bewahrung**

NEU!
Live-Übertagung
der Zieleinläufe auf eine
LED-Wand an der Bühne
an der Sälzerhalle
in Kooperation mit
AFV Weihrauch

NEU!
Service für Läufer:
Sofortkundenausdruck
in der Sälzerhalle am Schalter
der Start-Nr.-Ausgabe.
Ausdruck einer Sofortkunde mit
voraussichtlichem Ergebnis
(ca. 30 min nach Zieldurchlauf)

Eingang am Sonntag

ÜBERNACHTUNG

Das Hotel Westfälischer Hof in Salzkotten ist offizielles Partnerhotel des Marathons und liegt ca. 100 m von Start/Ziel/Sälzerhalle entfernt. Reservierungen nimmt das Hotel direkt unter dem Stichwort „Salzkotten Marathon“ zu Sonderkonditionen entgegen. Tel. 05258-98610 Weitere Empfehlungen zu Übernachtungen finden Sie im Internet unter www.salzkotten-marathon.de.

ANREISE UND PARKEN

Salzkotten liegt an der B1 zwischen Paderborn und Soest. Von der A33 nehmen Sie die Abfahrt Salzkotten/B1 oder von der A44 die Abfahrt Geske/B1. Parkmöglichkeiten sind über die B1 aus Richtung Geske und Paderborn ausgeschildert (für den Klingenthal Sport Marathon) und stehen am Freibad „Sälzer Lagune“ und an der Sälzerhalle zur Verfügung. Bei Anreise mit der Bahn, nehmen sie den Ausstieg Bahnhof Salzkotten.



Abfahrt der
Shuttle-Busse unseres
Mobilitätspartners
Auto-Bachem
BUSTOURISTIK
vor der Sälzerhalle zur
Sälzer Lagune in regel-
mäßigen Abständen.

**Lauftherapie
Salzkotten**
iebeck Dipl.-Lauftherapeutin
Salzkotten • Zur Schanze 18
0 52 58 / 93 55 26

**Sanft & sicher
zum Läufer
werden!**

info@lauftherapie-salzkotten.de
www.lauftherapie-salzkotten.de

Motor-Shop Hoffknecht

2.990,-

NEU!

**DEALIM-
Steezer**



Klingelstraße 26 • 33154 Salzkotten • Tel.: 0 52 58 / 93 06 26 • Fax 93 06 27

RWE

**UNSERE SCHÖNSTE BELOHNUMG:
EIN SIEGER-LÄCHELN.**

WIR HELFEN DABEI, ZIELE ZU ERREICHEN.
MIT SPORTFÖRDERUNG IN DER REGION.

Ein Gewinn ist immer ein tolles Gefühl – vor allem, wenn man ihn gemeinsam genießen kann. Deshalb unterstützt RWE die Vereine und Veranstaltungen der Region nicht nur als zuverlässiger Energieversorger, sondern auch ganz direkt als engagierter Partner und Förderer. Wir freuen uns auf Ihre Erfolge! www.vorweggehen.com



VORWEG GEHEN

NEWFIT24 - KOMPETENZ FÜR FITNESS UND GESUNDHEIT

Gesundheit muss für alle bezahlbar sein - so die Philosophie des Fitness-Familienunternehmens

NewFit24 - der neue Partner des Salzkotten Marathons - setzt in seinen Studios auf Qualifikation und Kompetenz. Dabei bietet das inhabergeführte Familienunternehmen ein unschlagbares Preis-Leistungs-Verhältnis.

Die Gesellschaft ist im Wandel, ebenso die Fitness-Welt. Gesundheit hat heute in jeder Lebensphase einen hohen Stellenwert. Bei NewFit24 bildet das Fitnesstraining die Basis, dazu kommt eine deutliche Ausrichtung hin zum Gesundheitssport. Die Gesundheits-Experten bieten ein Training an, das komplett an den Gesundheitszustand der Mitglieder angepasst ist. Das eigentliche Alter spielt dabei nur eine untergeordnete Rolle. „Ziel ist

es, Gesundheit erschwinglich zu machen“, so Studioleiterin und Physiotherapeutin Isabel Hellwig, denn für sie sei das Studio eine wichtige Schnittstelle zwischen Fitness- und Gesundheitswesen. Und dabei mache man auch vor Problemstellungen nicht halt, zum Beispiel vor Volkskrankheiten wie Diabetes, Übergewicht oder Cardio-Erkrankungen. Möglich wird das durch durchgehend qualifiziertes Personal und durch gute Kontakte zu anderen Akteuren im Gesundheitswesen.

Sportliche Aktivität und gesunde Ernährung helfen, Volkskrankheiten wie Rückenbeschwerden, Übergewicht oder Diabetes entgegenzutreten. Die qualifizierten Trainer bei NewFit24 zeigen den Mitgliedern, wie es geht. Der erste Schritt ist die Beratung im

NewFit24-Studio. So finden Interessierte ihren ganz persönlichen Weg zu mehr Gesundheit, besserem Wohlbefinden, einer anderen Figur oder einfach zu einem neuen Lebensgefühl.

„Wir halten unsere Preise komplett transparent! Bei uns gibt es keine Überraschungen in der Preisstruktur, das ist unsere bewährte Philosophie“, erklärt Isabel Hellwig. Zusatzkosten, wie zum Beispiel zusätzliche Trainergebühren oder Münzautomaten an den Duschen, gäbe es bei NewFit24 nicht.

Sportlich sieht man sich als kompetenter Partner für Gesundheit, Gerätetraining, Zirkeltraining, Cardiotraining, Rückentraining, Muskellängentraining, für Gewichtsreduktion, Ernährungsberatung, Stressbewältigung und Vibrations-Intensivtraining.

Angefangen hat die NewFit24-



Isabel Hellwig (l.) Physiotherapeutin und Studioleiterin und Trainerin Sarah Metz (Mitte) freuen sich zusammen mit Hans-Jochen Meier (r.) über die neue Premium-Partnerschaft mit dem Salzkotten Marathon. Das Sport- und Gesundheitsstudio NewFit24 hat nicht nur für Läufer viel zu bieten.

Erfolgsgeschichte übrigens in Geseke, wo Gesundheits-Expertin Regina Anhalt vor zehn Jahren das NewFit24 Stammhaus gründete. Mittlerweile ist das Familienunternehmen

an zwölf Standorten zu finden. NewFit24-Mitglieder können übrigens in allen Studios der familiären Kette trainieren, zum Beispiel in Geseke und Delbrück.

Krafttraining für Läufer

Muskeln machen schneller und schützen vor Verletzungen

Gesundheitlich orientierte Läufer wissen, die positive Wirkung des Krafttrainings auf das Laufverhalten ist nicht zu unterschätzen. Eine gut trainierte Muskulatur ist weniger verletzungsanfällig und macht auch noch schneller. Somit sind Läufer, die neben ihren Lauf-Einheiten auch ein regelmäßiges Krafttraining absolvieren, viel besser vor Überlastungsbeschwerden geschützt. Besonders gut tut ein ausgewogenes Krafttraining den älteren Läufern. Ab dem 45. Lebensjahr muss man der Verkürzung der Muskeln aktiv entgegen trainieren, damit sie ihre Kraft nicht verlieren. Mindern kann man diesen Kraftverlust nur mit gezielten Dehn- und Kräftigungsübungen, zum Beispiel an entsprechenden Krafttrainingsgeräten im Studio und am fle-xx Zirkel für das Muskellängentraining. Während bei Läufern die Beine meist gut trainiert sind, werden andere Körperberei-

che von ihnen meist sträflich vernachlässigt. Deshalb sollte man beim Training im Studio das Augenmerk gerade auf diese Bereiche legen: Schulter, Brust, Bauch, Arme und Rücken.

„Wer so zusätzliche Stabilität im Oberkörper aufbaut, wird bald die positiven Auswirkungen auf den Laufstil feststellen“, erklärt Physiotherapeutin und Studio-Leiterin Isabel Hellwig. Denn nur wenn der gesamte Oberkörperbereich stabil sei, könne man auch einen gesunden

Laufstil entwickeln. Beine und die Gesäßmuskulatur sollten ebenfalls ergänzend trainiert werden, denn auch hier seien bei vielen Läufern Schwachstellen vorhanden, die später zu Beschwerden im Knie oder der Hüfte führen können.

Übrigens: Ist man schon einmal im Fitnessstudio, sollte man auch die verschiedenen Möglichkeiten des Cardio-Trainings nutzen. Crosstrainer, Fahrradergometer, Stepper und Co. sind gute Trainingsalternativen und führen zu einer besseren Grundkondition.



Kraft- und Ausdauertraining im Studio sind eine ideale Trainingsergänzung für Läufer. Bei schlechtem Wetter und im Winter hilft das Indoor-Training übrigens die Form zu bewahren und den inneren Schweinehund zu besiegen.

Muskellängentraining

Das fle-xx Rückrat-Konzept macht Muskeln

Das moderne Leben hat einen entscheidenden und täglichen Nachteil: es macht unbeweglich. Denn die meiste Zeit des Tages verbringen die meisten Menschen im Sitzen – und gleichzeitig nach vorne gebeugt. Am Arbeitsplatz, im Auto, bei Tisch und TV – selbst im Schlaf rollen wir uns zusammen. Die Folge: Unsere Muskulatur passt sich zunehmend dieser Haltung an. Die sich verkürzende Brust- und Bauchmuskulatur macht sich durch Verspannungen im sensiblen Hals-Nacken-Bereich bemerkbar. Auch Rückenschmerzen sind meistens auf diese Muskelverkürzungen zurückzuführen.

Wirksames und nachhaltiges Gegenmittel: Das fle-xx Konzept. Das fle-xx Ziel: Die Behebung der Fehlhaltung mit einfachen Übungen. Dabei werden die verkürzten Muskeln gezielt in die Länge trainiert und gestärkt. Schon nach wenigen Wochen zeigt

das Training Wirkung – mit zunehmender Beweglichkeit und einem geschmeidigeren Körpergefühl. Der fle-xx Zirkel umfasst sieben Grundgeräte und diverse Zusatzübungen jenseits der Geräte. Die Übungen sind so einfach wie effektiv und für jeden auch leicht zu kontrollieren. fle-xx kombiniert die Lehren des Yoga, neueste sportmedizinische Trainingstherapie und die langjährige Erfahrung aus den Rückgrat Sport- und Gesundheitscentern. „Problemlos kann das fle-xx Konzept in vorhandene Trainingspläne integriert werden“, so Physiotherapeutin Isabel Hellwig, die die NewFit24-Studios in Ostwestfalen leitet. So ist das Training am Zirkel eine ideale Ergänzung zum Kraft- und Ausdauertraining. Das fle-xx Ergebnis: Bei zunehmendem Wohlbefinden werden die Figur gestrafft und die Durchblutung optimiert, da die Übungen wie eine Lymph-

BIA-MESSUNG

Kostenlos für Läufer auf der Messe

Auf der Sport- & Gesundheitsmesse Salzkotten Vital präsentiert sich das Team von NewFit24 mit gleich drei interessanten Aktionen. Am Stand in der Sälzerhalle können Läufer und alle Interessenten das Vibrafit-Intensivtraining, das fle-xx Muskellängentraining und die Bioelektrische Impedanzanalyse, kurz BIA, kennenlernen und ausprobieren. Für aktive Läufer gibt es eine ganz besondere Aktion: „Wer mit seiner Startnummer zu uns an den Stand kommt, erhält an den beiden Ausstellungstagen eine BIA-Messung im Wert von 30 Euro völlig kostenlos“, freut sich Isabel Hellwig, Physiotherapeutin und Studioleiterin bei NewFit24.

Bei der BIA-Messung wird mittels elektrischer Wechselstromimpulse eine genaue Bestimmung des Körperfett-

anteils, des Wasseranteils und anderer Körpermassen, wie z.B. der Muskelmasse, durchgeführt. Stimmt das Verhältnis von Muskelmasse zu Fettmasse? Ist der Körper ausreichend mit Wasser versorgt? Reduziert sich das Fett und bleibt die Muskelmasse dabei konstant? Die BIA-Messung bietet deutlich genauere Ergebnisse als die sonst in Haushalten und Studios üblichen Körperfettanalysewaagen. Bei Sportlern lässt sich mit Hilfe der BIA-Messung übrigens auch der Muskelaufbau und Trainingserfolg dokumentieren. Dazu kann man den Elektrolythaushalt sehr genau untersuchen.

Natürlich steht das Team von NewFit24 auf der Messe auch für alle anderen Fragen rund um Fitness, Gesundheit und Training bereit.

SOLIDE IN SALZKOTTEN

Mitglieder werden mit Investitionen und Innovationen belohnt

Treue wird belohnt. Erst im vergangenen Jahr wurde das NewFit24-Studio in Salzkotten komplett umgebaut und renoviert. „Wir bedanken uns bei unseren treuen Mitgliedern mit Innovationen und Investitionen“, erklärt Studioleiterin Isabel Hellwig die Philosophie des Gesundheits- und Fitnessunternehmens. Erst vor wenigen Tagen wurde der große Parkplatz hinter dem Haus, der den Mitgliedern bequeme Parkfläche direkt am Studio bietet,

komplett neu gepflastert. So wolle man die Mitglieder für das sportlich-faire Miteinander belohnen und gleichzeitig die

Treue des Betriebs zum Standort Salzkotten unterstreichen. Der Mietvertrag des Studios wurde gerade langfristig verlängert.



Das NewFit24 Salzkotten im ersten Stock, großer Parkplatz hinter dem Haus.

www.NewFit24.de



NewFit24 Salzkotten

Thüler Straße 28
33154 Salzkotten
Tel: 052 58/974 7981

Öffnungszeiten: immer

Betreuungszeiten:
Mo., Mi., Fr.: 09:30-12:30 Uhr
Mo.-Fr.: 16:00-21:00 Uhr

ab
€ 15,90
im Monat

Auch in Geske, Delbrück, Büren, Rietberg, Brilon, Ahlen, Marsberg, Meschede, Korbach, Heiligenhafen, Neustadt/Holstein

Vibrations-Intensivtraining

Vibrafit-Training erhöht den Trainingserfolg und macht gesund

Beim Training auf der Vibrationsplatte werden durch die hohe Geschwindigkeit (Frequenz) und den Hub (Amplitude) der Platte, Schwingungen auf den Körper übertragen. Das Mehrfache des Eigengewichts an Energie wirkt auf den Körper und löst 1.200 bis 3.000 Reflexe pro Minute aus. Auf diese rasch abfolgenden Impulse reagiert die Muskulatur automatisch mit Anspannung und Entspannung. Diesen Vorgang der biomechanischen Muskelstimulation nennt man Dehnungsreflex. So werden etwa 97% aller Muskeln (40% beim konventionellen Training) beim Vibrations-training aktiviert und führen zu Muskelkontraktionen und dem gewünschten schnellen Trainingseffekt.

„Wir setzen in unseren Studios auf die Geräte des medizinischen Marktführers Vibrafit und nicht etwa auf billige Nachbauten“, so Physio-

therapeutin Isabel Hellwig. Bei NewFit24 in Salzkotten stehe für das Vibrationstraining ein Gerät der neuesten Generation bereit.

Die wesentlichen Effekte eines regelmäßigen Vibrationstrainings zeigen sich deutlich in einer Steigerung der Muskelkraft und Beweglichkeit, der Körperstraffung durch gezieltes Problemzonen- und Anti-Cellulitetraining sowie in den positiven Auswirkungen auf die Gesundheit durch Stabilisierung der Tiefenmuskulatur in der Wirbelsäule und das hohe Entspannungspotenzial. Positive Effekte zeigen sich auch beim Training zur Gewichtsreduktion, da man zum einen, einen relativ schnellen Kraftzuwachs erfährt und gleichzeitig kaum an Muskelmasse zulegt und zum anderen der Stoffwechsel anregt und somit der Grundumsatz erhöht wird, wobei das Training auch sehr gelenkschonend ist.

Dass sich Vibrafit-Training

für Sportler lohnt, beweisen Studien der Sporthochschule Köln. Mit Hilfe des Trainings ließ sich die Maximalkraft von Leistungssportlern um 30 bis 40% erhöhen. Außerdem steigerte das Vibrationstraining die Koordinationsfähigkeit und verstärkte die Ergebnisse des konventionellen Trainings.



Das Vibrafit-Intensivtraining ist gleichzeitig Prophylaxe und Trainingsergänzung.

wieder beweglich und Läufer schneller



An den fle-xx Geräten wird die Muskellänge aktiv trainiert. Dieses Training geht weit über das übliche Dehnen hinaus und kann deshalb Verspannungen entgegenwirken. Längere Muskeln machen Läufer übrigens schneller.

drainage wirken. So werden auch Bindegewebe und Muskulatur entgiftet.

„Der chronisch eingeschränkte Bewegungsumfang im täglichen Leben führt unweigerlich zur Einschränkung der Muskellänge. Durch geeignete und gezielte Trainingsimpulse lässt sich dieser Rückgang stoppen und die Muskellänge wieder vergrößern“, erklärt Hellwig. Entsprechend wichtig ist es, die wissenschaftlich fundierten Kenntnisse über die Längen-anpassung von Muskeln in der Praxis zu berücksichtigen.

Forschungsergebnis und Fakt: Nur ein Training über die maximale Bewegungsamplitude führt zu mehr Beweglichkeit. Diese neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse sind Basis des fle-xx Zirkels und begründen seinen Trainingserfolg. „Ich habe vor sechs Monaten mit einem Muskelaufbau-training und Diät begonnen“, berichtet T. Wehde. „Die fle-xx-Geräte benutze ich regelmäßig nach dem Training. Ich fühle mich seitdem viel beweglicher und habe keine Rückenschmerzen mehr.

Jede Menge Spaß und Unterhaltung für kleine und große Gäste!

Am 5. Juni fällt der Startschuss zum neunten Klingenthal Sport Marathon in Salzkotten. Auch die Volksbank Brilon-Büren-Salzkotten Bambini-Läufe sind mittlerweile zu einer festen Größe im Marathon-Programm geworden.

In diesem Jahr finden alle Starts der Bambini-Läufe (auch der Start in Verne) an der Sälzerhalle statt. Dort ist es gelungen, einen attraktiven Rundkurs zu gestalten und ein umfangreiches Familienprogramm zu organisieren. Alle sind hierzu herzlich eingeladen!

Vielen Dank an die Lehrerinnen und Lehrer und Erzieherinnen und Erzieher für die großartige Unterstützung, die Kinder bei der Teilnahme zu begleiten.

Für die Bildungseinrichtung mit den prozentual meisten Teilnehmern gibt es einen Extra-Preis.

Und natürlich wird die Volksbank Brilon-Büren-Salzkotten auch in diesem Jahr wieder einen Geld-

betrag je Teilnehmer/-in für die jeweilige Grundschule bzw. Kindertageseinrichtung spenden.

Die finalen Ehrungen bzw. die Preisübergabe findet dann am Dienstag, 14. Juni 2016, um 15:00 Uhr im Rathaus der Stadt Salzkotten (Einladung folgt) statt.

Das Rahmenprogramm 2016 umfasst ein tolles Aufwärmprogramm von praenet mit „Frank und seine Freunde“, die Halli Hallo Kindershow und die **Barilla Pasta-Station**. Vor dem Lauf können sich die Kinder mit leckerer Pasta stärken. Außerdem wird es den **„Klingenthal Sport Funwheel Parcours“** geben. Dort steht für die Kids alles bereit, was rollt: Longboards, Penny Boards, Skateboards und Scooter. Zudem können sie mit den Hover Boards des Herstellers CityBlitz® den neusten Trend aus den USA live erleben. Die elektrisch betriebenen Boards haben eine Reichweite von über 20 km. Das Hoverboard von CityBlitz® ist eines der wenigen TÜV geprüften Mini

Segways. Der Motor des Boards hat eine Leistung von insgesamt 700 Watt. Diese entstehen durch zwei verbaute Elektromotoren, welche je 350 Watt liefern. Dank des leistungstarken Motors sind Geschwindigkeiten von bis zu 18 Km/h möglich. Durch ihre hohe Geschwindigkeit gehört das CityBlitz zu den schnellsten Hoverboards auf dem Markt.

Alle Kids können sich zusammen mit ihren Familien auf einen erlebnisreichen Tag rund um Sport und Spaß einstellen!



Crowdfunding für Ihre gemeinnützige Projektidee!

„EIN SPIELPLATZ FÜR MEIN DORF.“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Auf www.vb-bbs.viele-schaffen-mehr.de stellen Vereine und gemeinnützige Organisationen ihre Projektideen vor. Interessierte können ihre Lieblingsideen finanziell unterstützen und machen so die Umsetzung erst möglich. Wir begleiten Sie und Ihr Projekt von der Idee bis zur Finanzierung. Sprechen Sie uns an!



Volksbank
Brilon-Büren-Salzkotten eG

»Meine Bank in der Region«

Zeitplan für die „Bambinis“:

- ab 10:00 Uhr** Abholen der Startunterlagen
- ab 10:15 Uhr** praenet-Aktivprogramm zum Aufwärmen mit **„Frank und seine Freunde“**
- 11:00 Uhr** Startzeit Kindertageseinrichtungen, 500 m
- 11:30 Uhr** Startzeit Grundschulen, 1000 m

Start & Ziel an der Sälzerhalle **NEU!**

Im Anschluss an die Läufe

Ausgabe der Urkunden, Medaillen und Präsente

Alle Kinder erhalten in der Sälzerhalle eine Startnummer und eine Bambini-Urkunde, ein Erfrischungsgetränk, eine kleine Überraschung vom REWE-Markt Salzkotten, ein Mini-Brötchen der Bäckerei Lange, eine Finishermedaille, eine Probierportion Nudeln (gegen Wertmarke), dank der Unterstützung unserer Partner Barilla Deutschland und Partyservice Dannhausen

Nach Zieleinlauf: gemeinsames **Nudelessen** mit dem **Zappeltier** und der **Bummelfee** bei der **„Frank und seine Freunde“ Halli Hallo Kindershow** in Verbindung mit der **AG Radfahrsicherheit** und **Gesundheitsnetzwerk praenet**



Außerdem: Klingenthal Sport Funwheel Parcours **NEU!**
Barilla Pasta-Station & Holli – Das Maskottchen des SCP

Shuttle-Bus: (Angebot ab 20 Teilnehmer pro Ort)

Hinfahrt: Verne „Zum Brünneken“ 9:20 Uhr, Thüle 9:30 Uhr, Scharmede 9:45 Uhr, gegebenenfalls Halt an der Sälzerhalle, Tudorf 10:00 Uhr, jeweils an der Volksbank

Rückfahrt: ab ca. 13 Uhr an der Sälzerhalle

LAUFEN ALS GENUSS

Franz-Xaver Killian läuft mit 72 Jahren den Halbmarathon

80 bis 100 Marathons hat er bereits hinter sich – so genau zählt Franz-Xaver Killian nicht mit. Der 72-jährige ist, wie er sagt, mittlerweile ein Genuss-Läufer; er läuft „Uhrlos“ und genießt die

Landschaft, die Natur im Wandel und das Drumherum an der Laufstrecke – ganz ohne Leistungsdruck.

Leistung hat Franz-Xaver Killian in seinem Leben bereits genug vollbracht: Mit 55 Jahren lief der vierfache Opa im Jahr 2000 seinen ersten Iron Man in Roth. Seit mehr als 30 Jahren läuft Franz-Xaver Marathon. 1988 schaffte er es unter die „magische Marke“ von 3 Stunden. Beim Klingenthal Sport Marathon möchte er im Halbmarathon antreten.

StadtQuelle: Herr Killian, waren Sie schon immer sportlich?

Franz-Xaver: Ja, schon. Angefangen hat es bei mir mit Fußball über Volleyball und dann

zum Laufen. Seit 1990 bin ich aktiv als Läufer im VfB Salzkotten, Sport im Verein betreibe ich schon seit 1975.

StadtQuelle: Wie schaffen Sie es sich im Alter noch so fit zu halten?

Franz-Xaver: In der Woche besuche ich 6 bis 7 mal das Fitnessstudio. Mir ist es wichtig – fast heilig – 3 Prozent meiner Zeit mit Sport zu verbringen. 3% – das ist nicht viel, etwa 5 Stunden in der Woche. Die investiere ich sinnvoll in Sport, um gesund alt zu werden. Für mich dient Sport vor allem der Gesunderhaltung.

StadtQuelle: Muss man sich im Alter anders auf den Marathon vorbereiten?

Franz-Xaver: Nein, wichtig ist – egal in welchem Alter – die richtige Einteilung der Kraft.

StadtQuelle: Lassen Sie sich vor einem Lauf ärztlich durchchecken?

Franz-Xaver: Nein, das ist für Laufeinsteiger durchaus sinn-

Verkauf von Miele-Haushaltsgeräten & Ersatzteile auf Bestellung

- eigener Kundendienst -

Laurentiusstr. 56

D-33154 Salzkotten/Thüle

Tel. 0 52 58/36 82

Handy 0 171/105 87 02

Fax 0 52 58/93 30 38

- Partner des Miele-Werkskundendienstes -



S. Witkowski

Chr. Witkowski GbR

switkowski@arcor.de

Menschen in unserer Stadt



voll. Ich aber kenne meinen Körper mittlerweile.

StadtQuelle: Wie reagieren jüngere Menschen darauf, dass Sie mit über 70 an Marathons teilnehmen?

Franz-Xaver: Positiv, die begrüßen das.

StadtQuelle: Haben Sie noch ein Ziel, wo Sie gern laufen möchten?

Franz-Xaver: Ja, nachdem ich dreimal beim New York Marathon an den Start gegangen bin, möchte ich auch noch den Chicago Marathon laufen – ohne bestimmtes Leistungsziel, ich möchte einfach nur das Laufen genießen.

StadtQuelle: Gibt es eine besondere Erinnerung?

Franz-Xaver: Ja, das muss so '88 oder '90 beim Hansemarathon gewesen sein. Ich war noch nicht so „lauffest“ und

eine ältere Dame unter den Zuschauern reichte mir zur Stärkung ein paar Apfelstückchen – das werde ich nie vergessen!

Viel zu verdanken habe ich natürlich auch dem VfB Salzkotten. Durch den Verein habe ich viele nette Menschen kennengelernt und viele Möglichkeiten erhalten.

Einige Zeit habe ich auch eine blinde Läuferin begleitet.

Im Urlaub in Sri Lanka habe ich zudem einen Jungen kennengelernt, der beim Tsunami 2004 sein Bein verlor. Dem ermögliche ich es jetzt, eine Prothese zu bekommen. Wir sollten auch öfter an diejenigen denken, denen es nicht so gut geht wie uns.

StadtQuelle: Danke für Ihre Zeit und viel Genuss beim Halbmarathon in Salzkotten!

BEIM SPORT GUT SEHEN UND GUT AUSSEHEN

ProAct bei **Optik Schiller**

Um Sicherheit, Performance und vor allem Freude am Sport zu garantieren, ist eine geeignete Sportbrille unerlässlich. ProAct aus dem Hause Rodenstock gibt den Startschuss für die nächste Generation der Sportbrille.

Mit dieser neuen Fassungskollektion sowie dem umfangreichen Portfolio an Sportgläsern bieten wir bei Optik Schiller komplette Sportbrillen aus einer Hand. Features wie polarized, hell/dunkel Effekt und kontraststeigernde Gläser können je nach Einsatzgebiet und Sportart gefertigt werden. Alle ProAct Brillen sind auch mit Ihren Korrektionswerten erhältlich. Sowohl als Fernstär-

ken- oder Gleitsichtvariante. Unsere kompetenten Mitarbeiter klären Sie gerne über die individuellen Lösungen auf. Um den Outdooreinsatz bei uns im Geschäft zu simulieren besteht die Möglichkeit die Brille im Windkanal zu testen.

– Und sollten Sie andere Sportbrillenlabel bevorzugen: Wir führen auch eine große Anzahl an **ADIDAS** Performance und Brillen des amerikanischen Sportspezialisten **Oakley**.

Zum Marathon in Salzkotten bieten wir Ihnen interessante Sportbrillen-Komplettpakete an!

Das Optik Schiller Team berät Sie gerne!

Marathon-Angebot:

Rodenstock ProAct

ab 149⁰⁰

(inkl. Sportgläser in individueller Glasstärke ab 369,-)



Optik Schiller

Lange Str. 42 · 33154 Salzkotten

Telefon 0 52 58 / 76 68

www.optik-schiller.de

9. KLINGENTHAL SPORT MARATHON '16 SALZKOTTEN

EINE STADT IN BEWEGUNG

Wir sind dabei...



„weil es für uns ‚Laufen‘ in
Salzkotten noch viel zu entdecken
gibt!“
VfL Bergholz 1819 e.V. Oberhausen



„weil wir beim Laufen
ein gutes Team sind.“
Zahnarzt Gemeinschaftspraxis
Dres med dent. Uwe-Ebert, Ebert, Donner, Lögner



„weil wir fit für die
Zukunft sein wollen!“
Planka GmbH

WESTFALEN THERME



365 Tage
im Jahr
für Sie
geöffnet!

Das macht Spaß!

- Rutschen mit Zeitmessanlage
- Wasserwelt mit Piratenland
- 25 m-Sportbecken m. Sprungturm

Regional einzigartig!

- Salinarium mit textiler Salzsauna
inkl. Solevernebelung

Ganz entspannt!

- Saunaparadies auf 3 Ebenen
- Sonnenterrasse mit Wärmepool
- Asiaruhelounge mit Eukalyptus-
sauna

Westfalen-Therme GmbH & Co. KG
Schwimmbadstraße 14
33175 Bad Lippspringe
www.westfalen-therme.de



„weil das bei uns
schon gute Tradition,
aber auch immer noch
Herausforderung ist“
Müller-Elektronik GmbH & Co. KG

„weil wir unseren
Zusammenhalt und Teamgeist
unter Beweis stellen wollen.“
Projekt w Systeme aus Stahl GmbH



„Wir von der Montessorischule
laufen alle zusammen den 5,5 km-Lauf,
weil wir gern laufen und den SCP 07-Tag
gewinnen wollen! :-“
Montessori Schule Salzkotten



Sport genießen!

„weil wir nicht nur
beim Backen, sondern auch
im Sport Höchstleistungen
zeigen!“
Bäckerei Lange GmbH & Co KG

Ohne helfende
Hände läuft nix...



MOHNKICKER

Seit einigen Jahren unter-
stützen auch die Mohnkicker
Salzkotten den Klingenthal
Sport Marathon. Sie geben
im Zielbereich die gut gekühlten
Getränke aus und haben in den
letzten zwei Jahren auch bei der
frühmorgendlichen Absperung
der Straßen geholfen.



Neuerungen des diesjährigen Marathons vorgestellt

Unterstützer, Sponsoren und Laufinteressierte trafen sich im Textilhaus Klingenthal zur Veranstaltung „Sport trifft Wirtschaft“ im Rahmen des 9. Klingenthal Sport Marathons. Am 05. Juni 2016 findet die Sportveranstaltung wieder in Salzkotten statt. Ende April wurden die Neuerungen für das Jahr 2016 vorgestellt.

Die Veranstaltung Sport trifft Wirtschaft wurde von Verena Hagemann moderiert.

Die Veranstaltung wurde von Verena Hagemann moderiert. Die Veranstaltung wurde von Verena Hagemann moderiert.



Sie führte die eingeladenen Sponsoren, Unternehmer und Sportinteressierten durch den Abend und die Diskussion zum Thema „Sportsponsoring“. Die Talkgäste Martin Hornberger, Geschäftsführender Präsident und Gesamtgeschäftsführer des SC Paderborn 07 e.V. und der Motorsportler Dominik Peitz, der u.a. am Audi TT-Cup erfolgreich teilnahm, berichten wie sehr Sportler auf Sponsoren und Unterstützer angewiesen sind und die Rahmenbedingungen für sportliche Erfolge zu ermöglichen. Gleichzeitig sprachen sie auch an, dass Erfolgserlebnisse von Einzelsportlern oder Mannschaften auch ein wesentliches Marketing für Städte sind. Gerade der Aufstieg des SCP in die erste Bundesliga hat zu einer enormen Steige-

aus verschiedenen Sportarten angesprochen werden. Ulrich Henning, Geschäftsführer Klingenthal Sport, Sascha Wiczynski, Organisationsleiter des Klingenthal Sport Marathons und Salzkottens Bürgermeister Ulrich Berger waren sich einig, dass immer beide Seiten von einem Sponsoring profitieren müssen und bedankten sich bei den Sponsoren der Laufveranstaltung in Salzkotten, die seit Jahren Unterstützung bieten. In Salzkotten wird am 05. Juni neben den klassischen Laufdistanzen auch ein Stafelfmarathon angeboten, der sich auch an Unternehmen mit ihren Mitarbeitern richtet. **Für teilnehmende Firmen wird dieses Jahr erstmalig ein Firmen-Treff-Punkt, direkt an der Start und Ziel Zone, im Restaurant Salz-**

bei leichter Küche und Getränken das Laufsportereignis hautnah miterlebt werden.

In diesem Jahr wird ein neuer Zielverpflegungsbereich am Gradierwerk eingerichtet.

Rund um das Gradierwerk werden Liegestühle und Sitzsäcke aufgestellt, so dass man sich hier, in einem loungeartigen Bereich, von den Strapazen der Laufveranstaltung erholen kann. Dort findet auch die komplette Verpflegung der Läufer sowie die Massage statt. Die neue Entspannungsoase am Gradierwerk liegt lediglich 170 m Fußweg vom Rathaus entfernt. Im direkten Zieleinlauf vor dem Rathaus wird die Medaille gereicht sowie eine erste Verpflegung mit Wasser.

In direkter Nachbarschaft zum Gradierwerk, auf der Sälzerwiese, finden die Bambini-Läufe der Volksbank Brilon-Büren-Salzkotten statt. **Für die Kindergarten- und Schulkinder ist hier eine attraktive Route über die Sälzerwiese gewählt worden.** Es gibt einen übersichtlichen Rundkurs, der auch von Kindern mit Handicap gut zu bewältigen ist und gewährleistet, dass nicht mehr die Laufstrecke der Erwachsenen „gequert“ werden muss. An der Sälzerhalle finden alle Starts der Bambini-Läufe statt. Die früheren Bambini-Läufe in Verne entfallen somit. Mehr Auf der Sälzerwiese wird außerdem ein breites Familien- und Kinderangebot geschaffen. *Infos hierzu auch auf Seite 14.*

Neue Verbindungen, neue Fluggesellschaften ab Airport PAD

Neue Ziele und die neuen Fluggesellschaften Small Planet Airlines, Sea Air, Fly Egypt und Etihad Regional machen den Sommerurlaub ab Paderborn-Lippstadt Airport noch attraktiver und abwechslungsreicher.

Die deutsche Small Planet Airlines fliegt im Auftrag von Thomas Cook Urlauber nach Mallorca und Antalya und erstmalig auch nach Fuerteventura und Varna. Außerdem erweitert TUI sein Angebot am Airport PAD um die griechischen Inseln Kreta, Rhodos und Kos sowie Burgas in Bulgarien. Erstmals wird zudem Mahon auf Menorca als neues Ziel angefliegen.

Durch die neue Fluggesellschaft Sea Air wird das Flugangebot um 15 neue wöchentliche Verbindungen erweitert. Die slowenische Airline fliegt ab PAD nach Malaga, Almeria, Ibiza, Palma de Mallorca sowie Pula in Kroatien und setzt auf familienfreundlichen Service und attraktive Preise. Unter www.sea-air.info und in allen Reisebüros sind die Flüge ab PAD buchbar. Die Fluggesellschaft Etihad Regional verbindet den Paderborn-Lippstadt Airport erstmals ab Juli mit der italienischen Lagunenstadt Venedig. Weitere Infos zum Angebot im Sommer unter www.airport-pad.com

Mein Heimathafen

PADERBORN
LIPPSTADT
AIRPORT

URLAUB SATT AB PAD!



**Neue Direktziele ab Sommer 2016:
ALMERÍA | IBIZA | MÁLAGA
MENORCA | PULA | VENEDIG**

airport-pad.com

WIENEKE ♦ d'ALQUEN ♦ FIRL
RECHTSANWÄLTE NOTARE FACHANWÄLTE

www.rechtsanwalt-geseke.de

Marathon Salzkotten 2016 KÜCHENIDEEN, DIE BEWEGEN

KÜCHEN-STUDIO
JANSEN

Küchen-Studio Jansen

Paderborner Straße 26 | 33154 Salzkotten

Telefon +49 (0) 52 58.1896

www.jansen-kuechen-studio.de

SieMatic

OBEN MITLAUFEN...

13. FALKE Rothaarsteig-Marathon
am 15. Oktober 2016

Über die Höhen des Rothargebirges führt zum dreizehnten Mal der FALKE Rothaarsteig-Marathon und die herrliche Natur des Schmallenberger Sauerlandes begleitet die Läufer auf Schritt und Tritt.

Die Disziplinen Marathon, Halbmarathon, Walking und Nordic Walking führen über 400 bzw. 800 Höhenmeter

entlang des Rothaarsteiges. Diese sportliche Herausforderung wird durch ein hochwertiges Starterpräsent der Hauptsponsors, ein spannendes Rahmenprogramm und nicht zuletzt mit einem legendären Kuchenbuffet entlohnt.

Alle Infos unter
www.rothaarsteig-marathon.de.

SPORT UND SPASS MIT DER MONTESSORISCHULE

Ohne helfende
Hände läuft nix...

Sport und Spaß an Bewegung werden an der Montessorischule Salzkotten groß geschrieben. Deshalb unterstützt der Förderverein der Montessorischule Salzkotten wie im vergangenen Jahr die Organisation des Klingenthal Sport Marathons mit einem Cateringangebot in der Sälzerhalle. Auch die sportliche Teilnahme an den Aktionen des Klingenthal Marathons ist für viele Schüler eine Selbstverständlichkeit.

An der Theke der Sälzerhalle werden von den Eltern selbstgebackene Kuchen, Kaffee und Getränke serviert. Aus dem Erlös möchte der Förderverein für die Schülerinnen und Schüler der Montessorischule zusätzliche Spiel- und Bewegungsgeräte für den Schulhof erwerben. Die Freude an der Bewegung und die Notwendigkeit von Sport und Bewegung

für die Entwicklung von Körper und Persönlichkeit der Kinder haben großen Einfluss auf den Schulalltag.

Selbstverständlich ist für viele Kinder auch die sportliche Teilnahme an den Angeboten des Klingenthal Marathons – dabei insbesondere am Bambini-Lauf. So konnte im letzten Jahr die Montessorischule beim Bambini-Lauf dank vieler laufbegeisterter Kinder und Eltern wieder den ersten Platz in der Schulwertung erreichen. Einige Schüler nahmen in Begleitung ihrer Sportlehrerin auch am 5,5 km Lauf teil.

Auch außerhalb der Aktionen rund um den Klingenthal Marathon gibt es regelmäßig sportliche Höhepunkte. Seit nunmehr drei Jahren veranstaltet die Montessorischule jährlich wiederkehrend die „Montelympiade“. Dieses inklusive Sportfest

hebt sich hervor durch eine Mischung aus Disziplinen des Deutschen Sportabzeichens und der Bundesjugendspiele sowie spielerisch-sportlichen Aktivitäten für jedes Kind. Der Spaß an der Bewegung, die Motivation persönliche sportliche Grenzen zu testen und das Erleben der Gemeinschaft stehen bei der „Montelympiade“ im Vordergrund. Ziel ist die gleichberechtigte Teilnahme aller. Dementsprechend werden sowohl Bewegungsspiele und Stationen zu den Bereichen Sprung, Wurf, Koordination, Ausdauer und Schnelligkeit als auch Kooperationsspiele angeboten.

Seit nun fast 6 Jahren bereichert die Montessorischule Salzkotten das Bildungsangebot in der Stadt. Weitere Informationen zur Schule finden Sie unter www.montessori-salzkotten.de



FIT FÜR DEN ALLTAG & SPAß DABEI!

„Fit für den Alltag“, unter diesem Motto treffen sich seit 30 Jahren eine Reihe gestandener Männer ab der Generation Ü 50 in der Verner Dreifachsporthalle. Jeden Donnerstag um 18.30 Uhr treffen sich die sportlichen Männer zu dem eineinhalbstündlichen Sportprogramm unter der Leitung des Trainers Wolfgang Wahle, und es geht um Gesundheit, Fitness und soziale Kontakte. Aufwärmphasen, Übungsprogramme für den Kreislauf, Rückenschule, Muskelstärkung, Entspannung und Spiele gehören dazu: „Laufen ohne Schnaufen“. Der Abschluss ist

ein Spiel um Tore und Punkte. Doch längst ist der wöchentliche Sporttreff eine gute Gewohnheit mit viel Spaß geworden, die aus dem Alltag der Männer nicht mehr wegzudenken ist, und Neulinge sind willkommen.

Die Gründungsmitglieder dieser Sportgruppe waren Rudi Kammerer, Georg Gerigk, Rüdiger Katz und Karl-Heinz Klaus in der Turnhalle der Liborius-Grundschule Salzkotten. In den Ferien werden Donnerstags auch Fahrradtouren veranstaltet.



Die sportliche Donnerstagsportgruppe mit dem Übungsleiter Wolfgang Wahle (hinten 1. v. l.). (Foto: Michels)

FALKE ROTHARSTEIG MARATHON
IM SCHMALLENBERGER SAUERLAND

13. MARATHON
15. Oktober 2016

Einzigartiges Erlebnis
800 Höhenmeter
Faszinierende Natur

Schmallenberg
Sauerland

Büroinformation
Schmallenberger Sauerland
Telefon 02972 9740-0
www.schmallenberger-sauerland.de

www.rothaarsteig-marathon.de

IST VIDEO-ÜBERWACHUNG FÜRS EIGENHEIM SINNVOLL?

Mit welcher Technik können sich Hausbesitzer am besten schützen und was ist eigentlich erlaubt?

Nur wenige Stunden war man nicht zuhause – doch die kurze Zeit reichte für Einbrecher bereits aus, um Wertgegenstände, Computer und Fernseher zu stehlen.

In Deutschland steigt die Zahl der Wohnungseinbrüche immer mehr an. So wurden 2015 in NRW 62.262 Wohnungseinbrüche gemeldet – das ist ein Anstieg von 18% im Vergleich zum Vorjahr. Seit 2010 sind Wohnungseinbrüche sogar insgesamt um 39% gestiegen.

Aber wie kann man sich schützen? Zum einen kann man Fenster und Türen mit Zapfen und Sicherheitsbolzen nachrüsten, zum anderen aber auch auf digitale Technik zurückgreifen – wie z.B. auf Videoüberwachungs-Systeme.

Die Salzkottener Firma SAMbase GmbH – Ihre Experten für IT, Hardware und Drucker – hat sich für Sie einmal schlau gemacht, welche Systeme für den Hausgebrauch sinnvoll sind:

Moderne Kamera-Systeme liefern ohne großen Aufwand Videos und Fotos, die entweder direkt im Internet angeschaut werden können oder auf Festplatte gespeichert werden.

Eher nicht geeignet sind Webcams mit kurzem USB-Kabel, die keine optimale Positionierung zulassen. Besser sind LAN/WLAN-Kameras mit eingebautem Server, die sich an einer Netzwerkbuchse des Routers andocken.

Die Kameras lassen sich im Wesentlichen in drei Typen einteilen: Zum einen gibt es Innenkameras mit großem Blickwinkel, zum anderen Außenkameras mit gutem Watterschutz. Ausreichend für den Heimgebrauch ist hier die Schutzklasse IP65. Zudem gibt

es noch sogenannte PTZ-Kameras. Diese Kameras lassen sich frei neigen, zoomen und schwenken – sind aber auch wesentlich teurer als die statischen Kameras. (PTZ steht übrigens für Pan Tilt Zoom) Für bessere Sicht bei Nacht gibt es auch Kameras mit Nachtsicht-Modus.

Natürlich spielt auch die Bildauflösung für die Qualität eine entscheidende Rolle. Günstige Geräte arbeiten mit einer Auflösung von nur 0,3 Megapixeln. Teurere Kameras zeigen mit 1,3 oder 2 Megapixeln dementsprechend höhere Qualität und mehr Details. Ab 500 Euro sind auch Full-HD-Bilder möglich. Einige Systeme haben eine eingebaute Bewegungserkennung und senden bei Bewegung eine Mail mit Bild oder auch Video. Zudem benötigen einige LAN-Kameras auch keinen eigenen Stromanschluss; der Strom aus dem Netzkabel reicht aus.

Aber wie sieht es rechtlich aus? Was und wen darf ich filmen? Bei der Erfassung von öffentlich zugänglichen Räumen gilt Paragraph 6b des Bundesdatenschutzgesetzes. Öffentliche Räume wie Straßen und Bürgersteige darf man privat nur überwachen, wenn ein berechtigtes Ziel wie die Durchsetzung des Hausrechtes oder die Wahrung von Sicherheitsinteressen vorliegt. Zudem muss gut sichtbar auf die Überwachung hingewiesen werden. Absolut verboten ist es jedoch, fremde Privatgrundstücke zu filmen. Grundsätzlich ist es dem Eigentümer eines Grundstücks erlaubt, zum Schutz des Objekts Kameras aufzustellen – ohne Nachbarn oder öffentliche Flächen mit zu erfassen. Hier gelten jedoch die persönlichkeitsrechtlichen Regeln des Zivilrechts. Zudem müssen

Mitbewohner mit der Überwachung einverstanden sein. Wenn die Kamera dann tatsächlich etwas verdächtiges wie einen Einbruch, Sachbeschädigung oder Diebstahl aufzeichnet, sollte man sich zuerst mit der örtlichen Polizeidienststelle in Verbindung setzen.

Videoüberwachung eignet sich aber nicht nur fürs Eigenheim. Auch für das Ferienhaus, die Überwachung eines Unternehmens, um die Kinder im Blick zu behalten, für die Haustier-Überwachung oder um sich der Sicherheit pflegebedürftiger Angehörige zu vergewissern, kann eine Kamera-Installation sinnvoll sein.

SAMbase empfiehlt Ihnen die auch für den Außenbereich geeignete ARLO



Wenn die Kamera etwas Verdächtiges aufzeichnet, wendet man sich am besten an die örtliche Polizeidienststelle. Wichtig sind Ort und Zeitangaben des Geschehens.

by Netgear WLAN Netzwerkkamera, die 100% drahtlos – ohne Strom- und Netzkabel – auskommt.

Seit 2011 ist die SAMbase GmbH in Salzkotten ansässig. Das Produktportfolio umfasst alles rund um IT-Hardware, wie z.B.: PCs, Server, Drucker, Notebooks, Monitore, Zubehör und individuell konfigurierte PC-Systeme – hervorzuheben sind hier die kurzen Lieferzeiten. Zudem bietet das Unternehmen IT-Dienstleistung wie beispielsweise den technischen

Service, Cloud-Lösungen, IT-Sicherheitslösungen, Telefonanlagen, Reparaturen und Aufrüstung von PCs, Notebooks und Druckern sowie Kindersicherungen fürs Internet.

Die persönliche Kundenbetreuung erfolgt durch geschulte Mitarbeiter und Techniker mit fundiertem Fachwissen.

Durch enge Herstellerkooperationen, ist die SAMbase GmbH nicht nur in der Lage Bestpreise zu kalkulieren, sondern kann auf kurzem Dienstweg direkt Fragen und Probleme klären.

Für ein sicheres Zuhause

Arlo Sicherheitskamera

- 100 % kabellos
- HD-Video
- Für Außenbereiche
- Nachtsicht
- Bewegungsalarm
- Kostenlose App und Cloud-Speicher

bei uns für nur

143 €

Einrichtung der Standard-Version
vor Ort zum Sonderpreis von 59 €

SAMbase GmbH

Wir machen IT! Ganz einfach!

SAMbase GmbH · Geseker Straße 53a · 33154 Salzkotten
Sie erreichen uns Montag - Freitag 8⁰⁰-18⁰⁰ Uhr
Telefon 0 52 58 / 9 37 55-13



IHK AZUBI-Wertung wird fortgesetzt – Chance für den Laufnachwuchs und ein erster Schritt zur Heranführung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an das betriebliche Gesundheitsmanagement.

Eine außergewöhnliche Wertung für Azubis bietet sich für Unternehmen auf der 5,5 km-Strecke am Mara-

Die Azubi-Wertung, eine einmalige Wertungs-Kategorie in der Region, wird fortgesetzt. Sascha Wiczynski, Organisationsleiter des Klingenthal Sport Marathons und Jürgen Behlke, Leiter der IHK Zweigstelle Paderborn/Höxter, freuen sich auf zahlreiche Azubis an der Startlinie.

thon-Tag. Die Auszubildenden können dort beim REWE Fit & Fun-Lauf über 5,5 km als Einzelstarter und in einer Teamwertung starten. „Wir möchten das sportliche Engagement von jungen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern honorieren“, so Jürgen Behlke, Geschäftsführer der Industrie- und Handelskammer (IHK) Ostwestfalen und Leiter der Zweigstelle Paderborn und Höxter. Deshalb setze man die im vergangenen Jahr begonnene Kooperation mit dem Salzkotten Marathon gerne fort. Aktuell hat die IHK ihre auszubildenden Mitgliedsunter-

nehmen angeschrieben und zum Mitmachen motiviert.

„Gewertet werden die schnellsten drei Teilnehmer in der Azubi-Wertung nach Einlauf bei den Frauen und Männern, das schnellste Azubi-Team eines Unternehmens und in einer Sonderwertung der Ausbildungsberuf mit den meisten Teilnehmern“, erklärt Sascha Wiczynski, Organisationsleiter des Klingenthal Sport Marathons.

Feiern können die Auszubildenden am 13. Juni, denn dann werden die Preise und Prämien offiziell in den Räumen der IHK übergeben.

ROT-WEISS VERNE – EIN VEREIN STELLT SICH VOR

Marathon-Helfer – Spiel ohne Grenzen – Selbstverteidigung für Frauen

Rot-Weiß Verne ist ein Sportverein mit über 800 Mitgliedern. Aus einem reinen Fußballverein hat sich ein Breitensportverein mit vielen unterschiedlichen Angeboten entwickelt. Mittlerweile besteht der Verein aus den Abteilungen: Fußball, Breitensport, Lauffreize, Volleyball, Basketball und Leichtathletik. Im Bereich Breitensport gibt es zahlreiche Angebote wie Kinderturnen, verschiedene Turngruppen, Jazz Dance, Zumba, Wirbelsäulengymnastik, Männergymnastik, Badminton, Sportabzeichentreff und die Radfahrabteilung.

Mehr zu den einzelnen Mannschaften sowie die Termine der Trainingszeiten finden Sie auch unter rot-weiss-verne.de.

Interessante Veranstaltungen finden in nächster Zeit statt: Hervorzuheben ist natürlich die wiederholte Mithilfe beim Klingenthal Sport Marathon. Der Verein und die Mitglieder stellen und organisieren die Verpflegungsstellen in Verne, feuern die Läufer an und sperren die Straßen in der Zeit des Laufs für Autos ab.

Weiter im Programm geht es am 25. Juni 2016. Dann findet das erste **Verner Spiel ohne Grenzen** statt zu dem alle Anwohner herzlich eingeladen sind. Jede Mannschaft stellt 4-6 Teilnehmer – Kinder und Jugendliche spielen einen eigenen Wettbewerb aus. Es können auch mehrere Teams der Vereine, Cliquen oder Stammtische gemeldet wer-

den. Die Startgebühr beträgt 10 Euro pro Team. Für die Gewinner stehen attraktive Preise bereit. Um 17 Uhr findet ein Einlagespiel der AH/AL-Mannschaft des SC RW Verne statt. Die Siegerehrung erfolgt gegen 19:30 Uhr. Anmeldung mit Bekanntgabe eines Mannschaftsnamens ist bis 20. Juni möglich bei Mark Pöner 0160/94994095, Heinz Pilka 0170/ 2190990 oder bei Roland Rogg 0172/ 7642828.

Am 17. September bietet der Verein **Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen** an. Der Kurs geht von 10 bis 14 Uhr und die Teilnehmerzahl ist auf maximal 20 Teilnehmer begrenzt. Der Kurs besteht aus einem theoretischen Teil, der von Kriminalhauptkommissarin Sandra Wiegert geleitet wird, und einem praktischen Teil. Die Kosten betragen 25 Euro. Interessierte Frauen und Mädchen können sich bei Wolfgang Spenner per E-Mail anmelden: sprww@rot-weiss-verne.de



Oben: Zum Marathon halfen bereits in den letzten Jahren viele Mitglieder des Rot Weiß Verne an der Strecke.
Auf rege Teilnahme beim 1. Spiel ohne Grenzen freut sich der S.C. Verne.

**Heizung · Sanitär
HORSTKEMPER GmbH**

Heizungsanlagen mit Solar ■ Sanitärinstallation ■ PV-Anlagen ■ Industriehelzungen

Löfkenfeld 65 · 33397 Rietberg (Mastholte) · Tel. 02944/979 24 16
www.heizung-sanitaer-horstkemper.de

Ihr Ansprechpartner: Wolfgang Spenner Zum Brünneken 16
33154 Salzkotten Tel. 0171/777 03 72

LAUFBOTSCHAFTER UNTERWEGS



Um den Klingenthal Sport Marathon auch gebührend zu promoten, gibt es in diesem Jahr die Laufbotschafter, die mit den offiziellen Lauf-Shirts des 9. Klingenthal Sport Marathons an möglichst zahlreichen Veranstaltungen teilnehmen. Der erste Lauf für die

10 Botschafter war der Osterlauf in Paderborn; dort wurden auch die Shirts übergeben.

- ① Die Übergabe der T-Shirts an die Botschafter fand auf der Bühne beim Paderborner Osterlauf statt.
- ② Beim Warburger Diemellauf
- ③ Nach dem Paderborner Osterlauf
- ④ Die Marathon Botschafter vom SCC Scharmede waren in Bad Salzuflen unterwegs.



SPORTLICHE STÄDTEPARTNERSCHAFT

Noch Plätze für Fahrt nach
Bystrice im Juli frei

Die Freunde der Städtepartnerschaft zwischen Bystrice pod Hostynem und Salzkotten treffen sich nicht nur regelmäßig zu Besuchen in den jeweiligen Städten, sondern sind auch sportlich sehr aktiv. Bereits zum zweiten Mal fand im Januar eine Skifreizeit von Deutschen und Tschechen im Erzgebirge statt. Außerdem sind tschechische Sportler beim Klingenthal Sport Marathon bereits seit vielen Jahren eine gesetzte Größe.

Im Jahr 2009 wurde die Städtepartnerschaft in Salzkotten offiziell beurkundet. Ebenso lange können tschechische Sportler

zum Marathon-Wochenende in unserer Sälzerstadt begrüßt werden. Viele Erfolge konnten in den sieben Jahren gefeiert werden. So gewann Tomas Blaha schon dreimal den Halbmarathon und belegte einmal Platz zwei. Auch im letzten Jahr triumphierte er und sicherte sich in der Zeit von 1:14:07 Stunden den Sieg der Halbmarathondistanz von 21 km. 2014 lief Tomasz Swoboda beim Marathon als 2. durchs Ziel und musste sich nur dem mehrfachen Marathon-Gewinner Mathias Nahen geschlagen geben. Insgesamt gingen im letzten Jahr 11 tschechische Sportler der Städtepartnerschaft auf verschiedenen Distanzen an den Start.

Auch in diesem Jahr werden wieder viele LäuferInnen aus Bystrice und Salzkotten zusammen in allen Läufen von 5km bis Marathon im Team Städtepartnerschaft starten und von zahlreichen Freunden und Fans angefeuert. Insgesamt wird eine Gruppe von 28 Freunden aus der Partnerstadt am Freitagabend in Salzkotten erwartet. Die Gruppe wird am Samstag eine Kanutour machen und Lippstadt besuchen. Der Sonntag steht dann ganz im Zeichen des Sportes und



Links: Tomas Blaha war beim Klingenthal Sport Marathon oft erfolgreich. Rechts: Die Städtepartnerschaft freut sich auf ein sportliches Wochenende.



der Marathonveranstaltung. Am Montagvormittag werden die Gäste die Heimreise antreten.

Neben der schon traditionellen Teilnahme in Salzkotten fahren auch immer wieder sportbegeisterte Salzkottener in die Partnerstadt. Im letzten Jahr startete ein großes Team beim Bystricer Lauf auf den

Hostyn. In diesem Jahr wird eine Radfreizeit angeboten. Gemeinsam möchten deutsche und tschechische Freunde die Gegend um Bystrice pod Hostynem mit dem Rad erkunden. Wer Interesse an der Fahrt vom 13. bis 18. Juli 2016 hat, kann sich bei Christian Vöcks (voecks@gmx.de) melden.

Kreative Ideen schaffen Stauraum!

Mit unseren maßgefertigten Schranksystemen lassen sich ungenutzte Platzreserven ideal nutzen. Gerne planen wir Ihren individuellen Kleiderschrank – natürlich in 3D.



Niggemeyer

Einrichtungshaus & Küchenstudio



Durchdacht bis ins
kleinste Detail

Bei uns finden Sie auch passende Betten, Matratzen und Teppiche für Ihr Schlafzimmer.

Einrichtungshaus Niggemeyer GmbH & Co. KG | Geseker Str. 49 | 33154 Salzkotten | Tel. 05258 940000
Mo.-Fr.: 9.30 bis 12.30 Uhr und 14.00 bis 19.00 Uhr | Sa.: 9.30 bis 14.00 Uhr und nach Vereinbarung
www.moebel-niggemeyer.de



LAUFTREFF CONCORDIA SCHARMEDE

Breite – Masse – Klasse

Seit der Premiere des Klingenthal-Sport Marathons in Salzkotten im Jahre 2008 gehört der SC Concordia Scharmede zu den Organisatoren dieses Laufevents.

Im Orgateam werden seitdem überwiegend die Aufgabenbereiche Meldewesen, Zeitnahme und Auswertungen übernommen. Aber nicht nur dort, sondern auch durch zahlreiche Helferinnen und Helfer in Form von Streckenposten und an Verpflegungsstationen unterstützt der SCC die Veranstaltung und spendet somit seinen Beitrag für eine stets gelungene Organisation.

Auch sportlich hat der Lauftreff aus Scharmede in den vergangenen 8 Läufen seine Duftmarken hinterlassen. Neben den ca. 30 Helferinnen und Helfern an der Strecke stellte der Lauftreff darüber hinaus 7 mal die größte angemeldete Gruppe und konnte sich jedes mal über die Belohnung in Form von regenerativem Gerstensaft freuen. In den letzten Jahren gab es



Ohne helfende
Hände läuft nix...

neben der „Masse“ aber auch „Klasse“ zu vermelden. Im Jahr 2008 holte der SCC den 1. Platz in der Marathon Teamwertung bei den Männern. Das Team bildeten seinerzeit Frank Kersten, Stefan Sprenger und Peter Schmitt. Bei den Damen gewann Ultraläuferin Nadja Koch den Marathon mit großem Abstand in den letzten beiden Jahren und sie möchte diesen Titel in diesem Jahr gerne wieder verteidigen. Schon seit Wochen sind die Laufbotschafter vom SCC Elke und Andrej Wolf, Monika und Harald Rupp, Mona Kaiser und Nadja Koch bei zahlreichen Läufen in den grünen Promotion Shirts unterwegs, um auf den Klingenthal-Sport Marathon aufmerksam zu machen. Dabei sind sie nicht nur

von vorne sondern auch von hinten oder gar auf dem Siegereck gesehen worden.

Der 2004 gegründete Lauftreff erhielt vom DLV erst jüngst zum wiederholten Male die Auszeichnung „sehr gut“ und die Lauftreffleiter freuen sich jeden Dienstag und Freitag über die ausgesprochen gute Beteiligung an den Übungseinheiten. Besonders erfreulich ist, dass neben der o.g. „Klasse“ das Thema Breitensport wirklich gelebt wird und vor allem die weniger leistungsorientierten Gesundheitsläufer sich ebenfalls gut aufgehoben fühlen. Weitere Infos unter www.concordiascharmede.de (Abteilung Lauftreff).

TV SALZKOTTEN

Verleihung des Goldenen Sportabzeichen



V.l.: Ulrike Schlune (40 jährige Vereinszugehörigkeit), Michael Kohlenberg (25 Jahre Kassenwart), Michaela Wunderlich (25 Jahre), Annemarie Mattenklodt (35 Jahre), Edeltraut Franke sowie Roswitha Collado (beide 25 Jahre Mitgliedschaft). Autorin: Ortrud Belz

Die diesjährige Vorstandssitzung des TV 1864 Salzkotten fand am 6. April in der Gaststätte „Zur Linde“ statt. Der Verein hat im letzten Jahr sein Vorstandsgremium auf fünf Personen erweitert, um flexibler auf die umfangreichen ehrenamtlichen Tätigkeiten im Hauptverein sowie in den einzelnen Abteilungen reagieren zu können.

Neben dem bewährten Dreierteam, Ulrike Schlune, Wolfgang Franke und Michael Kohlenberg konnten Ortrud Belz als Vertreterin des Vereins im Stadtsportbund und Übernahme der Öffentlichkeitsarbeit sowie Bernhard

Gülle für die Erledigung von Sonderaufgaben gewonnen werden.

Der Turnverein Salzkotten besteht aus verschiedenen Abteilungen wie Aerobic, funktionale Rückenschule, Basket- und Volleyball, sowie Judo, Turnen bis hin zu einer Herz-Diabetes-Sportgruppe. Langjährige Übungsleiter und -leiterinnen tragen u.a. dazu bei, dass der Verein inzwischen über 700 Mitglieder in den verschiedenen Abteilungen hat.

Neben den Informationen der einzelnen Abteilungen stand die Ehrung verdienter Mitglieder im Vordergrund der Jahreshauptversammlung. Die Verleihung der Sportabzeichen in Gold sowie die Ehrung langjähriger Mitglieder bildeten den ersten Höhepunkt des Abends.

Für 40- bzw. 35 jährige Mitgliedschaft im Verein erhielten Ulrike Schlune und Annemarie Mattenklodt eine Urkunde und einen kleinen Geldgutschein.

Der zweite Höhepunkt des Abends war die Verleihung der Ehrenurkunde an Michael Kohlenberg, seines Zeichens „Banker“ im Hauptberuf, der für seine 25-jährige Tätigkeit als Kassierer besonders geehrt wurde.



Fit in die Zukunft...

Plonka GmbH | Berglar 36 | 33154 Salzkotten | 05258. 939 0

>>> www.plonka.cc

FEIERT 20 JÄHRIGES FIRMENJUBILÄUM IN THÜLE

Das inhabergeführte Reisebüro, 1996 von Annemarie Bewermeier gegründet, feiert dieses Jahr 20jähriges Firmenjubiläum. Begonnen hat alles im Privathaus von Familie Bewermeier mit einem Büroraum. Stetig gewachsen befindet sich seit 2009 das Reisebüro im Ortskern von Thüle, direkt neben dem Bürgerhaus.

Das Team vom Reisestudio Annemarie Bewermeier bietet persönliche, kompetente Beratung in dem außergewöhnlichen Büro, welches in einem alten Bauernhaus untergebracht ist und einen ganz besonderen Charme versprüht.

„Unsere Kunden sollen sich bei uns wohlfühlen und schätzen die individuelle Beratung, gern auch nach Terminabsprache, in unseren separaten Beratungsräumen.“ Hier werden die unterschiedlichsten Reisen in vertrauter Atmosphäre geplant und organisiert. Das Reisebüro arbeitet mit allen renommierten Reise-Veranstaltern zusammen aber auch mit vielen kleinen Spezial-Veranstaltern für die ganz ausgefallenen und individuellen Reisewünsche.

„Vieles hat sich in den letzten 20 Jahren in der Reisebranche geändert. Große Änderungen hat es bei der

Preiskalkulation seitens der Veranstalter und Fluggesellschaften gegeben. Heute wird mit tagesaktuellen sogar fast minutenaktuellen Preisen und Verfügbarkeiten gearbeitet. Die Kunden sind durch das Internet informierter als früher, legen jedoch nach wie vor sehr viel Wert auf unsere persönliche Meinung und Beratung sowie unsere individuellen Tipps. Das persönliche Gespräch ist durch nichts zu ersetzen.“

Alle Mitarbeiter des Reisebüros sind ausgebildete Reiseverkehrskaufleute und zeichnen sich durch jahrelange Erfahrung und sehr gute Zielgebietskenntnisse aus.

„Wir bilden uns stetig weiter, durch Fort- und Weiterbildungen sowie durch Zielgebietsbesuche und Hotelbesichtigungen. So sind wir über aktuelle Trends informiert und können diese an unsere Kunden weitergeben. Von der Informationsflut im Internet, speziell in Bezug auf Auswahl der Reiseveranstalter/Fluggesellschaften, Sicherheit usw. fühlen sich mittlerweile viele gestresst und legen die Reiseplanung lieber vertrauensvoll in unsere Hände“.

Ein großer Trend seit ein paar Jahren sind Kreuzfahrten – ob im Mittelmeer oder in der Karibik. Die großen, aber auch kleineren Reedereien bieten wahre Traumreiseziele an.



Wie z.B. individuelle Kreuzfahrten in die Arktis und Antarktis (übrigens Annemarie Bewermeiers Wunschreiseziel!) Auch Fernreisen zu Traumzielen wie Mauritius, Malediven, Südafrika usw. sind nicht nur bei Honeymoonern beliebt. Der Trend zu Fernreisen wächst auch in diesem Jahr stetig.

Aufgrund des diesjährigen Jubiläums, hat sich das Team vom Rei-

sestudio Bewermeier etwas ganz besonderes für seine treuen Kunden einfallen lassen. Kunden, die dieses Jahr eine Reise antreten, haben die Chance, an dem Jubiläumsgewinnspiel teilzunehmen. Nähere Informationen gibt's im Reisestudio Bewermeier.

Das Team vom Reisestudio Bewermeier freut sich auf ein schönes Jubiläumsjahr!

 schauinsland
reisen



Schiff ahoi

DIE PERFEKTE KOMBINATION AUS HOTELAUFENTHALT
UND AIDA KREUZFAHRT WARTET AUF SIE

Westliches Mittelmeer · AIDAstella · 7 Tage · ab/bis Mallorca
z.B. kombinierbar mit Vanity Golf*****

Kanaren · AIDAcara · 7 Tage · ab/bis Gran Canaria
z.B. Lopesan Costa Meloneras Resort Corallium Spa & Casino*****
Flug und alle Transfers inklusive

IHR REISEBÜRO FREUT SICH AUF SIE

Reisestudio Annemarie Bewermeier
Westernstr. 9 · 33154 Salzkotten-Thüle
Tel. 05258 938370

Veranstalter: Schauinsland-Reisen GmbH · Stresemannstraße 80 · 47051 Duisburg

REISE  STUDIO
Annemarie Bewermeier



Das Gesundheitsnetzwerk praenet ist ein Zusammenschluss von Ärzten, Therapeuten, Gesundheitsdienstleistern, Sportwissenschaftlern, Trainern und zahlreichen weiteren Partnern rund um die betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) sowie das betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) mit gezielten und nachhaltigen Präventions- und Bewegungsangeboten rund um die Themenfelder:

Ernährung • Bewegung Ausgleich • Arbeitsplatz

Durch die Bündelung der Ressourcen in den jeweiligen Themenfeldern kann somit ein effektives und ganzheitliches Gesundheitsangebot (BGF u. BGM) in Klein- und mittelständische Unternehmen sowie auch in Großkonzerne installiert und individuell – je nach Branche – gestaltet und aktiv begleitet werden.

Motivierte und gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind

die Basis eines jeden erfolgreichen Unternehmens und ein entscheidender Erfolgsfaktor für die Leistungsfähigkeit im Unternehmen.

Gerade im Hinblick auf den demografischen Wandel und den damit verbundenen zunehmenden Fachkräftemangel wird die Investition in eine individuell angepasste betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) sowie in ein gezieltes und nachhaltiges betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) eine Investition in die Zukunft.

Die Planung, Gestaltung und Durchführung von gesundheitsförderlichen Angeboten wird hierbei individuell dem jeweiligen Unternehmen (Großkonzerne, Klein- und mittelständische Unternehmen) angepasst und somit ressourcenschonend in die Unternehmensstruktur eingebettet.

Durch die Schaffung von gesundheitsgerechten Rahmenbedingungen an den Arbeitsplätzen, in Verbindung mit den jeweiligen Präventions- und Bewegungsangeboten, möchten wir die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf die eigene Gesundheit sensibilisieren und zur Teilnahme an den nach- und ganzheitlichen Gesundheitsangeboten begeistern.

Praenet: Antje Mergard, zertifizierte Mineralwassersommeliere der Bad Driburger Naturparkquellen; welches ist eigentlich das richtige Getränk, wenn es im Büro hektisch zugeht oder es abends beim Sport körperlich anstrengend wird?

Antje Mergard: Unsere Mineralwasser-Schulungen vermitteln einen umfassenden Einblick, wie wichtig Mineralstoffe für den Körper und die eigene Leistungs-



Status-quo:

Planungsphase: im Jahr 2008
Kick-off: im März 2010
in 4 Bundesländer (NRW, Niedersachsen, Nordhessen, Rheinland-Pfalz)
präventiv aktiv,
11 Standorte
4 Standorte im Aufbau



Ihr Ansprechpartner rund um gezielte und

nachhaltige Gesundheitsprogramme:

Hans-Joachim Meier; Inhaber und Teamleiter
Ziegelei-Töpfer-Str. 10 · 33154 Salzkotten
Tel.: 05258 – 93 88 245 · Fax: 05258 – 93 60 49
hj.meier@praenet.eu · www.praenet.eu

fähigkeit sind. Hierbei geht es uns in erster Linie darum, auf den natürlichen Zusatznutzen aus dem Mineralwasser aufmerksam zu machen und die Unterschiede zum Leitungswasser zu erklären. Wasser ist eben nicht gleich Wasser!

Praenet: Gesundheitsförderung in Unternehmen oder auch privat kann ja vielfältig aussehen.

Uwe Schilling, Physiotherapeut: Um dem Präventionsgedanken gerecht zu werden, biete ich beispielsweise Ergonomie- und Rücken-Schulungen direkt für Firmen in den Firmen an. Ich betreue und berate die

Mitarbeiter der Unternehmen, um Ihnen aus physiotherapeutischer Sicht Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung zu bieten.

David Häusler von Hörsysteme Häusler: Ob beruflich oder privat – gutes Hören ist in unserer modernen Kommunikationswelt wichtiger denn je. Zugleich haben immer mehr Bundesbürger ein gemindertes Gehör. Wir bieten Unternehmen eine kompetente Betreuung rund um das Thema „Hören“. Neben Hörtestaktionen führen wir auch Gehörschutzberatungen durch. Firmen können für Ihre Mitarbeiter passende Gehörschutz-Lösungen erhalten. Um die optimale Lösung für Sie und Ihre Mitarbeiter zu finden, kommt unser Team auch gerne in Ihr Unternehmen.

Bad Driburger
NATURPARKQUELLEN

UNSER WASSER VON HIER

WWW.BAD-DRIBURGER.DE

HÖRSYSTEME HÄUSLER

Das Leben klingt gut.



**LÄRM KANN IHREM GEHÖR
BLEIBENDE SCHÄDEN ZUFÜGEN...**

Durch Lärm bei verschiedenen Hobbys, der Arbeit und auch in vielen alltäglichen Situationen wird unser Gehör stark beansprucht. Schützen Sie Ihr Gehör mit dem individuell angefertigten Gehörschutz – Ihre Ohren werden es Ihnen danken.

Wir beraten Sie gerne zum Thema Gehörschutz. Gerne überprüfen wir auch Ihr Hörvermögen. Wir freuen uns auf Sie!

www.das-leben-klingt-gut.de

GESEKE • Lüdische Str. 26 • Tel.: 02942 978588
SALZKOTTEN • Klingelstr. 35 • Tel.: 05258 21991

**Praxis für Physiotherapie
und Prävention**

Uwe Schilling

Simonstr. 3 · 33154 Salzkotten
Tel. 0 52 58 / 69 70 · Mobil 0 175 / 205 94 88

INITIATIVE „GESUNDE UNTERNEHMEN“

Müller-Elektronik erhält Auszeichnung in Gold

GESUNDE
UNTERNEHMEN

Durch gezielte und nachhaltige Gesundheitsprogramme werden mittlerweile mehr als eine Million Beschäftigte pro Jahr erreicht.

Gerade im Bezug auf den demografischen Wandel einer älter werdenden Belegschaft und einem stark steigenden Bedarf an Fachkräften ist dies ein gutes Signal.

Zahlreiche Unternehmen in den unterschiedlichen Branchen haben es längst erkannt: Wenn das Wohlbefinden der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nachhaltig verbessert wird, steigt die Wettbewerbsfähigkeit und die Attraktivität als Arbeitgeber in der Region. Studien belegen, dass durch gezielte Gesundheitsprogramme in Unternehmen nicht nur die Kosten aufgrund von Krankheit und Fehlzeiten zurückgehen, sondern auch die Unternehmen von einer verbesserten Leistungsfähigkeit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter entsprechend profitieren. Investitionen in die Gesundheit der Belegschaft sind also Investitionen in die Zukunft.

Die Initiative „**GESUNDE UNTERNEHMEN**“ setzt sich für mehr Gesundheitsmaßnahmen in Unternehmen ein, sensibilisiert Unternehmen für die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) und das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM), gibt Impulse und begleitet Unternehmen

auf dem Weg zu einem gesunden Unternehmen. Mit der Auszeichnung „**GESUNDE UNTERNEHMEN**“ werden gute Unternehmensbeispiele in den Kategorien Bronze, Silber, Gold und Platin sichtbar. Machen Sie mit und werden Sie Teil der bundesweiten Gesundheitsbewegung!

Müller-Elektronik wurde in Berlin als aktives Unternehmen rund um sein gezieltes und nachhaltiges betriebliches Gesundheitsmanagement geehrt. Das Salzkottener Unternehmen Müller-Elektronik wurde am 18. Mai 2016 im Rahmen der bundesweiten Auszeichnungsveranstaltung „**GESUNDE UNTERNEHMEN**“ in der hessischen Landesvertretung in Berlin unter Beteiligung des Bundeswirtschaftsministeriums (Staatssekretärin Brigitte Zypries) und des Landes Hessen (Staatsministerin Lucia Puttrich) als aktives Unternehmen im Bereich der Gesundheitsförderung geehrt.

Die Auszeichnungsurkunde in Gold wird der Unternehmensleitung im Rahmen einer Feierstunde mit Vertretern aus Politik, Wirtschaft



und Sport im Salzkottener Rathaus, von den Repräsentanten der Initiative „**GESUNDE UNTERNEHMEN**“ Hans-Joachim Meier und Manfred Faulhaber verliehen.

Simone Müller-Data, Verantwortliche im ME-Gesundheitszirkel erläutert: „Wir sind sehr stolz auf unsere Ehrung in Berlin verbunden mit der Auszeichnung in Gold.“

Mit dem Gesundheitsnetzwerk praenet haben wir ein nachhaltiges Gesundheitskonzept für unser Unternehmen entwickelt. Zusätzlich wurden wir durch Herrn Meier auf die Initiative **GESUNDE UNTERNEHMEN** mit Sitz in Hessen aufmerksam gemacht. Die erstmalige bundesweite Auszeichnung der gleichnamigen Auszeichnung war für uns ein Ansporn zur Umsetzung unseres Konzeptes.“

Die Bewerbung wurde im Frühjahr dieses Jahres erstellt und eingereicht. Sie umfasste eine umfangreiche Präsentation des Unternehmens zur Umsetzung von betrieblichen Gesundheitsmaßnahmen in den Bereichen Ernährung, Miteinander, Ausgleich und Arbeitsplatz.

Dieser Einsatz wurde belohnt und Müller-Elektronik erhielt als Vorreiter in NRW die Einladung zur Preisverleihung nach Berlin.

Der Klingenthal Sport-Marathon am 05. Juni ist - mit seinen zahlreichen Laufwettbewerben - ein guter Einstieg zur betrieblichen Gesundheitsförderung.



Freuen sich über die Auszeichnung in Gold für Müller-Elektronik als gesundes Unternehmen v.l.: Hans-Joachim Meier, Sascha Wiczynski, Heinrich Müller, Andrea Müller-Jochheim, Christian Müller, Simone Müller-Data, Miriam Arens, Bürgermeister Ulrich Berger und Manfred Faulhaber.

Repräsentant der Initiative in NRW und Niedersachsen:

Hans-Joachim Meier
Ziegelei-Töpfer-Straße 10
33154 Salzkotten
Fon: 05258 - 93882-45
Fax: 05258 - 936 049
Mobil: 0171 - 78 37 188
E-Mail: hj.meier@initiative-gesunde-unternehmen.de

Manfred Faulhaber
Stadtlanfert 7
33106 Paderborn
Fon: 05251 - 878063-0
Fax: 05251 - 878063-1
Mobil: 0160 - 84 00 594
E-Mail: m.faulhaber@initiative-gesunde-unternehmen.de



Der Gesundheitszirkel ME von links nach rechts: Simone Müller-Data, Peter Fuest, Eva Gutzeit

WIR BILDEN AUS

ME MÜLLER ELEKTRONIK



Zum 01.08.2016 bilden wir aus:
FACHINFORMATIKER FÜR ANWENDUNGSENTWICKLUNG (m/w)

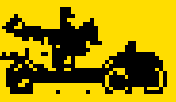
Unser Anforderungsprofil:

- Abgeschlossene Schulausbildung (Mittlere Reife, Hoch- oder Fachhochschulreife)
- Gute Leistungen in Englisch, Mathematik, Physik und Informatik
- Erste Kenntnisse in der Programmierung

Weitere Informationen findest Du hier:
www.mueller-elektronik.de/unternehmen/karriere

Innovative Technologien für die Landtechnik – Müller-Elektronik setzt Maßstäbe in der Agrarelektronik

Interessiert? Sende Deine vollständige und aussagekräftige Bewerbung an Müller-Elektronik GmbH & Co. KG - z.Hd. Carsten Jochheim
Franz-Kleine-Str. 18 · 33154 Salzkotten o. bewerbung@mueller-elektronik.de

Taxi
Ob bei Tag oder in
der Nacht wähle stets
38 38

Paderborner Str. 22
33154 Salzkotten



① Schnellste Schule wurde 2015 das Team des Gymnasiums Antonianum in Geske.



② Das Unternehmen Müller Elektronik erhielt den Wanderpokal für die meisten Staffelläufer beim AOK-Staffelmarathon.

③ Das REWE-Team stellte die meisten Finisher.

RÜCKBLICK:

Ehrung der schnellsten Unternehmen und Azubis über 5,5 km

Am Sonntag, dem 7.6.2015, fand bereits zum 8. Mal der Klingenthal Sport Marathon in Salzkotten statt. Über 1.500 Läuferinnen und Läufer sind auf dem Marktplatz in Salzkotten gestartet. Damit konnte ein neuer Teilnehmerrekord aufgestellt werden. Zur Auswahl standen neben dem Klingenthal Sport Marathon, der ERIMA-Halbmarathon, der PLONKA 10 km-Lauf, der AOK-Staffelmarathon sowie der Fit-und-Fun-Lauf über 5,5 km. Neu waren die IHK-Azubi- und praenet-Firmenwertung bei der 5,5 km Strecke.

Bei den neuen Wertungen konnten die Auszubildenden als Einzelstarter oder in einer Teamwertung an den Start gehen. An der Firmen-

④ Schnellstes Unternehmen in der Einzelwertung über 5,5 km wurde im letzten Jahr Elektro Junge.

⑤ Elektro Junge und REWE lieferten sich ein Duell um den Sieg des schnellsten Dreier-Teams über 3 x 5,5 km.

wertung hatten Unternehmen, Verwaltungen und Institutionen die Möglichkeit, mit einer Teilnehmerzahl ab drei Läuferinnen und Läufern teilzunehmen.

Die Siegerehrung der schnellsten Unternehmen und Auszubildenden fand am 15. Juni 2015 bei der IHK Ostwestfalen zu Bielefeld in der Zweigstelle Paderborn statt. Die Schnellsten wurden für ihre sportlichen Leistungen geehrt; anschließend gab es neben netten Gesprächen einen kleinen Imbiss zur Stärkung. Insgesamt 40 Personen folgten der Einladung. Vor Ort waren der Organisationsleiter des Klingenthal Sport Marathons, Sascha Wiczynski, der Bürgermeister der Stadt Salzkotten und Schirmherr, Ulrich Berger, der Leiter der IHK Ostwestfalen zu Bielefeld, Zweigstelle Paderborn-Höxter, Jürgen Behlke, Ingo Kämper von der AOK und Hans-Joachim Meier als Teamleiter des Unternehmens praenet. Am Klingenthal Sport Marathon Wochenende gab es bei der praenet-Firmenwertung ein spannendes Rennen bei den Dreier-Teams zu beobachten. Die

Läuferinnen und Läufer vom REWE-Team (Alexander Liedez, Moritz Sander und Felix Surrey) und vom Unternehmen Elektro Junge (Christian Buck, Marcus Dehnert und Hannah Schmitz) lieferten sich ein packendes Duell bis zum Schluss. Mit einer halben Minute Vorsprung gewann letztendlich das REWE-Team mit einer Gesamtzeit von 1:32:41,63 Std. auf der 3 x 5,5 km Strecke. Auch die meisten Finisher gingen auf das Konto des Lebensmittelhändlers. Schnellstes Unternehmen in der Einzelwertung wurde Elektro Junge mit einer Durchschnittszeit von 31:25 Minuten. Schnellste Schule war das Gymnasium Antonianum Geske. Erfolgreich verteidigen konnte das Unternehmen Müller-Elektronik den Wanderpokal im Rahmen der Sonderwertung des AOK-Staffelmarathons. Das Unternehmen stellte die meisten Staffelläufer. Leider traf die Azubi-Wertung noch auf keine so große Resonanz, da es speziell für diese Wertung keine direkten Anmeldungen gab. Zum diesjährigen Marathon gibt es jedoch eine Neuauflage.



MOBILITÄT IST UNSER ANLIEGEN Auto-Bachem unterstützt den Marathon

Wenn die Läuferinnen und Läufer am Salzkottener Marathon-Wochenende mit ihrer Startnummer als Fahrausweis kostenlos vom Freibad „Sälzer Lagune“

zur Sälzerhalle fahren, dann in einem Fahrzeug von Auto-Bachem. Seit neun Jahren ist das Salzkottener Busunternehmen bereits Partner des Marathons und seit diesem Jahr

auch Sponsor. „Ich freue mich über einen so zuverlässigen und treuen Partner“, so Sascha Wiczynski, Organisationsleiter des Marathons. „Die Personbeförderung als auch die Vermietung von Fahrzeugen sind unser tägliches Geschäft und Anliegen“, so Geschäftsführer Andreas Bachem, deshalb liege es nahe, die Salzkottener Laufveranstaltung als Sponsor und mit Mobilitätsdienstleistungen zu unterstützen. Bekannt ist Auto-Bachem weit über den Kreis Paderborn hinaus. „Wir fahren Sie, wohin Sie wünschen“, so Bachem. Vom

kurzen Transfer bis zur mehrwöchigen Europarundreise, die Kunden des Unternehmens bekommen stets ein individuelles und maßgeschneidertes Angebot. Der Fuhrpark des Unternehmens besteht aus Fahrzeugen unterschiedlichster Art und Größe: Über 20 Reisebusse von 16 bis 91 Sitzplätzen, eine große Auswahl an Fahrzeugen für den Schülerspezialverkehr, mehrere schwarze Fahrzeuge mit 5 bis 9 Sitzplätzen für die Autovermietung sowie Transporter und Anhänger in verschiedensten Größen. „Mit uns setzt der Kunde auf

Sicherheit“, denn alle neu angeschafften Reisebusse sind je nach Verfügbarkeit mit den neuesten Sicherheitstechniken, wie z.B. Totwinkelassistent, Spurhalteassistent, Abstandsregeltempomat und City-Notbremsfunktion ausgestattet.

Auto Bachem wünscht allen Teilnehmern des Marathons einen guten Lauf!

Weitere Informationen:
www.auto-bachem.de
www.saelzer-autovermietung.de

Autovermietung



Auto-Bachem

BUSTOURISTIK

- Van (5 oder 7 Sitzer)
- Kleinbus (9 Sitzer)
- Transporter
- Anhänger in div. Größen

Geseker Straße 45 • Salzkotten
Telefon: 0 52 58 / 93 11 39
info@auto-bachem.de
www.saelzer-autovermietung.de



Premium-Laminat Micala „Black Pearl“ 6418 zeigt sich hier ganz maritim und trotzdem bodenständig. Bild: MEISTER

NEUE KOLLEKTION!
Auch zum selbst verlegen

MEISTER-AUSSTELLUNG – AUCH ZUM SELBER MACHEN!

MEISTER-Produkte zum selbst verlegen – bei Norbert Glahe

Seit Mitte des letzten Jahres erhalten Sie in der Ausstellung von Norbert Glahe im Berglar 24 in Salzkotten Fußböden von MEISTER. Zum Kollektionswechsel im Frühjahr sind jetzt neue Dekore und Maße hinzugekommen. Vom zeitlosen Landhausstil bis hin zu Oberflächenoptiken wie Beton oder Metall – hier findet sich etwas für jeden Stil! Es lohnt sich also, vorbei zu schauen!

Neu im Sortiment ist beispielsweise der Laminatboden Classic LC 55, der bereits für unter 10 Euro/m² erhältlich ist. Der pflegeleichte Wohlfühlboden ist robust, absolut im Trend und trotzdem zeitlos. – Und das Beste: Wenn Sie wollen, bleibt er Ihnen richtig lange erhalten. Umweltschutz, Nachhaltigkeit und ökologisches Handeln sind bei MEISTER wichtige Aspekte. Daher wird bei

MEISTER auf Tropenholz verzichtet. Alle Böden sind mit dem Blauen Engel ausgezeichnet. Testergebnisse der TÜV Produkt und Umwelt GmbH und das FSC-Siegel belegen, dass MEISTER-Böden sicher und umweltgerecht sind.

Die neue MEISTER-Kollektion: Beim neuen Laminatsortiment trifft innovative Dekorentwicklung auf ausgeklügelte technische Ausstattung. Die Trend-Highlights im Laminatsortiment verbinden industrielle Strömungen mit einem zeitlos-modernen Landhausstil. Inspiration sind die klassische Eleganz und Wärme von Holz genauso wie raue, eher als kalt empfundene Materialien wie Beton oder Metall – im neuen MEISTER-Laminat finden sie zusammen. Oberste Maxime sind immer der authentische Look und eine feine Natürlichkeit.

Als besonderen Trend greift das neue Laminat-Sortiment in vielen Dekoren die Vielstab-Optik auf, bei der 2-Stab-Varianten gemischt mit 1-Stäben, also Landhausdielen verlegt werden.

Bei den Hölzern gilt nach wie vor: Die Eiche gibt den Ton an, durch die Vielfalt in Farbe und Ausprägung auch mit voller

Berechtigung. Daneben haben aber auch Hölzer wie Fichte, Buche, Nussbaum, Ulme und Esche ihren Platz. Authentizität, gespielt durch kleine und dezente Äste und Risse, sowie ein natürliches Farbspiel wurde durch verfeinerte, technisch extrem komplexe Produktionsverfahren noch weiter verbessert.

Für Selbermacher gibt es auf www.meister.com/service übersichtliche Verlegeanleitungen, die Schritt für Schritt durch die Verlegung führen. Falls Sie dennoch Unterstützung bei der Verarbeitung wünschen, steht Ihnen Norbert Glahe als All-round-Handwerker gern mit Rat und Tat zur Verfügung.



Nachwuchs bei Glahe
Dienstleistungen: Christian Feindt ergänzt nun als gelernter Tischler das Team um Norbert Glahe. Neben der MEISTER-Ausstellung bietet Norbert Glahe auch Neu-, Umbau- und Renovierungsarbeiten sowie Türen aus dem Hause HUGA an.



Ebenfalls bei Norbert Glahe erhältlich: Türen der Marke HUGA; hier zu sehen HUGA BASIC Durat®. Authentische Strukturen und starke Effekte überzeugen nicht nur optisch. Strukturierte Oberflächen schaffen auch eine harmonische Wirkung.

**Handwerker mit
Meister-Ausstellung
für Boden und Decke!**



Dienstleistungen
Montageservice

NORBERT GLAHE

**Exklusiv in Salzkotten
Meister-Ausstellung**

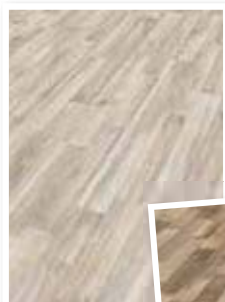
Berglar 24 Direkt am Kreisverkehr

Di. 16-18 Uhr · Sa. 10-12 Uhr
sowie nach Vereinbarung

■ Tel. 01 71 / 4 70 49 06

■ info@glahe-service.de

■ www.glahe-service.de



Laminat Classic 55:
Oben Esche
arcticweiß,
rechts Fancy Pine

MEISTER

Gutes und gesundes Laufen ist eine Frage des guten Stils – so könnte man das Fazit des Vortrags von Dr. Matthias Marquardt zusammenfassen. „Die 7 größten Lügen des Laufsports“ wurden vom „Laufpapst“ nicht nur aufgedeckt sondern dazu auch noch unterhaltsam und mit viel Charme vorgetragen.

Matthias Marquardt ist Internist, Chiroprapeut und anerkannter Sportmediziner. Er verfasste unter anderem den Bestseller „Die Laufbibel“, welches als ein Standardwerk im Laufsport gilt, und ist ein gefragter Experte für Motivation, Gesundheit, Ernährung und Work-Life-Balance. Gesundes und verletzungsfreies Laufen ist eines seiner Hauptanliegen, und um das in die Läufer-Köpfe und Läufer-Körper zu bekommen, greift er in seinem Vortrag zu anschaulichen Beispielen aus der Praxis, die er mit der nötigen Menge Humor würzt.

Denn wer weiß schon, dass man beispielsweise für die Energieversorgung bei einem Marathon ganze acht (!) Bananen zu sich nehmen müsste? Speziell

an die anwesenden Männer richtete Marquardt seinen augenzwinkernden Appell, sich an die Empfehlung einer Messerspitze Salz auf ein Liter Wasser zu halten und nicht einen gehäuften Teelöffel hinzuzufügen, damit man auch was davon schmecke. Marquardts Hauptthema ist die Prävention,



V.l.: Sascha Wiczynski (Organisationsleiter Klingenthal Sport Marathon), Dr. Matthias Marquardt und Stellv. VHS-Leiter Markus Krick

und dafür ist ihm jedes rhetorische Mittel recht, wie sein Vortrag am Abend des 3. Mai 2016 in der Sälzerhalle bewies. Die Resonanz durch das anwesende Publikum fiel sehr positiv aus. Dies belegte nicht nur der anhaltende

Applaus am Ende des Vortrags sondern auch die ein oder andere wörtliche Rückmeldung der anwesenden Gäste.

„Ich würde 99 Prozent von dem unterschreiben, was Marquardt vorgetragen hat“, so ein anwesender Orthopäde aus Salzkotten. Nicht nur die Experten waren begeistert, ein erfahrener Läufer aus dem Publikum unterstrich: „Ich habe die Laufbibel schon gelesen und dennoch viel Neues erfahren.“

Manche Läuferin und mancher Läufer fühlte sich an der ein oder anderen Stelle wohl auch durch die Ausführungen des Referenten erappt, wenn es um Gedanken, Erfahrungen oder Techniken des Laufsports ging. „Marquardt ist ein lockerer Typ. Es hat Spaß gemacht, ihm zuzuhören, so Markus Krick, stellvertretender Leiter der VHS vor Ort und federführender Organisa-

tor für die Veranstaltung. Zusammen eingeladen hatte die VHS vor Ort in Kooperation mit dem Kreissportbund Paderborn e.V., dem VfB Salzkotten, Abteilung Leichtathletik und dem Klingenthal Sport Marathon Salzkotten. „Für unsere Volkshochschule war der Vortrag mit knapp 300 Besuchern ein großer Erfolg“, so Krick. Sehr erfreut habe Markus Krick, dass man auch viele Gäste von außerhalb des Verbandsgebietes erreicht habe. „Unser ausdrücklicher Dank gilt allen Teilnehmern des Vortragsabends, unseren Kooperationspartnern sowie dem hervorragenden Referenten, der alle gemeinsamen Anstrengungen bei der Organisation der Veranstaltung mit einem tollen Vortrag gerechtfertigt hat.“ Neben großem Applaus und dem Dank der Organisatoren erhielt Dr. Matthias Marquardt am Ende des Veranstaltungsabends auch das Botschafter-Shirt des Klingenthal Sport Marathon Salzkotten. Auch Marquardt war begeistert: „Eine tolle Veranstaltung, ein tolles Publikum. Ich würde gerne irgendwann wiederkommen.“

AOK
Die Gesundheitskasse.

Lauf mit in Salzkotten

Besuchen Sie unseren Aktionsstand und freuen Sie sich auf interessante Informationen und Mach-Mit-Angebote rund um Ihre Gesundheit.

www.aok.de/nw

MIT DEM RAD ZUR ARBEIT

Verlängerter Aktionszeitraum: Start ab Mai

In diesem Jahr startet die gemeinsame Sommeraktion ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ von AOK und dem Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club (ADFC) einen ganzen Monat früher: Bereits ab Mai bis zum 31. August gilt es, an mindestens 20 Arbeitstagen mit dem Fahrrad als Verkehrsmittel zur Arbeit zu kommen. 2015 interessierten sich im Kreis Paderborn über 200 Menschen für diese Aktion. „Die Vorteile beim Radfahren können gleichzeitig wichtige Ziele sein: die Kondition steigern, die Gesundheit fördern, die Umwelt und den eigenen Geldbeutel schonen“, so AOK-Marketingleiter Hans-Jürgen Nolte. Interessierte können sich unter www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de anmelden. Durch den verlängerten Aktionszeitraum haben es auch Neueinsteiger leichter, das vorgegebene Ziel zu erreichen und an mindestens 20 Arbeitstagen mit dem Rad zur Arbeit zu kommen. Pendler, die das Rad bis zur Bus- oder Bahnhaltestelle nutzen, können sich auch an der Aktion beteiligen. Mit bis zu vier Kollegen ist

eine Anmeldung als Team möglich. Als Team zu fahren, motiviert viele Teilnehmer, auch wenn jeder seine individuelle Strecke radelt. Firmen können mit mehreren solcher Teams starten. Für die AOK NORDWEST verbinden sich bei dieser Aktion Gesundheitsförderung und Umweltschutz ganz natürlich miteinander. Den eigenen Kalorienverbrauch und die Einsparungen an Kohlendioxid (CO₂) durch den Verzicht auf das Auto können über die Aktionshomepage ermittelt oder über eine ‚App‘ für das Handy heruntergeladen werden. Die Teilnahmeunterlagen gibt es ab sofort in jedem AOK-Kundencenter. Online kann man sich unter www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de anmelden. Im Aktionskalender kreuzt jeder (online oder auf Papier) die Tage an, an denen er mit dem Rad zur Arbeit gefahren ist. Unter allen Teilnehmern und auch den Teams werden am Ende attraktive Preise ausgelost, die alle von Drittfirmen gespendet wurden. Darunter sind hochwertiges Fahrradzubehör und Erlebnisreisen.

Sperlich Partnerschaft m.b.B.

Steuerberater vereidigter Buchprüfer

Seit nunmehr ca. 30 Jahren und in dieser Zusammensetzung mittlerweile über 14 Jahre berät die Steuerberatungsgesellschaft Sperlich Steuerberater vereidigter Buchprüfer Partnerschaft m.b.B. in steuerlichen und betriebswirtschaftlichen Angelegenheiten. 4 Steuerberater und 27 Mitarbeiter haben sich in folgenden Fachbereichen für Sie spezialisiert:

- Finanzbuchhaltung
- Lohnbuchhaltung (insbesondere auch Baulohn)
- Einkommensteuer
- Jahresabschlusserstellung (inkl. dazugehörige Steuererklärungen)
- Begleitung bei Steuerprüfungen
- Begleitung bei Zollprüfungen
- Betriebswirtschaftliche Beratungen
- Steuerstrafrecht
- Begleitung von Existenzgründungen
- Finanzierungsberatungen

Neuer Schwerpunkt in der Beratung:

- Unternehmensnachfolge, hierzu zählen erb- und schenkungssteuerliche Betrachtungen

„Müsste man mal machen, und wer kann mir dabei helfen????“

Wie oft haben Sie das schon gedacht, wenn es um die Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Testament und Unternehmensnachfolge geht!? Diese extrem wichtigen Themen werden gerne verdrängt, weil es auch zumeist unangenehme Dinge sind. Wir möchten diese Themen mit Ihnen angehen, damit es später kein böses Erwachen gibt.

In den nächsten 5 Jahren stehen in Deutschland rund 135.000 Betriebe vor der Übergabe. Jede dritte Unter-



Die Sperlich Partnerschaft m.b.B. setzt sich zusammen aus den Gesellschaftern: Michael Sperlich - vereidigter Buchprüfer, Steuerberater; Martin Wildfang - Steuerberater; Klaus Müntefering - Diplom-Finanzwirt, Steuerberater; Peter Kappmeier - Diplom-Kaufmann, Steuerberater

nehmensnachfolge erfolgt in Folge Krankheit, Unfall oder Tod des Unternehmers und damit früher als geplant. Viele unserer Mandanten sind Familienunternehmen. Da ist das Thema Unternehmensnachfolge immer aktuell.

Unsere tägliche Erfahrung zeigt aber, dass gerade in Bezug auf die Planung der Unternehmensnachfolge keine ausreichenden Schritte eingeleitet werden. Eine nicht geplante Übergabe kann zu erheblichen steuerlichen Belastungen führen. Jetzt die richtigen Schritte einleiten kann später viel Geld, Zeit und Ärger ersparen.



Klaus Müntefering ist jetzt auch Fachberater für Unternehmensnachfolge

Um Ihnen in dieser Angelegenheit ein kompetenter und verlässlicher Partner zu sein, hat sich unser Kollege Klaus Müntefering (Steuerberater, Dipl. Finanzwirt) zum Fachberater für Unternehmensnachfolge fortgebildet. Unser Ziel hierbei ist die Hilfestellung bei der sorgfältigen Planung

durch unsere Mandanten und dessen Rechtsbeistand, bis zur Umsetzung der Unternehmens-, Vermögensübergabe und darüber hinaus.

Notwendige Antworten auf folgenden Fragen werden u.a. geklärt:

- Wer kann im Notfall kurzfristig die Geschäfte führen?
- Welche Voraussetzungen müssen dafür erfüllt werden (Handlungsvollmacht, Bankvollmacht, Prokura)?

Bei Gesellschaften:

- Welche Regelung muss dazu der Gesellschaftsvertrag aufweisen?
- Was sollte im Testament berücksichtigt werden?
- Liegen dem designierten Nachfolger oder dem Notar alle wichtigen Dokumente vor?
- Wer soll das Unternehmen weiterführen?
- Was ist mein Unternehmen wert?

Natürlich stellen sich noch viele weitere Fragen, die wir gerne mit unseren Mandanten in Zusammenarbeit mit seinem Rechtsbeistand klären möchten.

Weitere Informationen und Kontaktdaten finden sie unter:

www.stb-sperlich.com



Sperlich Steuerberater vereidigter Buchprüfer Partnerschaft m.b.B.

Rosenstr. 20 · 33142 Büren

Telefon 0 29 51 / 93 50-0

E-Mail: buero@stb-sperlich.com

www.stb-sperlich.com

In Zusammenarbeit mit Ihrem Rechtsbeistand gehen wir folgende Beratungsschwerpunkte an:

„Notfallkoffer“

- Vorsorgevollmachten
- Vertretungsvollmachten
- Patientenverfügungen

Existenzgründungsüberlegung im Zusammenhang mit Unternehmensführung

- Ehevertragliche Regelung im Zusammenhang mit einem „Störfall“
- Vertretungsvollmachten Unternehmen
- Gesellschaftsvertragliche Regelungen (Vertretungsregelungen)
- Überlegungen im Hinblick auf Altersvorsorge

Unternehmensnachfolgeregelungen

- Testament (einschl. Regelungen der Testamentsvollstreckung)
- Unternehmensnachfolgeregelungen (Übertragung des Unternehmens auf die nachfolgende Generation (inkl. Beratung Verkauf / Übertragung etc.)
- Optimierung von Erbschaftsteuer



TRINKEN SIE SICH FIT

Ohne Mineralwasser keine Leistung

Laufen im Frühjahr und im Sommer ist für viele Sportler die Trainingskur: Selbst früh am Morgen und am späten Abend gibt es Tageslicht und der innere Schweinehund mag schönes Wetter. Auch für Einsteiger bietet die Sommersaison optimale Trainingsbedingungen.

Elementar für eine gute Performance beim Laufen, aber auch bei anderen Sportarten, ist das Trinken. Wer nicht richtig trinkt, der kann nicht seine volle Leistung abrufen.

Im Durchschnitt verliert der Körper jeden Tag etwa 2,5 Liter Wasser über Harn, Atem und Haut. Da der menschliche Körper keine Wasserreserven bilden kann, muss die verlorene Menge dem Organismus wieder zugeführt werden, damit alle elementaren Körperfunktionen ablaufen

können und der Körper nicht austrocknet. Wer Sport treibt oder körperlich schwer arbeitet, muss entsprechend mehr trinken. Wer schwitzt, verliert außerdem zusätzlich sehr viele Mineralstoffe. Schon zwei Prozent Wasserverlust, gemessen am Körpergewicht, führt zu einer Verminderung der Ausdauerleistung und zu einer gesteigerten Neigung zu Muskelkrämpfen.

Um sich mit Mineralstoffen und Spurenelementen zu versorgen, bieten sich natürliche Mineralwässer an. Diese enthalten alle wichtigen Stoffe von Natur aus und belasten den Körper nicht zusätzlich mit Kalorien, Zucker oder anderen künstlichen Zusatzstoffen. Zudem kann ein natürliches Mineralwasser vom Körper besonders schnell aufgenommen werden.

Antje Mergard, zertifizierte Mineralwassersommeliere der Bad Driburger Naturparkquellen, gibt Sportlern die folgenden Tipps:

Durstgefühl ist ein Warnsignal des Körpers – jetzt fehlt bereits Wasser. Sportler in Wettkämpfen nehmen ihr Durstgefühl allerdings oft nicht wahr und laufen Gefahr, zu dehydrieren. Daher ist es wichtig, schon vor den Wettkämpfen über den Tag verteilt mehrere kleine Portionen zu trinken, um alle Organe optimal mit Flüssigkeit zu versorgen.

Bei den Wettkämpfen sollte natürlich auch zwischendurch getrunken werden. Hier empfiehlt sich etwa alle 20 Minuten kleinere Mengen von 150 bis 200 Millilitern zu trinken.

Um Muskelkater vorzubeugen, bietet sich bereits vor und natürlich auch während dem

Wettkampf ein hydrogencarbonathaltiges Mineralwasser an (>1500 mg/l). Dieses sorgt für einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt und vermindert die Laktatbildung im Muskel.

Bei länger andauernder Belastung sollten Kohlenhydrate zum Energieersatz bereit gestellt werden. Hier bieten sich Fruchtschorlen oder Iso-Sportgetränke an. Aufgrund einer zu hohen Kohlenhydratkonzentration und der zusätzlichen Belastung für den Körper sind unverdünnte Fruchtsäfte oder stark zuckerhaltige Limonaden im Wettkampf ungeeignet.

Kohlensäure sorgt für ein erfrischendes Gefühl, übt allerdings auch einen Dehnungsreiz auf

den Magen aus. Dieses kann die Atmung beeinflussen, da der Magen sich bis unter das Zwerchfell dehnen kann.

Nach dem Sport sollte dann schnell für den Ausgleich der Flüssigkeitsverluste gesorgt werden, um die verlorenen Mineralstoffe und Kohlenhydrate zu ersetzen. Dafür eignen sich Mineralwasser und Schorlen, die diese Stoffe enthalten.

Weitere Infos erhalten Sie unter **www.mineralwasser.com** oder bei den Bad Driburger Naturparkquellen: 05253 - 95 27 40.



Rechts: Frau Antje Mergard – zertifizierte Mineralwassersommeliere der Bad Driburger Naturparkquellen



Quelle: die „Informationszentrale Deutsches Mineralwasser“

DIE SÄLZERKRÜMEL AUF SPURENSUCHE

Auf den Spuren der Waldtiere

Die Kindergartenkinder des Sälzerkrümel sind unter die Entdecker gegangen. In einer „Kinderkonferenz“ haben sich die Kinder entschieden unter dem Motto „Spurensuche“ einen Vormittag im Wald mit Förster Herrn Lenck zu verbringen.

Gemeinsam mit dem Förster und seinem Hund Bente begaben sich die Kinder auf die spannende Spurensuche. Herr Lenck ging dabei auf Anregungen der Kinder ein und gab

sein Fachwissen kindgerecht weiter. Die gefundenen Spuren wurden mit Gips ausgegossen und so gesichert. Die Gips Spuren können die Kinder im Kindergarten weiter erforschen. Die Begeisterung für die Spuren der Tiere ist bei den „Sälzerkrümel“ so groß, dass sie im Kindergartenalltag weiter auf Spurensuche gehen. Im Rahmen der „Kleinen Forscher“ sichern die Kinder unterschied-



Die Spurensucher mit Förster Herrn Lenck im Wald.

liche Spuren auf verschiedenen Materialien, wie z.B.: Fingerabdrücke auf einem Glas. Dabei werden die Fingerabdrücke mit Kakaopulver sichtbar gemacht

und durch Tesa gesichert – wie richtig kleine Detektive. Die benötigten Materialien stehen den Kindern im „Forscherbereich“ und können auch eigene Anregungen und Ideen



...und beim Forschen im Kindergarten.

dazu äußern und so den Projektverlauf aktiv mitgestalten. Im Sälzerkrümel werden Waldtage regelmäßig mit verschiedenen Themenschwerpunkten angeboten.

SCHWIMMKURSE

DLRG

Kinder lieben Wasser – und was gibt es schöneres für die Kids als an einem Sommertag im Freibad zu toben und zu baden? Für die Sicherheit im Wasser ist es jedoch unerlässlich Schwimmen zu lernen.

Die DLRG Ortsgruppe Salzkotten bietet Schwimmtraining in der Sälzer Lagune zu folgenden Terminen an:

Mittwochs in der Freibadsaison

15:10 Uhr - 15:50 Uhr Gruppe 1: **Seepferdchen / Bronze** (mit Vorkenntnissen)
16:00 Uhr - 16:40 Uhr Gruppe 2: **JSA Bronze & Silber** (ab 7 Jahren)
16:50 Uhr - 17:30 Uhr Gruppe 3: **JSA Gold** (ab 8 ½ Jahren)
17:40 Uhr - 18:20 Uhr Gruppe 4: **Grundlagen Rettungsschwimmen** (ab 10 Jahren und JSA Gold oder ab 12 Jahren und JSA Bronze)
18:20 Uhr - 19:00 Uhr Gruppe 5: **Rettungsschwimmen** (ab 14 Jahren)
19:10 Uhr - 19:50 Uhr Gruppe 6: **freies Training**

Montags in der Freibadsaison

14:00 Uhr - 14:30 Uhr Kurs 1: **Seepferdchen**
14:40 Uhr - 15:10 Uhr Kurs 2: **Seepferdchen**

Kontakt:

schwimmen@salzkotten.dlrg.de
Jennyfer Winzenick
Weitere Informationen erhalten Sie auf **delbrueck.dlrg.de** **salzkotten.dlrg.de**
Informationen zu unseren Mitgliedsbeiträgen und Kursgebühren finden Sie auf unseren Webseiten.

Eis Café Lounge

Die einzig original italienische Eisdiele in Salzkotten!

Chef Cristian stammt aus den Dolomiten, schon Vater und Großvater haben echt italienisches Eis hergestellt und Rezepte immer weiter verfeinert.

Unser Eis wird täglich vor Ort nach diesen überlieferten Familienrezepten frisch hergestellt. Wir verwenden dabei nur beste Zutaten und kaufen



unsere Milch regional beim Milchhof Werning in Salzkotten-Scharmede.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch bei uns in der Eis Café Lounge, Lange Straße 39 in

Salzkotten. Lassen Sie sich unser Eis auf der Zunge zergehen!

Sie finden uns auch bei Facebook: **Facebook.com/eiscafeloungealsalzkotten**

Eis Café Lounge

Echt
italienisches Eis!

Lange Straße 39 · Salzkotten
Telefon 0 52 58 / 9 77 75 23



...der besondere Genuß auf
Ihrem Tisch!

**Wir wünschen dem Eis Café Lounge
für die neue Saison
mit dem Eis aus unserer Weidemilch
viel Erfolg!**

Familie Werning, Heideweg 24, Salzkotten-Scharmede
www.milchhof-werning.de

ABWECHSLUNGSREICHES SOIRÉE DER GESAMTSCHULE

Dass die Entwicklung der musikalisch-ästhetischen Kompetenzen an der Gesamtschule Salzkotten auf vielfältige Weise gefördert wird, konnte das zahlreich erschienene Publikum bei

der zweiten Soirée der GeSa am 19. April in der Mensa der Schule feststellen.

Nach der Begrüßung durch den Schulleiter, Herrn Fischer, eröffnete das GeSa-Brassorchester schwungvoll die Vor-



Die Schüler und Schülerinnen der Salzkottener Gesamtschule zeigten ihr musikalisches Können bei der bereits zweiten Soirée der Schule.

führungen. Das erst Anfang dieses Jahres unter der Leitung von Herrn Göstenmeier entstandene Bläserensemble konnte dank einer großzügigen Spende des Fördervereins der GeSa 20 gebrauchte Blasinstrumente aufkaufen und den Fachbereich Musik damit bereichern.

Schülerinnen und Schüler des Fachs Darstellen und Gestalten (Jahrgänge 6-8) präsentierten abwechslungsreiche Szenen. Zu sehen waren auch diverse Filme zum Schattentheater, die im Unterricht

der Klassen 8 entstanden sind. Vorbereitet wurden diese Darbietungen von Frau Dyballa, Frau Heinemann, Frau Köhler-Hötte, Frau Pickert und Frau Schirrmeister.

Auch der Chor von Frau Pickert (Jahrgänge 5 + 6) konnte mit zwei aktuellen Liedern begeistern. Die Schüler Angelina Aleinik und Jonathan Dimmel aus der 8e spielten gekonnt das Lied „You raise me up“ auf dem Klavier und der Trompete vor. Abgerundet wurde das Programm von der Schulband, die in Kooperation mit

der Realschule von Frau Stenzel unterrichtet wird.

Der Schulleiter Berthold Fischer zieht folgendes Resümee: „Wenn es uns - wie heute Abend demonstriert wurde - gelingt, zur ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler beizutragen, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken und Freude an der Musik sowie dem darstellerischen Gestalten zu vermitteln, sind wir unserem Bildungsziel ein gutes Stück näher gekommen.“

ERFOLGREICHE TAEKWONDOLER

Bei Lee's Internationalen Offenen Meisterschaft im Kampf im WTF Vollkontaktstil am 27. Februar 2016 in Mainz erreichten die Teilnehmer vom Taekwondo Sahak Paderborn

Von hinten links: Betreuer Jörg Genuit (1. DAN) und Mariam Sahak, Jeannette Vambold (1. Platz), Sohal Anwari (1. Platz), Andreas Lohfink (1. Platz), Mohammad Samim Anwari (1. Platz), Alexander Lohfink (1. Platz), Zahir Mohammadi (1. Platz), Großmeister Sahak (6. DAN/Trainer)
Von vorne links: Haidar Hamade (1. Platz), Umar Ibragimov (1. Platz), Paul Vambold (2. Platz), Jerome Genuit (1. Platz), Emran Sahak, Zahah Sahak (1. Platz), Komeil Anwari (1. Platz); Nicht auf Foto: Homeros Schahbzyan (2. Platz), Pierre Spilker (1. Platz)

und Taekwondo Salzkotten e.V. viele erste Plätze.

Das Training findet in der alten Turnhalle der Liborius Grundschule in Salzkotten, Am Alten Hellweg 1 statt. Dienstags von 15:00-16:30 Uhr trainieren die Kinder, Dienstags von 16:30-18:00

Jugendliche und Erwachsene, Samstags von 12:30-14:00 Uhr und Sonntag 10:30-12:30 Uhr trainieren alle Altersgruppen. In den Schulferien findet kein Training statt.

Jeder ist zum Zuschauen und Probetraining herzlich eingeladen!



Gartenpflege
FREISE

Gartenpflege

Garten- und
Landschaftsbau

Alles rund um
Garten und
Grünanlage

ALEXANDER FREISE
Agraringenieur B. Sc.

Auf dem Bruche 21 · 33154 Salzkotten
Tel.: 05258-9353079 · Mobil: 0151-15613155
info@gartenpflege-freise.de
www.gartenpflege-freise.de

REWE REGIONALITÄTSTAG IN SALZKOTTEN

Besichtigung im Folientunnel
und Vorstellung regionaler Produkte

In Salzkotten wachsen die Erdbeeren und Himbeeren im Folientunnel – wie das funktioniert und welchen Vorteil diese Plantage hat, war Thema beim 3. REWE-Regionalitätstag Ende April von REWE-Bezirksmanager Dirk Weber. Rund 40 Mitarbeiter aus den Supermärkten nahmen an der Erkundungstour durch den Folientunnel der Familie Weilandt teil.

Erdbeeren und Himbeeren aus der Folie – klingt zunächst alles andere als regional und nachhaltig. Allerdings steckt hier die neue Anbaumethode der Familie Weilandt hinter. 15 Folientunnel auf 20.000 Quadratmeter wurden auf dem Geseker Feld errichtet und lassen heimische Erdbeeren und Himbeeren gedeihen.

„Mit den Folientunnel machen wir uns ein Stück weit unabhängiger von der deutschen Saison und können so eine Früh- und Späternte anbieten“, schilderte Simon Weilandt. Der Junior-Chef führte die Teilnehmer des Regionalitätstages durch die Folientunnel und erklärte weitere Vorzüge der geschützten Plantage. Das Besucherinteresse war groß und zeigte sich, trotz eisiger Nässe, durch die vielen Fragen zum Anbau. Ein ortsansässiger Imker war ebenfalls eingeladen und informierte über Bienen, Pollen und Honig.

Anschließend ging es in den Hofladen der Familie Weilandt, wo elf regionale Lieferanten ihre Produkte vorstellten. „Lebensmittel aus der Region sind bei unseren Kunden gefragter denn



je, deswegen habe ich vor drei Jahren diesen Aktionstag für unsere Mitarbeiter ins Leben gerufen“, so Initiator Dirk Weber. „Neben dem allgemeinen Verständnis für den Anbau lokaler Produkte soll außerdem die Beziehung zwischen Erzeuger und Markt gestärkt werden. Und davon profitiert letztendlich auch der Kunde“, ergänzte der REWE-Bezirksmanager.

Am Ende des Tages war eine Botschaft besonders im Gedächtnis der Besucher geblieben: Von der Staude im Folientunnel bis zur 250g-Beeren-

schale im Obstregal bedarf es jede Menge liebevolle Handarbeit.

Bestens versorgt: die REWE Region Nord

Die REWE Region Nord mit Zentralsitz in Norderstedt ist ein bedeutender Nahversorger in den Bundesländern Schleswig-Holstein, Niedersachsen, im Nord-Osten von Nordrhein-Westfalen sowie in den Freien und Hanse-

städten Hamburg und Bremen. Die mehr als 520 REWE-Märkte sowie 90 Nahkauf-Märkte erhalten ihre Waren von den zwei Logistikstandorten Stelle und Lehrte und versorgen

Gutes aus der Region, für die Region!



Weilandt's

Erdbeer - Plantagen

Frisch für Sie
gepfückt!

Fruchtig-frische Erdbeeren...

finden Sie an unseren Verkaufsständen.

...und bald auch Süßkirschen,
Johannisbeeren und Himbeeren...

Telefon 05258/8930

www.weilandts-erdbeeren.de

METZGEREI SCHARFENBAUM

Frische und Qualität aus Madfeld

„Gutes aus eigener Schlachtung“ ...so der Leitsatz der Sauerländer Metzgerei, die noch Wert legt auf die Regionalität ihrer Schlachttiere und eine erstklassige Qualität ihrer hausgemachten Fleisch- und Wurstwaren.

Die Metzgerei Scharfenbaum betreibt sechs Filialgeschäfte in verschiedenen Rewe-Märkten im Paderborner Raum sowie einen Werksverkauf in Brilon-

Madfeld. Bei uns in Salzkotten erhalten Sie die köstlichen Spezialitäten in der Selbstbedienung im REWE-Markt Salzkotten und im Raiffeisen Markt. Sie finden die leckeren Rostbratwürstchen, verschiedene Grillsteaks, den saftigen Knochen-schinken, die Madfelder Mettwurst und andere Hausmacher Wurstwaren in den Kühltruhen in der regionalen Abteilung.

SCHARFENBAUM



Gutes aus eigener Schlachtung

Natürlich regional – natürlich Scharfenbaum
Qualität und Frische, die man schmeckt!

Metzgerei Scharfenbaum · Röhlenstr. 21 · 59929 Brilon-Madfeld

Tel. 0 29 91 – 396 · info@scharfenbaum-gmbh.de

Frischetheken in den Rewe-Märkten Bad Wünnenberg, Steinhausen,
Atteln, Paderborn (Elsener Str., Schwabenweg, Warburger Str.)

www.scharfenbaum-gmbh.de



Simon Weilandt erklärte im Folientunnel, welche Vorteile der Erdbeeranbau mit dieser Plantage bringt.

täglich etwa 700.000 Kunden. In den Märkten, der Logistik und den Verwaltungsstandorten sind insgesamt 21.000 Mitarbeiter beschäftigt, davon rund 700 junge Menschen, die ihre Ausbildung absolvieren.

REWE Markt GmbH

Mit einem Umsatz von 17,7 Mrd. Euro (2015), rund 119.000 Mitarbeitern und weit über 3.000 REWE Märkten gehört die REWE Markt GmbH

zu den führenden Unternehmen im deutschen Lebensmitteleinzelhandel. Die REWE Märkte werden als Filialen oder durch selbstständige REWE-Kaufleute betrieben.

Zum REWE Vollsortiment gehören die Formate REWE Supermärkte, REWE CENTER, REWE City Märkte, REWE to Go, die Bio-Supermärkte TEMMA sowie der Lebensmittel-Onlinehandel mit dem Lieferservice REWE online.



Im Hofladen der Weilandts konnten sich die Mitarbeiter mit elf regionalen Lieferanten austauschen.

Kleines Erdbeer-ABC

Wie viele Erdbeeren wachsen an einer Staude?

An einer Staude wachsen etwa 500 g Erdbeeren, das entspricht zwei kleine oder eine große Schale.

Wann ist die Haupterntezeit für deutsche Erdbeeren?

Die Haupterntezeit für Erdbeeren ist

im Juni. Erdbeeren, die beispielsweise im Treibhaus-ähnlichen Folientunnel wachsen, können bereits Anfang Mai gepflückt werden.

Woran erkennt man frische Erdbeeren?

Die Frische erkennt man vor allem an den sogenannten Kelchblättern oberhalb der Frucht, die straff und „saftig“ grün aussehen sollten.

Für Druckfehler keine Haftung

REWE
DEIN MARKT

33154 Salzkotten
Salinenhof

In liebevolle
Hände
abzugeben

REWE
Regional

FRISCHE & QUALITÄT
VON ERZEUGERN AUS
Ihrer Region

Für Sie geöffnet: Montag - Samstag von **7** bis **22** Uhr

PAYBACK

REWE.DE

GEOTOUR DURCH SALZKOTTEN

Wandern und suchen an Quellen und Wasser – auch für Anfänger und Familien geeignet

Eine außergewöhnliche Schatzsuche lässt sich seit dem letzten Jahr im Paderborner Land – u.a. auch in Salzkotten – unternehmen: Die neue „GeoTour Paderborner Land“ verbindet nicht nur alle 10 Kommunen des Kreises Paderborn, sondern auch die Hobbys Geocaching und Wandern. Sie besteht aus zehn einzelnen Wanderrunden, die 7 bis 14 Kilometer lang sind. Daran sind insgesamt 75 Geocaches aller Arten und Schwierigkeitsstufen versteckt. Die ersten 500 erfolgreichen GeoTour-Absolventen erwartet eine Belohnung in Form eines limitierten Geocoins. Um diese zu bekommen, muss man 7 der 10 Wanderrunden erfolgreich bewältigt haben. Dazu ist es notwendig, alle Geocaches zu finden, denn nur in einem Versteck befindet sich der

Stempel des jeweiligen Orts für den Wanderpass. Hat man mindestens 7 Touren gestempelt, sendet man den Original-Wanderpass ein und erhält postwendend eine der limitierten Geocoins. Diese – so hat die Erfahrung gezeigt – werden häufig rasch zu beliebten Sammlerstücken.

Und so funktioniert die GeoTour Paderborner Land: Auf der Internetseite www.geotour-paderborner-land.de erfährt man Grundlegendes und kann sich zudem den Wanderpass herunterladen. Von dort aus gibt es eine Weiterleitung zu den einzelnen Geocaches. Nach Auswahl und Notieren der Koordinaten kann das Abenteuer beginnen. Auch Salzkotten ist mit einer eigenen Tour mit von der Partie. „Die von den Salzkottenern Franz-Josef Lieneke

(saelzerkoenig) und Kerstin Saloga-Lieneke (schroeder10000) liebevoll und mit technischen Finessen entwickelte ca. 10 km Rundtour ist beeindruckend und kommt wirklich sehr gut bei den Entdeckern an, wie man den Einträgen im Logbuch entnehmen kann“, so Christian Hübner von der Stadt Salzkotten.

Die Salzkottener Tour startet auf dem großen kostenlosen Besucherparkplatz am Freibad Sälzer Lagune und endet in unmittelbarer Nähe. Die Rundtour führt entlang der Gewässer in und um die Kernstadt Salzkottens herum. Dabei gibt es Vieles zu entdecken. Zusätzlich erfährt man Einiges über Quellen, Wasser und über die Salzkottener Geschichte. Salzkotten – die l(i)ebenswerte Sälzerstadt am Hellweg – hat viel zu bieten. Das Salz – mit der Namensgebung und der mittelalterlichen Blütezeit der Stadt eng verbunden – hat für die Bürgerinnen und Bürger der 25.000 Einwohner zählenden Stadt noch heute einen hohen Erinnerungswert. Also seien Sie gespannt! „Wir wünschen allen Geocachern viel Freude und Spannung, bei der Entdeckung der einzelnen Caches der Salzkottener Tour“, so die Initiatoren Franz-Josef Lieneke und Kerstin Saloga-Lieneke. Weitere Informationen zur Salzkottener Tour sind



Die Entwickler der Salzkottener Rundtour Franz-Josef Lieneke und Kerstin Saloga-Lieneke.

zu finden unter: www.geocaching.com/geocache/GC5T7C9_gtpl-salzkotten-wandern-an-flussen-wassern

Geocaching ist ein relativ junges, inzwischen weit verbreitetes Hobby. Es basiert auf der Nutzung der amerikanischen GPS-Satelliten, die im Jahr 2000 für die zivile Nutzung freigeschaltet wurden. Weltweit gibt es bisher 58 GeoTouren, 10 davon befinden sich in Europa, in Deutschland sind es einschließlich der GeoTour Paderborner Land nur 3 Touren. Das Paderborner Land zeigt einmal mehr, dass es in puncto Hightech und Innovation ganz vorne mitspielt. Also, machen Sie mit bei der spannenden Suche nach den Geocaches und legen Sie sich kostenlos unter www.geocaching.com ein Benutzerkonto an.



**Thüler Feld 2
33154 Salzkotten**

Friedhelm Gees

Tel.: 0 52 58 - 93 00 93
Fax: 0 52 58 - 93 00 94
www.gees-bagger.de

**Unsere Erfahrung
- Ihr Vorteil**

- Baggerarbeiten
- Abbrucharbeiten
- Transporte
- Sand & Kies
- Schotter

Ferienzeit – Freizeit – Lesezeit

Neue Sommer-Lese-Clubs starten am 4. Juli 2016

Am Montag, den 04. Juli fällt wieder der Startschuss für das Ausleihen der vielen neuen und spannenden Bücher bei den beliebten Sommer-Lese-Clubs in der Stadtbibliothek Salzkotten: der Junior-Lese-Club wendet sich an die Grundschul Kinder und der Sommer-Lese-Club an die Kinder der weiterführenden Schulen (Klasse 5-7).

Die Schulen werden mit Informationsmaterial versorgt und alle Schüler und Schülerinnen sind zur Anmeldung herzlich willkommen. Bei der Anmeldung bekommen alle Kinder, die mitmachen wollen ihre Logbücher. Am 26. August ist dann mit der Abgabe der Logbücher das Ende der Leseaktion.

Wie im letzten Jahr können für die Lese-Clubs mit der großzügigen

Unterstützung der Sponsoren über 300 nagelneue spannende Bücher gekauft werden.

Ein herzlicher Dank für diese wichtige Leseförderung geht an Autobachem, Breithaupt Architekten, die Bürgerstiftung Salzkotten, die Buchhandlung Meschede, Dreker-Bau, das Einrichtungshaus Niggemeyer, die Großbäckerei Hölter, Müller-Elektronik, Schülerhilfe Ludwig, die Sparkasse Paderborn-Detmold, die Volksbank Brilon-Büren-Salzkotten, die Volksbank Paderborn-Höxter-Detmold, den Förderverein der Stadtbibliothek und das Kultursekretariat NRW.

Die Bücher stehen ab dem 4. Juli zum Ausleihen während der Ferienzeit ausschließlich für die Clubteilnehmer bereit. Viele Schulen belohnen die Teilnahme sogar zusätzlich mit

einem Eintrag ins Zeugnis.

Das Team der Stadtbibliothek Salzkotten freut sich zu den üblichen Öffnungszeiten am Mo, Di, Do, Fr: 14:30 Uhr - 18:30 Uhr, Di u. Do: 9.30 Uhr - 11.30 Uhr auf ganz viele Anmeldungen und Teilnehmer. Mehr Infos auch unter 05258-21151 oder unter www.sommerleseclub.de

Zusätzlich gibt es dieses Jahr in der Zweigstelle Niederntudorf wieder die Möglichkeit bei den Lese-Clubs mitzumachen: Start ist dort am Sonntag, den 3. Juli und Ende am 21. August 2016. Geöffnet ist die Bücherei Niederntudorf in dieser Zeit jeden Sonntag von 11:30 - 12:30 Uhr und alle lesehungrigen Kinder können sich auch dort auf viele neue spannende Bücher freuen.



Die neuen Bücher haben sich schon mal die Viertklässler der Liborius-Grundschule vorab ansehen können. Mit dabei Thekla Tuschen (Schulleiterin), Maria Breuer (Bibliothekseitung) und Inge Suerland (Bibliotheksmitarbeiterin)

Wer mindestens drei Bücher in den großen Ferien liest, bekommt bei der großen gemeinsamen Abschlussveranstaltung am Freitag, den 2. September eine Urkunde und kann sich auf eine Verlosung u. a. tolle Aktionen freuen.

STILLE LEBENSRETTER

Rotes Kreuz Salzkotten dankt treuen Blutspendern

Stille Lebensretter sind jetzt beim DRK Ortsverein Salzkotten ausgezeichnet worden. 72 Männer und Frauen haben seit vielen Jahren regelmäßig Blut, das Wertvollste was ein Mensch hat, gespendet.

Im Restaurant Walz in Salzkotten dankte ihnen der Vorsitzender des DRK Salzkotten Dieter Jagiella und die Leiterin des Arbeitskreises Blutspenden Petra Schmidt-Broccucci während einer Feierstunde für ihre Bereitschaft zum Mitmachen ihren Mitmenschen zu helfen. „Mit ihrem Einsatz haben sie geholfen, Leben zu retten und medizinische Notfälle zu lindern und sind auch positive Vorbilder“, betonte der Vorsitzende Jagiella. Durch die wachsende Zahl älterer Menschen, die Zunahme von Krebserkrankungen und schwerkranken Patienten steige der Blutbedarf ständig. „Wir brauchen Neuspender, sprechen Sie jüngere Bürger an“, appellierte Dieter Jagiella an die erfahrenen Spender.

Sein Dank galt auch den zuverlässigen fast 70 Helferinnen und Helfer um Petra Schmidt-Broccucci, und die für schon ganze 30 Jahre die reibungslose Abwicklung der Spenden

dertermine in Salzkotten und den Ortschaften sorgte.

Geehrt für 100 Mal Blut gespendet – und damit 50 Liter Blut und etwa 200 Stunden seiner Freizeit für andere Menschen – wurden Reinhard Klemme, Gerhard Küsterarend, Friedhelm Michel, Luise Rosner, Robert Schmidt, Werner Wolf und Engelbert Wolfförster mit einem Präsent, einer Urkunde des Blutspendedienstes und einer Ehrennadel ausgezeichnet. 75 Mal zur Ader gelassen wurden Bernhard Henke, Manfred Kroschel, Richard Weidlich, Günter Hermens, Kai-Wido Richters, Maria Lödige, Kurt Lebbing, Johannes-Jürgen Küsterarend und Anke Binz-Spinner. 50 Mal mitgemacht haben Stefan Volbert, Willi Büsse, Ralf Bernhard, Gertrud Jäger, Ferdinand Kucinac, Gerhard Klocke, Brigitte Braune, Hermann Beyer, Frank Höber, Karlheinz Stein, Oliver Martin, Karlheinz Hischer, Regina Münch, Manfred Schumacher, Michael Eikel, Michael Güntner, Frank Hesse und Douglas Riecken. 38 weitere Blutspender wurden für 25 Mal Teilnahme ausgezeichnet unter dem Motto „Schenke Leben, spende Blut“.



TERMINE

Blutspendetermin: 16:30 - 20:30 Uhr

14.06.2016 Salzkotten

Gesamtschule, Upsprunger Straße 67

Termine Erste-Hilfe: 09.07.2016

für Fahrschüler aller Klassen und Betriebs-Ersthelfer, im Schulungsraum im Eichfeld 29 Kursdauer: 9 Uhr - ca. 16:45 Uhr, Kosten: 35 Euro - Anmeldung ist nicht erforderlich. Bitte bringen Sie Ihren Personalausweis mit.

Erste-Hilfe-Trainings sowie Kurse in Erster Hilfe am Kind auf Anfrage

DRK Ortsverein Salzkotten e.V. · Eichfeld 29 · 33154 Salzkotten

Telefon: (05258) 7370 · Telefax: (05258) 7370

Senioren treffen sich beim DRK

Wir bieten im monatlichen Wechsel Seniorenfrühstücke und Seniorennachmittage an.

Am Seniorennachmittag erwarten Sie Vorträge und Kaffeetrinken. Für den Fahrdienst können Sie sich bei Grietje

Pawlik unter der Telefonnummer (05258) 7619 anmelden.

Nächster Termin Seniorennachmittag:

Dienstag, 21.06.2016, 15:00 Uhr



V.l.: Vorsitzender Dieter Jagiella, die Leiterin des DRK-Blutspendedienstes Petra Schmidt-Broccucci, Luise Rosner, Engelbert Wolfförster, Friedhelm Michel, Reinhard Klemme, Gerhard Küsterarend und Werner Wolf. (Foto: Michels)

DANK DEM EHRENAMT

Ohne ehrenamtliche Helfer wäre vieles nicht möglich

Viele Bereiche des öffentlichen und sozialen Lebens, wichtige Stützen der Gesellschaft, wären ohne Ehrenamt und freiwillige Helfer nicht zu bewerkstelligen.

Auch in Salzkotten engagiert sich eine Vielzahl von Freiwilligen in den unterschiedlichsten sozialen Bereichen. Um diesen Menschen gebührend zu danken, fand in diesem Jahr bereits zum achten Male ein Abend für ehrenamtliche Helfer im Rats-Café statt. Die Stadt Salzkotten sagte am

8. April zusammen mit der Bäckerei Lange „Danke“ zu rund 50 ehrenamtlichen Menschen. Anwesend waren u.a. Vertreter der Kolpingsfamilie, die viele Aktionen für Kinder, Jugendliche sowie Erwachsene ehrenamtlich durchführt.

Gedankt wurde ebenfalls der Flüchtlingshilfe Salzkotten sowie den Freizeitbegleitern des Haus Franziskus

in Salzkotten, die den Bewohnern bei Ausflügen, Einkäufen oder anderen Freizeitmöglichkeiten helfen. Zudem ging ein weiteres „Dankeschön“ an das Seniorenteam aus Etteln und an Heiner Stork

und sein Team, die ehrenamtlich jugendliche Voltigierbetreuen. Die Ehrenamtlichen genossen das gemütliche Bei-

sammensein im Rats-Café mit musikalischer Unterhaltung durch Sängerin Sandra Deeke.



Oben: Salzkottens Bürgermeister Ulrich Berger überreichte die Urkunden – hier bei den Helfern der Kolpingsfamilie. Links: Die ehrenamtlichen Helfer: Florian Rittmeister (Freizeitbegleiter Haus Franziskus), Barbara Herzig (Flüchtlingshilfe), Elisabeth Meier (Seniorenteam Etteln), Heiner Stork (Voltigier-Team), Reinhard Kamp (Kolpingsfamilie), Birgit Laufs (Geschäftsführerin Bäckerei Lange), Sängerin Sandra Deeke und Monika Lange (Seniorchefin Bäckerei Lange)



www.labrador-salzkotten.de



Tierärztliche Praxis für Kleintiere

Josef-Albert Hoffmeister

Wir wünschen allen Läufern und Läuferinnen viel Erfolg!

Tempelweg 2 · 33154 Salzkotten

Tel.: 0 52 58 / 56 56 · Fax: 0 52 58 / 2 14 36

ja.hoffmeister@tierarzt-salzkotten.de · www.tierarzt-salzkotten.de



Es war einmal... Salzkotter Stadtansichten

Zwischen 1924 und 1930 wurden in Salzkotten durchschnittlich 35 bis 40 Baugenehmigungen erteilt. In dieser Zeit entstand zwischen Up-sprunger Straße und Flomengraben auch das „Neue Viertel“. Der Quadratmeterpreis betrug eine Reichsmark, wodurch viele Familien ein Haus bauen konnten.

In diesem Baugebiet westlich der Heder entstand auch ein Spielplatz mit zwei riesigen Sandkästen, eingerahmt von Ziersträuchern und einigen Doppelhäusern. Es war eine Spielidylle für Kinder des ganzen Viertels. Später wurde der Bereich asphaltiert, aber auf Druck der Anlieger wieder umgestaltet. Auch die vom Architekten vorgesehenen Kastanien-bäume wur-

den abgelehnt, weil sie bei entsprechender Größe viel Licht wegnehmen würden. Rotdorn wurde angepflanzt und lange von den

Anwohnern gepflegt. Aus dem Spielplatz wurde zwar ein Parkplatz, doch die kleine Grünzone ist geblieben.

Text- und Bildbeiträge:
Helmut Steines



FERIENFREIZEIT NACH SEEFELD

Noch wenige Plätze frei für die Fahrt in den Sommerferien!

Seit vielen Jahren bietet das Jugendbegegnungszentrum Simonschule eine Ferienfreizeit in die Partnerstadt von Salzkotten, nach Seefeld in Tirol an. Jugendliche von 14 bis 18 Jahren können sich vom 19. Juli bis zum 28. Juli 2016 auf den Weg nach Seefeld machen.

Auf dem Programm stehen unter anderem Bergtouren ins größte Naturschutzgebiet Mitteleuropas, das Karwendelgebirge. Geplant sind zudem Besuche des Olympia-Zentrums und der Rosshütte mit Wanderung zur Reitherjoch Alm. Untergebracht werden die Jugend-

lichen in einer Pension mit Zwei- und Dreibettzimmern. Detaillierte Angaben zu den Preisen, sowie Anmeldungen werden ab sofort im Jugendbegegnungszentrum Simonschule unter 05258/987970 oder per E-Mail an jube@salzkotten.de gerne entgegengenommen.



Über die erfolgreiche Fahrt 2015 berichteten wir in der HAF-Ausgabe letztes Jahr. Bestimmt wird auch die diesjährige Fahrt zu einem tollen Erlebnis.

Kosmetikpraxis
Eva M. Ewers
Marktstraße 20
33154 Salzkotten
Tel.: (0 52 58) 17 49
Termine nach Vereinbarung



Malteser
... weil Nähe zählt.

ERSTE-HILFE TERMINE

Termine Erste-Hilfe: 25.06.2016

für Fahrschüler aller Klassen und Betriebs-Ersthelfer, natürlich sind auch alle Interessierten am Thema willkommen, im Pfarrheim St. Johannes Salzkotten, Klingelstraße 10, 33154 Salzkotten
Kursdauer: 10 Uhr - ca. 17 Uhr · Kosten: 35 Euro, eine Abrechnung über die Berufsgenossenschaft ist möglich. Für Schüler und Studenten gibt es Sonderpreise.

Anmeldung und weitere Informationen unter: www.malteser-borchen.de



Skandinavische Trends in Salzkotten: Wer sich von der Masse abheben möchte, ist bei Min Skat genau richtig!

MIN SKAT – INDIVIDUELLE SKANDINAVISCHES MODE

Jeden Monat neue „Schätze“ entdecken!

Min Skat – zu deutsch „Mein Schatz“ – holt skandinavische Mode an die Heder in Salzkotten. Das Modegeschäft in der Lange Straße ist Melanie Averbecks „Schatz“.

Die Inhaberin hat sich mit dem nordischen Modeladen einen lang gehegten Traum erfüllt. Hier bietet sie zusammen mit ihren beiden Mitarbeiterinnen Ilona und Tanja Mode, Accessoires und Dekoartikel skandinavischer Hersteller an. Der lichtdurchflutete Laden ist individuell wie die Mode selbst – mit seinen rustikalen Möbeln und an der hintersten Wand mit dem freigelegten Kütffelsen, dem Salzkottener Wahrzeichen. Hiervor kann die Shoppingbegleitung in bequemen Sesseln begutachten und warten. Aber nicht nur Mode und Laden sind individuell, sondern auch die Beratung und der umfassende Service.

Melanie möchte ihre Kundinnen vor allem ehrlich und persönlich beraten. Der besondere Charme von „Min Skat“: Hier ist keine Mode zu finden, die es auch in den großen Ketten und Geschäften gibt. Alles ist etwas ausgefallener, individueller. In den Regalen und Tischen finden sich luftig-leichte Blusen, Hosenanzüge mit tollen Mustern oder Ornamenten, klassische Jeans, modische Shirts und Röcke mit angesagten Prints, aber auch klar geschnittene Jacken und Blousons. Neben Accessoires wie Gürteln, Ketten und Taschen befinden sich im Sortiment von Min Skat auch typisch skandinavische Dekoartikel der Marke Holmegaard. Die Kundinnen sollten ruhig öfters mal reinschauen und stöbern, denn Min Skat bekommt jeden Monat neue Ware und bietet damit ein besonders abwechslungsreiches Sortiment.

Und sollte dennoch nicht das Passende vor Ort dabei sein, kümmert sich Inhaberin Melanie gern darum, Kundenwünsche zu erfüllen. Momentan gehören vier dänische Modelabels zu ihren Hauptlieferanten, in den nächsten Monaten könnten es aber auch mehr werden und für die ein oder andere Überraschung sorgen. Also – am besten einfach mal öfters vorbeikommen! Melanie – Mutter zweier Kinder, Hunde- und seit März auch noch Ladenbesitzerin – hat den „Norden“ kennen und lieben gelernt als sie ein Au-Pair Jahr in Dänemark verbrachte. Die Powerfrau hält zudem stets die Augen nach interessanten, neuen Ideen auf. Für Abwechslung sorgen beispielsweise immer wieder verschiedene Aktionen im Laden wie zum Beispiel „Sale Abende“ oder Modenächte. Was das besondere an skandinavischer bzw. dänischer



Melanie Averbeck vor der Kütffelswand in ihrem Modegeschäft.



Die skandinavische Mode zeichnet vor allem der Mut zur Mode selbst aus – bei Muster, Farbe oder auch Stoff.

Mode ist? Sie ist sehr individuell und wird mutig kombiniert. Die Skandinavier sind etwas schneller in Sachen Modetrends, wobei der Tragekomfort und eine gute Passform ebenfalls eine große Rolle spielen. In Dänemark gibt es

beispielsweise viele aufstrebende Modedesigner und -labels und in der Hauptstadt Kopenhagen findet Skandinavien's größte Modewoche Copenhagen Fashion Week statt. Mit nordischer Mode liegen Sie also total richtig!

min skat mein schatz

Skandinavische Mode & Accessoires

Nordischer Lifestyle exklusiv im Paderborner Land:

- > b.young
- > InWear
- > Dansk Smykkekunst
- > Bull & Hunt
- > Part Two
- > Soaked in Luxury
- > Hultquist Copenhagen
- > BeltArt

Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 10.00-18.00 | Sa. 10.00-16.00 Uhr

Lange Straße 6a | 33154 Salzkotten

Tel. 0 52 58 / 980 78 68 | info@min-skat.de



SALON BUCKLER – DER LACK GEHT SO SCHNELL NICHT AB!



Salon Buckler
Klingelstraße 18 · Salzkotten
Termine unter 0 52 58 / 50 600 90
www.salon-buckler.de

Welche Frau wünscht sich nicht schönen und langanhaltenden Nagellack?

Salon Buckler bietet von nun an die Exklusivmarke LCN an. Die Marke steht für besonders lange Haltbarkeit und hohe Qualität. Die Farbwelt von LCN ist sehr vielfältig, so dass sie für jeden Geschmack den passenden Ton bereithält. Durch die eigene Forschungs- und Entwicklungsabteilung setzt LCN weltweit Maßstäbe auf dem Gebiet der lichterhärtenden Kunststoffe.

Kernkompetenz ist der Bereich der Hand- und Nagelpflege, insbesondere der Bereich der lichterhärtenden Kunststoffe zur Verlängerung und Verstärkung von Fingernägeln.

Jasmin Lesser – erfahrene und qualifizierte Nageldesignerin im Salon Buckler – freut sich auf Sie!

SPIELMANNSZUG THÜLE E.V.

In der diesjährigen ordentlichen Hauptversammlung des Spielmannszuges Thüle e.V. begrüßte der 1. Vorsitzende Meinolf Votsmeier zahlreiche Mitglieder und Ehrenmitglieder sowie die örtlichen Vereinsabordnungen. Nach Verlesen der Geschäftsberichte von Christoph und Ulrich Tüllmann, sowie des Kassenberichtes von Wolfgang Klocke kam es im Anschluss daran zu Ehrungen aktiver und fördernder Mitglieder durch den 1. Vorsitzenden. Zahlreiche fördernde Vereinsmitglieder wurden mit den Vereinsnadeln für langjährige Treue zum

Verein ausgezeichnet: Für 25 Jahre fördernde Mitgliedschaft Jürgen Fecke und Heiner Käuper. Für 40 Jahre fördernde Mitgliedschaft Siegfried Lemm. Für 60 Jahre fördernde Mitgliedschaft Günter Berhorst. Mit dem Schulterstern für 10 Jahre aktive Mitglied-

schaft wurden Dominik Eckel, Johanna Gerdes, Sven Stupeler, Paul Klocke sowie Sarah Votsmeier ausgezeichnet. Orden und Urkunde erhielt für 50 Jahre aktive Mitgliedschaft Ulrich Tüllmann. Uwe Zimmermeier, Vorsitzender des Volksmusikverbundes NRW, Kreisverband Paderborn, überreichte im Namen der Bundesvereinigung Deutscher Musikverbände, Ulrich Tüllmann für 50 Jahre aktive Tätigkeit zur Förderung der Musik im Spielmannszug Thüle die Ehrennadel in Gold mit Diamant und Urkunde und würdigte die Verdienste der letzten Jahre.



v.l.: Ulrich Tüllmann, Meinolf Votsmeier 1. Vorsitzender, Johanna Gerdes, Sarah Votsmeier, Dominik Eckel, Sven Stupeler, Heiner Käuper, Paul Klocke, Jürgen Fecke, Siegfried Lemm, Günter Berhorst und Uwe Zimmermeier vom Kreismusikerverband Paderborn.

MUSIKVEREIN UPSRUNGE: ERFOLGREICHES FRÜHJAHRSKONZERT

Das alljährliche Frühjahrskonzert des Musikverein Upsprunge fand am 19. März 2016 im Bürgerhaus Upsprunge statt. Vor einem beinahe ausverkauften Saal präsentierten die Musikerinnen und Musiker ein breites Repertoire an Stücken, das von bekannten Melodien wie „New York, New York“ oder Filmmusiken wie „Jurassic Park“ bis hin zu Märschen wie dem „Steigermarsch“ oder „Dem Land Tirol die Treue“ reichte.

Viel Applaus erntete auch das Jugendorchester unter der Leitung von Jürgen Kirchhoff, das eine Premiere feiern konnte: Vor Beginn des Programms des „großen Orchesters“

boten die Nachwuchsmusikerinnen und -musiker eine Auswahl von vier Stücken dar. Selbst die dazugehörige Moderation wurde vom Jugendorchester übernommen.

Am Sonntag, den 3. April 2016 wurden beim Musikverein Upsprunge im Rahmen der Mitgliederversammlung verdiente Mitglieder geehrt. Für zehnjährige Mitgliedschaft erhielten Bianca Adriano, Pascal Hagemann und Alina Krez eine Urkunde, seit 25 Jahren sind Gerlinde Bödder, Sigrd Bornemann, Reinhard Fritsch, Gregor Meschede, Marianne Fritsch, Siegfried Reckert und Diana Siekaup als Mitglieder dabei.

Auf 30 Jahre Mitgliedschaft können Markus Salmen und Christian Salmen zurückblicken, bei Hans-Werner Schröder, Franz-Josef Brand und Karl Stücker sind es 50 Jahre. Seit 60 Jahren sind Ehrenvorsitzender Ferdinand Bödder sowie Heinrich Hecker und Wolfgang Porsch Mitglied. Seit stolzen 70 Jahren ist Josef Knap Mitglied im Musikverein Upsprunge.

Als Musiker des Jahres wurde Tobias Langen mit einer beeindruckenden Anwesenheitsbilanz geehrt.

Außerdem hatte der Vorsitzende Franz-Josef Burs den anwesenden Mitgliedern noch eine wichtige Neuig-

keit mitzuteilen. Jan Niklas Wehmeier, ein Eigengewächs des Musikverein Upsprunge, der dort seine Begeisterung für die Musik entdeckt hat und jahrelang am Tenorhorn für den Musikverein aktiv war, wird der neue Dirigent des Musikvereins. Franz-Josef Burs freute sich unter

Hinweis auf das fortgeschrittene Musikstudium und den nahezu abgeschlossenen Dirigentenschein des neuen Dirigenten über einen fachkundigen und aufgrund der bisherigen Vorstandsarbeit auch engagierten Nachfolger aus den eigenen Reihen.



v.l.: Geehrte Mitglieder Bianca Adriano, Wolfgang Porsch, Alina Krez, Ehrenvorsitzender Ferdinand Bödder, Siegfried Reckert, Hans-Werner Schröder, Gregor Meschede, Pascal Hagemann, Christian Salmen, Diana Siekaup, Markus Salmen, Vorsitzender Franz-Josef Burs



Zum Musiker des Jahres wurde Tobias Langen ernannt.



Orchester und Jugendorchester vor dem gemeinsamen Auftritt beim Frühjahrskonzert 2016

Caritas Sozialberatung in Salzkotten

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
Ferienhilfswerk • Interdisziplinäre Frühförderstelle
Kur und Erholung • Suchtkrankenhilfe

Jugendbegegnungszentrum/Simonschule

Am Stadtgraben 23a · 33154 Salzkotten · Tel. 0 52 58 / 93 67 31

Sprechzeiten: Montags 15.00 bis 17.00 Uhr

Und nach Vereinbarung.

Außerhalb der Sprechzeiten Tel. 0 29 51 / 35 42

bz-salzkotten@caritas-pb.de





MIT DER PERFEKTEN PLANUNG ZUM KÜCHENTRAUM

Qualitätsküchen mit maximaler Funktionalität, hochwertigen Materialien und schickem Design

Seit Anfang März 2016 ist das Experten-Team von ZeDe Küchen Ihr Ansprechpartner für Küchenträume.

Besonderer Wert wird auf hervorragende Qualität mit dem gewissen Extra gelegt. In der geräumigen Küchenausstellung finden Sie beispielsweise Küchen der Firma Rotpunkt – die farblich individuell gestaltet werden können, hoch-

wertige Massivholzküchen mit Eisengriffen, moderne Keramik Küchen, klassische Landhausküchen und vieles mehr. Hier bleiben keine Küchenwünsche offen. Eine Küche ist eine Anschaffung für viele Jahre, daher ist es natürlich wichtig, sorgfältig zu planen. Sie dient nicht nur als Ort zum Kochen und Essen, sondern auch zum gemeinsamen Beisammen-

sitzen und als Wohnungsmittelpunkt. Das ZeDe Küchen-Team nimmt sich gern Zeit, um mit Ihnen ausführlich eine gut durchdachte Küche zu planen. Dabei sind maximale Gestaltungsfreiheit, ein Höchstmaß an Funktionalität, exzellentes Design und herausragende Verarbeitung oberste Prämissen. Und das alles bei einem optimalen Preis-Leistungs-Verhältnis.

Maßgeschneidert, funktional, ergonomisch perfekt, mit genügend Stauraum, ausreichend Arbeitsflächen unter der idealen Ausnutzung von Atmosphäre, Raum und Licht – all dies bei der Planung zu berücksichtigen ist für das Küchen-Team selbstverständlich. Zahlreiche, zufriedene Kunden seit Geschäftseröffnung freuen sich bereits über Ihre

neue Küche. Wenn auch Sie sich Ihren Küchentraum erfüllen möchten, sind Sie bei ZeDe Küchen in Delbrück genau an der richtigen Adresse. Im lichtdurchfluteten Gebäude an der Boker Straße 8 in Delbrück – ehemals Autohaus Schniedertüns – erwartet Sie eine freundliche und professionelle Beratung – natürlich unabhängig vom Budget.



KÜCHEN

DELBRÜCK (ehemals Autohaus Schniedertüns)

Wo hört die Küche auf? Wo fängt der Wohnraum an?
KOCHEN • WOHNEN • LEBEN



Dunstabzug versenkt



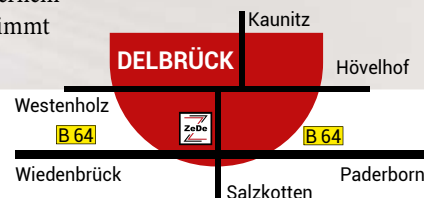
Dunstabzug geöffnet

Entdecken Sie die Vielfalt und Gestaltungsmöglichkeiten unserer aktuellen Küchenkollektion. Ob Designküchen, Küchen im Materialmix, moderne Klassiker oder Küchen im modernem Landhaus-Look – bei uns finden Sie bestimmt Ihren Favoriten.

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 10 bis 19 Uhr
Samstag 10 bis 14 Uhr

**Höchste
QUALITÄT
Tiefste
PREISE**



HERZLICH WILLKOMMEN



Einrichtungsg-GmbH

info@zede-kuechen.de www.zede-kuechen.de

Boker Str. 8 - 33129 Delbrück
Tel.: 0 52 50 / 99 52 98-2 Fax: 0 52 50 / 99 52 98-3

FAMILIENZENTRUM KUHBUSCH

Open-Air-Basar 4. Juni 2016

13-16 Uhr, Außengelände des Kindergarten Kuhbusch, Begonienstraße 13, Salzkotten. Verkauft werden Baby- und Kinderkleidung für Sommer, Herbst und Winter, Spielzeug, Schwangerschaftsmode, Babyausstattung etc. Der Erlös der Standgebühr und vom Kuchenverkauf kommen den Kindern der Kindergärten „Kuhbusch“ und „Hederhüpfer“ zu Gute.

Neue Leibchen für das Familienzentrum Kuhbusch - Haus Hederhüpfer: Die Kinder der Einrichtung des Familienzentrums Kuhbusch können nun einheitlich bei Veranstaltungen auftreten. Voller Freude konnten neue Leibchen das erste Mal auf dem KindergartenCup am 16.04.2016 getragen werden. Dies wurde sogar mit doppeltem Erfolg gekrönt. So landeten beide Häu-

ser auf dem Siegereppchen. Hierbei erzielten die HederHüpfer-Kinder den 3. Platz und die Kuhbusch-Kinder den 1. Platz. Stolz konnte der Pokal mit „nach Hause genommen“ werden. Ein großes Dankeschön gilt der Firma Baugeschäft H.Schlune, die die tollen neuen Leibchen sponserte. Dem bevorstehenden Bambini-Lauf des Klingenthal Sport Marathons steht somit nichts im Wege!



3.000 EURO FÜR REITVEREIN ST. GEORG

DGS-Stiftung unterstützt heilpädagogisches Reiten

Mit einem Betrag von 3.000 Euro unterstützt die gemeinnützige DGS-Stiftung den Reitverein St. Georg in Salzkotten.

Der Stiftungsvorsitzende Manfred Gubitz überreichte einen entsprechenden Scheck an den 1. Vorsitzenden des Vereins Wilfried Jolmes. Der Reitverein bietet heilpädagogisches Reiten bzw. Voltigieren an, um Kinder und Jugendliche mit körperlichen und seelischen Entwicklungsstörungen zu fördern. Speziell ausgebildete Pferde, die ruhig und geduldig sind, werden beim Voltigieren an der Leine geführt, während die Kinder gymnastische Übungen auf dem Pferd machen. Die Bewegungen des Pferdes haben eine lockernde, ausgleichende und angstlösende Wirkung. Für jedes Kind werde ein indi-

vidueller Therapieplan erstellt, so Wilfried Jolmes.

Manfred Gubitz hatte die DGS-Stiftung 2006 ins Leben gerufen. Neben verschiedenen Wissenschaften unterstützt sie

Projekte in den Bereichen Soziales, Umweltschutz, Jugend und Sport.

Weitere Informationen zur DGS-Stiftung gibt es im Internet unter www.dgs-stiftung.de.



Von links: Dr. Uwe Baer, Manfred Gubitz - Vorsitzender der DGS-Stiftung, zwei Mitarbeiter des Reitvereins und Wilfried Jolmes - 1. Vorsitzender Reitvereins

STEINMETZ HUBERTUS CLAES

Auch Ansprechpartner für Aufarbeitung der Grabsteine und Ergänzungen der Inschriften

Als Steinmetz und Steinbildhauer gehört für Hubertus Claes die Gestaltung und Erstellung von individuellen Grabmalen und -steinen zu seinen umfangreichen Leistungen.

Aber neben der Erstellung des Grabmales fällt auch die Aufarbeitung sowie die Ergänzung von Inschriften in seinen Aufgabenbereich.

Ist nun ein Angehöriger verstorben, der in der vorhandenen Grabstätte beerdigt

werden soll, kann die Inschrift auf dem bestehenden Stein ergänzt werden. Hubertus Claes ist hier Ihr kompetenter Ansprechpartner. Auch ein Grabstein, dem Wind

und Wetter zugesetzt haben, kann von Hubertus Claes wieder aufgearbeitet werden. Sowohl die Schrift als auch der Stein selbst erstrahlt danach in neuem Glanz.



Wie an den drei Beispielen gut erkennbar ist, kann auch noch Jahre nach der Erstellung der Inschrift eine Ergänzung so angefertigt werden, dass es wie aus einem Guss wirkt.



STEINMETZ UND STEINBILDHAUEREI
Hubertus Claes

**Ihr direkter Ansprechpartner
ohne Zwischenhändler,
alles aus einer Hand
und auf Stein gemeißelt.**

Auf der Breite 3 (am Friedhof)
33154 Salzkotten
Tel.: 0 52 58 / 66 38
Fax: 0 52 58 / 2 22 17
mail@steinmetz-claes.de
www.steinmetz-claes.de

IM AUTOZENTRUM FRICKE HAT SERVICE VIELE FACETTEN

Im Salzkottener Autozentrum Fricke können sich Kunden ihr Wunschauto direkt im Haus finanzieren und sogar versichern lassen. Das gilt für Neuwagen und auch für individuell zugekaufte Gebrauchtfahrzeuge.

Aber auch nach dem Autokauf werden die Kunden bei Fricke bestens betreut. Gerade der Service hat in dem Opel- und Honda-Vertragshaus große Priorität. So ist das Ersatzteillager bestens bestückt, und man kann die Räder im Reifenhotel einlagern. Haupt- und Abgasuntersuchungen werden professionell durchgeführt. Auch die Behebung von Glasschäden bis hin zum perfekten Unfallmanagement sind bei Fricke in guten Händen. Selbst Mietwagen hat das Autohaus im Portfolio. Übrigens können Sie sich in der Waschanlage bei Fricke Ihr Auto schon ab 4,- € waschen lassen.



Servicetechniker Markus Voß und KFZ-Mechatroniker Michael Hüwelhans kümmern sich um den Opel Corsa OPC, und KFZ-Mechatroniker Markus Duscha übernimmt auch mal Service der anderen Art.

OPEL FLAT

» 3 Jahre Garantie²

» 3 Inspektionen²

» 3 Jahre Mobilservice
europaweit

» 3 Jahre OPEL OnStar³

inkl. automatischer Unfallhilfe und Fahrzeugdiagnose

Preisvorteil bis zu
2.000,- €¹



Abg. zeigt Sonderausstattungen.

CORSA

**JETZT FLAT SICHERN
UND SORGENFREI FAHREN!**



Wir leben Autos.

Style, Coolness, Cleverness – in seinem Segment setzt der Corsa Maßstäbe. Erleben Sie seinen luxuriösen Innenraum und lassen Sie sich von Innovationen überraschen, die man sonst nur in der Oberklasse findet. Fahren Sie den Corsa mit der OPEL FLAT darüber hinaus jetzt drei Jahre sorgenfrei – und freuen Sie sich beim Kauf über bis zu **2.000,- € Preisvorteil.¹** Mit der OPEL FLAT profitieren Sie von:

- 3 Jahren Garantie²
- 3 Inspektionen²
- 3 Jahren Mobilservice
- 3 Jahren Opel OnStar³



UNSER LEASINGANGEBOT¹

INKLUSIVE PREISVORTEIL MIT OPEL FLAT

für den Opel Corsa Selection, 3-Türer, 1.2, 51 kW (70 PS)
Manuelles 5-Gang-Getriebe und Cool & Sound

Monatsrate

99,- €

Leasingangebot: einmalige Leasingsonderzahlung: 0,- €, voraussichtlicher Gesamtbetrag*: 3.564,- €, Laufzeit: 36 Monate, mtl. Leasingrate: 99,- €, Gesamtkreditbetrag (Anschaffungspreis): 12.830,- €, effektiver Jahreszins: 1,99 %, Sollzinssatz p. a., gebunden für die gesamte Laufzeit: 1,99 %, Laufleistung (km/Jahr): 10.000, Überführungskosten: 595,- €.

* Summe aus Leasingsonderzahlung und monatlichen Leasingraten sowie gesonderter Abrechnung von Mehr- und Minderkilometern nach Vertragsende (Freigrenze 2.500 km). Händler-Überführungskosten sind nicht enthalten und müssen an Stefan Fricke e.K. separat entrichtet werden.

Ein Angebot der Opel Leasing GmbH, Mainzer Straße 190, 65428 Rüsselsheim, für die Stefan Fricke e.K. als ungebundener Vermittler tätig ist. Nach Vertragsabschluss steht Ihnen ein gesetzliches Widerrufsrecht zu. Alle Preisangaben verstehen sich inkl. MwSt.

Kraftstoffverbrauch in l/100 km, innerorts: 6,7-6,6;
außerorts: 4,6-4,5; kombiniert: 5,4-5,3; CO₂-Emission,
kombiniert: 126-124 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007).
Effizienzklasse D

¹ Preisvorteil für den Corsa Selection, 3-Türer mit OPEL FLAT und Cool & Sound gegenüber einem vergleichbar ausgestatteten Basismodell mit Opel FlexCare (zzgl. 595,- € Überführungskosten). Angebot für Privatkunden und kleine Gewerbe bis zu einer Flottengröße von 25 Fahrzeugen. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten oder Aktionen.

² 2 Jahre Herstellergarantie + 1 Jahr Anschlussgarantie gemäß Bedingungen.

³ Inspektionen in 3 Jahren gemäß Opel Serviceplan.

³ Exklusive Wi-Fi im 2. und 3. Jahr.

Fricke

AUTOZENTRUM

Autohaus Stefan Fricke e.K.

Paderborner Straße 49, 33154 Salzkotten

Telefon 05258 9811-0, info@autozentrum-fricke.de

www.autozentrum-fricke.de

EHRENRING UND EHRENNADEL

Sechs Ehrenamtliche mit Auszeichnungen der Stadt Salzkotten geehrt

Ein Ehrenamt ist immer auch ein Amt, das nicht nur viel Zeit in Anspruch nimmt sondern für das man viel Begeisterung und Freude braucht. Unsere Gesellschaft braucht Menschen, die sich uneigennützig einsetzen, für andere da sind und sich einer Aufgabe des Gemeinwohles stellen.

Sechs Menschen, die sich in Salzkotten einem Ehrenamt und den damit verbundenen Aufgaben widmen, wurden Ende April vom Bürgermeister der Stadt Salzkotten in einer Feierstunde geehrt. Nach sechs Jahren wurden in Salzkotten erstmals wieder Ehrenring und Ehrennadel überreicht. Der Rat der Stadt hat – ergänzend zu den Regelungen in der Gemeindeordnung des Landes Nordrhein-Westfalen – in einer Ehrensatzung festgelegt, dass die Stadt Salzkotten neben der

Verleihung von Ehrenbürgerrechten einen Ehrenring stiftet, der Personen verliehen werden kann, die sich um die Stadt Salzkotten Verdienste erworben haben.

Für Leistungen und Verdienste, deren besondere Herausstellung die Stadt Salzkotten in sichtbarer Form würdigen möchte, kann sie eine Ehrennadel verleihen. Den goldenen Ehrenring erhielt Agnes Ilse, die sich als Mitglied des Rates der Stadt Salzkotten und als Ortsvorsteherin der Ortschaft Upsprunge stets für die gesellschaftlichen Bedürfnisse und Belange der Bürgerinnen und Bürger uneigennützig eingesetzt und damit die positive Entwicklung der Ortschaft Upsprunge aktiv mitgestaltet hat.



Oben: Gemeinsam mit Bürgermeister Ulrich Berger (mitte) freuten sich die geehrten Ehrenamtlichen v.l.: Frau Dr. Waltraud Teigeler, Robert Kemper, Vladislava Beliková, Agnes Ilse, Ulrich von Sobbe sowie Felix Hoffmann.

Links: Agnes Ilse trägt sich in das Goldene Buch der Stadt Salzkotten ein.

Rechts: Der Chor der Danzdeel sang zum Abschluss der Ehrungen ein Beatles-Medley „Love is All You Need“.



Mit der Ehrennadel der Stadt wurden Frau Vladislava Beliková aus Bystrice pod Hostýnem, Herr Felix Hoffmann, Herr Robert Kemper, Herr Ulrich von Sobbe und Frau Dr. Waltraud Teigeler, alle aus der Kernstadt von Salzkotten, geehrt.

Frau Vladislava Beliková hat durch ihr Engagement dazu beigetragen, dass sich die jahrzehntelange Freundschaft der Volkstanzgruppen Rusava und der Danzdeel im Jahr 2009 zu einer offiziellen Städtepartnerschaft zwischen den Städten Bystrice pod Hostýnem und Salzkotten entwickelt hat.

Herr Felix Hoffmann ist Mitbegründer des Vereins „Deutsches Polizeimuseum e.V.“ und hat federführend die Ausstellung des Vereins seit 1987 aufgebaut. Er hat sich für die Bedürfnisse und Belange des Vereins sowie für das einzigartige Museum, das heute über die Grenzen der Region bekannt ist, uneigennützig eingesetzt. Herr Robert Kemper war Mitglied des Rates der Stadt Salzkotten (1989-1994, 2004-2014). Er war von 1991 bis 1994 Fraktionsvorsitzender der CDU Fraktion und ehrenamtlich in Salzkottener Vereinen engagiert, unter anderem als Vorsitzender beim „Förderverein Freibad Salzkotten – Sälzer Lagune“.

Herr Ulrich von Sobbe hat den „Förderverein für kulturhistorische Bauten und Bauwerke e.V.“ mit

begründet. Er hat diesen Verein 25 Jahre als Vorsitzender geleitet und so den Aufbau und Erhalt wichtiger ortsbildprägender Einrichtungen, wie das Kunstrad an der Heder, die Handwerkerinsel in Salzkotten und die Schäfermeyersche Mühle in Verne ermöglicht.

Frau Dr. Waltraud Teigeler ist Mitbegründerin des „Eine Weltkreis e.V.“. Sie engagiert sich mit ihrem Team seit 15 Jahren für den ehrenamtlich geführten „Eine Welt Laden“ und unterstützt Aktionen des fairen Handels ebenso wie Projekte in Krisengebieten und Entwicklungsländern. Dr. Waltraud Teigeler unterstützt mit hohem Einsatz die Sprachförderung der Flüchtlinge und trägt so wesentlich zur Integration bei.

Bürgermeister Ulrich Berger betonte, dass alle Personen, die ein Ehrenamt ausüben, egal ob sie geehrt wurden oder nicht, ihren Weg zum Wohl des Gemeinwesens, zum Wohl ihres Vereins, zum Wohl ihrer Stadt, zum Wohl ihrer Einrichtung gehen und hofft, dass sich auch in Zukunft viele Personen aller Generationen finden, um diesen Weg zu gehen und sich zum Wohle ihrer Gesellschaft einsetzen.

KOSMETIK AM MARKT

BABOR

DAS ERSTE MAKE UP
AUS DER
HAUTPFLEGEFORSCHUNG

MEINE PERSÖNLICHKEIT
IST MEINE SCHÖNHEIT

AGE ID
MAKE UP

Am Markt 7 · 33154 Salzkotten
Tel. 0 52 58 / 980 71 50
Mobil 0 163 / 600 35 17

Öffnungszeiten:
Di. bis Fr. 10 - 13 Uhr · 15 - 17 Uhr
und nach Vereinbarung.

WWW.SALZKOTTEN-KOSMETIK.DE · INFO@SALZKOTTEN-KOSMETIK.DE

NEUE BARRIEREFREIE BUSHALTESTELLE AM SCHULZENTRUM

Steigerung der Sicherheit durch Baumaßnahmen

Zurzeit besuchen etwa 500 Fahrschüler die Gesamtschule, künftig werden es 900 sein und folglich wird auch der Busverkehr dementsprechend zunehmen.

Um dies auffangen zu können, wird die gesamte Bushaltestelle vergrößert. Die Haltepunkte werden von vier auf sechs erweitert und können zukünftig separat angefahren werden. Auch die Fahrgastwarteflächen werden vergrößert, es werden neue Fahrgastunterstände angelegt und die neue Bushaltestelle wird zukünftig beleuchtet sein.

All diese Maßnahmen tragen wesentlich zur Steigerung der Sicherheit an den Bushaltestellen bei. Die Haltestelle wird barrierefrei ausgebaut und ermöglicht auch mobilitätsein-

geschränkten Personen den öffentlichen Personennahverkehr zum Schulzentrum zu nutzen. Im Rahmen der Inklusion ist dies ein wichtiger Baustein.

Die geplanten Baukosten liegen bei ca. 810.000 Euro und werden zu 90 Prozent aus Zuwendungen durch ÖPNV-Fördermittel durch den NWL (Zweckverband Nahverkehr Westfalen-Lippe) finanziert.

Auf dem Parkplatz an der Theodor-Hürth-Straße wird für die Bauzeit eine Ersatzhaltestelle mit vier Haltepunkten eingerichtet.

Für Schüler, die von den Eltern mit dem PKW gebracht werden, wird auf dem Parkplatz auf Höhe des Sportplatzes an der Upsprunger Straße eine Hol- und Bring-Zone eingerichtet.



Bücherei-Leiterin in Oberntudorf verabschiedet

Anlässlich der Verabschiedung der ehemaligen Leiterin der Bücherei-Nebenstelle in Oberntudorf, Frau Hannelore Schneider, fand eine kleine Feierstunde im Rathaus statt. Frau Schneider hatte ihre ehrenamtliche Tätigkeit Ende 2015 aufgegeben.



V.l.: Lisa Meschede (Fachbereichsleiterin Bildung & Soziales), Hannelore Schneider, Maria Breuer (Leiterin Stadtbibliothek Salzkotten) und Bürgermeister Ulrich Berger

Seit 1989 kümmerte sie sich um die Ausleihe während der Schulzeit und war Ansprechpartnerin zwischen der Grundschule Tudorf und der Bücherei. Die Bücherei in Oberntudorf war eine der zwei Nebenstellen der städtischen Stadtbibliothek Salzkotten in der Ortschaft Tudorf. Seit der Zusammenlegung der Grundschulstandorte nach Niederntudorf können die Schülerinnen und Schüler jetzt dort in der Bücherei montags und dienstags während der Schulzeit nach Lesestoff stöbern. Freitag und Sonntag ist die Bücherei für jedermann geöffnet und freut sich über jeden lesebegeisterten Besucher.

Informationen zur Stadtbibliothek finden Sie auch unter www.salzkotten.de

TREUCON STEUERTIPP:

Investitionsabzugsbetrag: Ausgaben absetzen, bevor Sie sie getätigt haben

Mit der Bildung von Investitionsabzugsbeträgen lässt sich der Gewinn – und so die Steuerlast – beeinflussen. Bis zu 40 % der geplanten Investitionskosten können damit bereits vor der Anschaffung als Ausgaben geltend gemacht werden.

So lässt sich die Steuerbelastung für Ihren Betrieb mit Investitionsabzugsbeträgen optimieren.

Allerdings sind Investitionsabzugsbeträge mit einigen Auflagen verbunden. Welche zu beachten sind, erfahren Sie in unserem neuen Video „Investitionsabzugsbetrag: Ausga-

ben absetzen, bevor Sie sie getätigt haben“. Schauen Sie es sich gleich auf unserer Webseite an.

Nach einer Entscheidung des Bundesfinanzhofs soll jetzt sogar eine nachträgliche Aufstockung des Investitionsabzugsbetrages zulässig sein. Allerdings ist noch nicht klar, ob die Finanzämter dieses Urteil anwenden werden. Sprechen Sie uns daher an, wenn Sie feststellen, dass der Investitionsabzugsbetrag angepasst werden muss.

**Ihr TreuCon-
Steuerberatungsteam**



Landwirtschaftliche
Buchstelle



verbunden. durch leistung

- Finanz- und Lohnbuchhaltung
- Steuererklärungen
- Unternehmensnachfolge
- Unternehmensumstrukturierung

- Jahresabschlüsse
- Arbeitnehmerveranlagungen
- Rechtsformberatung
- u.v.m.

Lange Straße 28
33154 Salzkotten

Tel. +49 05258 9787-0
Fax +49 05258 9787-27

info@treucon-gmbh.de
www.treucon-gmbh.de

**NACH DEM LAUF
IST VOR DEM LAUF!**
10. Klingenthal Sport Marathon
am 4. Juni 2016

800 JAHRE UPSPRUNGE

Heimatinachmittag zum Schützenfest



Die Ortschaft Upsprunge feiert in diesem Jahr ihr 800-jähriges Bestehen, nachgewiesen durch eine Urkunde vom 6. August 1216.

Das 800-jährige Jubiläum war schon Anlass für die Herausgabe eines Heimatbuches, das nach zweijähriger Vorbereitung noch im Dezember 2015 vorgestellt und verkauft werden konnte. Von den 575 gedruckten Exemplaren ist keines mehr erhältlich, es ist „vergriffen“. Zu Neujahr trafen sich viele BürgerInnen zum Kater-

frühstück im Bürgerhaus. Als nächstes wird ein Heimatinachmittag vorbereitet. Dieser bietet auch eine gute Gelegenheit sich zu treffen und alte Bekannte wiederzusehen. Er findet nach Absprache mit der Schützenbruderschaft **am Samstag des Schützenfestes, am 2. Juli im Schützenzelt am Bürgerhaus um 14 Uhr statt.** Nach einer kurzen Begrüßung folgt gemeinsames Kaffee trinken. Anschließend hören wir Grußworte von Landrat Müller und Bürgermeister Berger. Den Festvor-

trag hält Ortsheimatpfleger Norbert Schulte. Danach ist die Bühne frei für das Unterhaltungsprogramm, das von Upsprunger Vereinen und Gruppen, der Klasse 4b der Liboriussschule und vom Kindergarten gestaltet wird. Darüber hinaus erwarten uns plattdeutsche Dönekes und Musikstücke der Musikkapelle. Gegen 17 Uhr wird das Programm ausklingen: Alle sind dann eingeladen, um 18 Uhr der Schützenmesse im Bürgerhaus beizuwohnen und abends das Schützenfest mit zu feiern. Für zwei Stück



Mitglieder der KLJB spielten zum 775jährigen Jubiläum 1991 den „Schulalltag früher“.

Kuchen und Kaffee werden Gedeckkarten zum Preis von 5 Euro pro Person verkauft.

Zur besseren Planung bittet der Arbeitsausschuss des Bürgervereins, diese im Voraus bei den Verkaufsstellen zu kaufen (siehe Rückseite der an alle Upsprunger Haushalte verteilten Einladungen). Es wäre schön, wenn auch viele ehemalige UpsprungerInnen teilnehmen würden und des-

halb Auswärts wohnende Verwandte eingeladen werden.

Der nächste Höhepunkt wird der Historische Markt am Sonntag, dem 11. September 2016 sein. Er wird mit einem Festhochamt um 10 Uhr beginnen, das der neue Weihbischof Dominicus Meier OSB zelebrieren wird. Danach warten mehr als 50 Marktstände auf die Besucher.

MÄNNERCHOR

Konzert am 12. Juni in der Sälzerhalle

Der Männerchor (MC) Salzkotten 1923 veranstaltet am Sonntag, 12. Juni in der Sälzerhalle sein Konzert unter dem Titel „Nehm'n Sie 'n Alten“. Beginn ist um 17 Uhr. Karten gibt es im Vorverkauf im Bürgerbüro der Stadt Salzkotten im Rathaus und bei allen Sängern. Außerdem wird am 12. Juni die Tageskasse geöffnet sein.

Mit der natürlich nicht ganz ernst zu nehmenden Humoreske „Wir sind die alten Säcke“ wird der Chor das Konzert eröffnen. Zusammengestellt wurde dazu ein zweigeteiltes Programm. Im ersten Teil singt der MC Chorsätze, zumeist bekannte Volkslieder, die der Chor, damals noch als MGv, in seinen Gründerjahren Mitte der 20er Jahre des ver-

gangenen Jahrhunderts schon auf dem Probenplan hatte. Locker und humoristisch wird es im zweiten Konzertteil zugehen. Für weitere Abwechslung werden die Auftritte der Solisten Franz Bracht (Bariton) und Rudi Biermann (Tenor) sorgen.

Ein bisschen stolz ist der MC-Vorstand darauf, für eine zusätzliche Gasteinlage den bekannten Salzkottener Alfred Gülle, allseits besser bekannt als „Güllen Winzer“, gewonnen zu haben. Er singt über „Schwiegermutter's Beerdigung“... Die Gesamtleitung des Konzerts liegt in den Händen von MC-Dirigent Rudolf Füllner. Dessen Sohn Julian begleitet die Sänger am Klavier und wird außerdem auch einige Solostücke spielen.

SINGGEMEINSCHAFT & KINDERCHOR

Mendelssohns Meisterwerk „Elias“ am 17. September

Schon seit mehreren Wochen probt die Singgemeinschaft Salzkotten für ein musikalisches Großereignis, das Salzkotten im Herbst bevorsteht. In Zusammenarbeit mit der Kantorei Bad Lippspringe wird am Samstag, dem 17.9.2016, um 19.30 in der Kirche St. Marien das Oratorium „Elias“ von Felix Mendelssohn Bartholdy zur Auf-
führung gebracht.

So alt die Geschichte des alttestamentarischen Propheten Elias ist, sie ist dennoch von frappierender Aktualität. Geht es doch in dem Stück nicht nur um Glaube, Zweifel und Verzweiflung, Leiden-

um Religion und Politik sowie um die Macht Einzelner und die Verführbarkeit der Massen. Es bleibt nicht bei handfesten Drohungen, sondern eskaliert bis hin zur Tötung Andersgläubiger.

Eine Leitidee Mendelssohn bei der Vertonung der Elias-Geschichte war die durchgängige Dramatisierung mit dem weitgehenden Verzicht auf erzählende oder betrachtende Passagen. Daher nimmt der Chor, in der Salzkottener Aufführung mit über 120 Sängerinnen und Sängern besetzt, in diesem Oratorium eine ganz besonders wichtige Rolle ein. Zu hören sind packende Chorsätze, in denen der Geist der

Turba-Chöre Bachscher Passion lebt, ebenso wie romantische, wunderbar gefühlvolle Stücke, wie z.B. das berühmte Engelsterzett. Mit Ulrike Wiedemann (Sopran), Dagmar Linde (Alt), Goetz Phillip Körner (Tenor) und Florian Prey (Bass) konnten hochkarätige Gesangssolisten gewonnen werden. Den anspruchsvollen Orchesterpart übernimmt das Orchester „La Rejouissance“ (Konzertmeister Gregor van den Boom). Die Gesamtleitung liegt in den Händen von Thomas Rimpel.

Eine 2. Aufführung ist für Sonntag, den 18.9.2016 in der Abdinghofkirche in Paderborn geplant.

Kinder-Konzert im Ackerbürgerhaus am 26. Juni

Nach der erfolgreichen Aufführung des Weihnachtsmusicals „Samy und das Weihnachtswunder“ im Dezember letzten Jahres widmen sich die von Barbara Gorka und Uta Hänsch geleiteten Chöre des Kinder- und Jugendchores „Sing Mit“ zurzeit populären Songs.

So probt beispielsweise die Chor-AG der Erstklässler der Liboriusgrundschule Melodien aus Kinderfilmen und Serien. Die Kinder fahren mit „Käpt'n Blaubär“

nach „Lummerland“ und bestaunen die Abenteuer von Wickie, Michel und Pippi Langstrumpf.

Da Proben allein nicht glücklich macht, möchten die Kinder ihre erarbeiteten Werke am Sonntag, den 26. Juni um 16 Uhr im Ackerbürgerhaus der Öffentlichkeit vor-

stellen. Begleitet werden sie dabei

am Klavier von Frau Julia Gasse, die schon mehrfach mit dem Kinderchor „Sing Mit“ zusammengearbeitet hat.

Der Eintritt zu dem Konzert ist frei, Spenden zur Unterstützung der Chorarbeit werden gerne entgegen genommen.



Schnittiger Hausbesuch



Veras Haarmobil
Friseurmeisterin Vera Jürgens

Termine nach Vereinbarung!
Mobil 0176/85157376

NEUES VON DER KFD

kfd St. Marien Salzkotten

Ausflug der Spiel- und Krabbelgruppen und der kfd St. Marien Salzkotten nach Ostenland:

Mit einem deftigen Bauernfrühstück begann das Abenteuer der Kinder und (Groß-)Eltern der Spiel- und Krabbelgruppen und der kfd St. Marien Salzkotten auf dem Seglingshof in Delbrück-Ostenland. Als erstes durften die Kälbchen mit der Flasche gefüttert werden. Da das Wetter nicht so mitspielte, wie erhofft, wurden die Hühner kurzerhand im Stall versorgt. Dann durfte das Fell der Schafe, Ziegen, Kaninchen und Meerschweinchen gefühlt und gestreichelt werden. Mit Pferde- und Ponyreiten, einer Traktorfahrt und einer abschließenden Schatzsuche ging ein zwar regnerischer, aber sehr zufriedenstellender Vormittag zu Ende.

Jahreshauptversammlung der kfd St. Marien – viele langjährige Mitglieder geehrt und geplante Veranstaltungen vorgestellt:

Unter dem Motto „Frauen. Macht. Zukunft – gläubig, begeistert, engagiert“ beging die Katholische Frauengemeinschaft St. Marien ihre Mitgliederversammlung.

Nach einer Andacht zum Thema wurde mit einer Begrüßung durch die Vorsitzende Susanne Horstmann-Kohlenberg und dem Gedenken an die verstorbenen Mitglieder die Jahreshauptversammlung eröffnet. Es folgten eine Videobotschaft des Diözesanverbandes, ein gemütliches Kaffeetrinken und ein Sketch, gekonnt vorgetragen von Roswitha Thiele und Hilde Dittrich. Nachdem elf Frauen im Verlauf des vergangenen Jahres neu in die Gemeinschaft aufgenommen werden konnten, wurden 16 Frauen für ihre langjährige Mitgliedschaft geehrt. Für 50-jährige Treue ausgezeichnet wurden Gisela Bracht, Brunhilde Hoheisel, Agnes Kleffe, Marianne Lütig, Elfriede Spring und Marlies Tröster. Seit 40 Jahren engagiert dabei sind Hilde Dittrich, Karola Dulle. Gertrud Meyer, Christa Pult, Elisabeth Stork und Waltraud Teigeler. Ein herzliches Dankeschön für 25 Jahre Gemeinschaft in der kfd sagte das Vorstandsteam Bernhardine Bogel, Brigitte Deppe, Elfriede Kleinen und

Gertrud Weiland. Alle Geehrten erhielten eine Rose und eine Dankesurkunde.

Auch im kommenden Jahr plant die Gemeinschaft eine Fülle an Aktivitäten, u. a. den Besuch einer Modenschau und eine Schifffahrt auf der Weser am 16.6.

Nach der Messe am Samstag, 2. Juli 2016, um 18 Uhr, sollen zur anschließenden Fahrzeugssegnung und Treff am Turm Kartoffelwaffeln mit Kräuterquark, Fleischtaschen, deftige Muffins und Getränke gegen eine Spende den Besuchern angeboten werden. Der Erlös der Aktion ist für die Sozialstation der Franziskanerinnen in Caransebes bestimmt. Außerdem will man gemeinsam mit den evangelischen Frauenhilfen Salzkotten und Verne den ökumenischen Schöpfungstag am 2.9. in St. Marien begehen und am 12.9. eine meditative Wanderung mit gemütlichem Abschluss in Rüthen organisieren. Für Familien mit Kindern ist ein Nachmittag rund um den Heiligen Martin am 12.11. und einer zu Nikolaus am 10.12. geplant. Den Jahresabschluss bildet eine Fahrt nach Leipzig und Quedlinburg vom 25.-27.11. und eine Adventfeier am 15.12.



V.l.: Susanne Horstmann-Kohlenberg (Vorstand), Elisabeth Stork, Elsmarie Romberg (Vorstand), Karola Dulle, Hilde Dittrich, Waltraud Teigeler, Agnes Kleffe, Brunhilde Hoheisel, Bernhardine Bogel, Margrit Schött (Vorstand), Brigitte Hoffmann (Vorstand)



Oben: Das neu gewählte Team hängt sich rein ins Netz: (v. l.) Inge Niggemann, Marita Wilper, Susanne Horstmann-Kohlenberg und Daniela Marienfeld



Zwei verdiente Vorstandsfrauen verabschiedet: Marita Krause (l.) und Walburga Roggel (r.)

kfd-Bezirk Salzkotten

60 Jahre kfd Bezirk Salzkotten – FrauenKirche on tour:

Am 6. Juni 2016, um 18 Uhr wird es in der Erlebnisgärtnerie Andreas Beine eine Bezirks-FrauenKirche unter dem Motto „Lass Neues wachsen“ geben, d. h. einen Wortgottesdienst mit fröhlichen und besinnlichen Liedern, biblischen und aussagekräftigen weltlichen Texten, der Möglichkeit zur aktiven Beteiligung der Gottesdienstbesucher und einem anschließenden Imbiss mit Gelegenheit zu Austausch und Gespräch.

Da es sich um den Jubiläumsgottesdienst des kfd-Bezirks handelt, hofft das Vorbereitungsteam auf viele Frauen, die mitfeiern, und lädt alle Interessierten herzlich ein.

Zwei verdiente Vorstandsfrauen verabschiedet und Wahl eines neuen Leitungsteams: Unter dem Motto „Häng dich rein ins Netz, - das Frauen trägt“ trafen sich die Delegierten der elf kfd-Gemeinschaften in Scharmede zur Jahreshauptver-

sammlung mit Wahl eines neuen Bezirksleitungsteams.

Nach der Begrüßung durch die ehemalige und jetzige Teamsprecherin Susanne Horstmann-Kohlenberg und einem meditativen Impuls durch Walburga Roggel wurde zunächst Neues aus dem Verband berichtet. Dazu gehörte die Weiterführung der Mitgliederwerbekampagne des Bundesverbandes und der Bericht über die Auslobung von drei überörtlichen Projekten. Nach einem Kurzreferat zum Zukunftsbild des Erzbistums wurden der Jahres- und Kassenbericht vorgestellt.

Nach 10 Jahren aktiver Verbandsarbeit wurden Marita Krause und Walburga Roggel mit viel Applaus und einem Blumenstrauß aus ihren Ämtern verabschiedet. Auch die Wahl des neuen Teams verlief sehr erfreulich, so dass am Ende feststand, dass sich mit Susanne Horstmann-Kohlenberg, Daniela Marienfeld, Inge Niggemann und Marita Wilper vier Frauen in den nächsten Jahren um die Geschicke des kfd-Bezirks Salzkotten kümmern werden, denen die Delegierten einstimmig ihr Vertrauen aussprachen.



Ausflug zum Seglingshof in Ostenland

Halfmann & Stute GmbH

ENTSORGUNG + RECYCLING

Entsorgungsfachbetrieb für:

Handel Gewerbe Industrie Kommunen

www.halfmann-stute.de

Bauhofstraße 6 • 33154 Salzkotten • Tel. 05258/931682 • Fax 05258/931683





3361 ZAHNBÜRSTEN IM GRUNDSCHULEINSATZ

Die Liborius-Grundschule in Salzkotten nahm in diesem Jahr zum siebten Mal an der Aktion zur Zahngesundheit teil.

Die Mitarbeiterinnen des Arbeitskreises Zahngesundheit vermitteln allen Schülern der Grundschule die zahngesunde Lebensweise. Jedes Kind erhält bei dieser Aktion eine Zahnbürste vom Arbeitskreis. Insgesamt sind 3361 Zahnbürsten beim aktiven Putztraining genutzt worden. Die Schulleiterin Thekla Tuschen ist überzeugt von der Nachhaltigkeit dieser gesundheitsfördernden Maßnahme und hat auch schon für das nächste Schuljahr das Thema Zahngesundheit fest eingeplant.

Der Arbeitskreis Zahngesundheit ist im gesamten Kreis Paderborn in Kindertageseinrichtungen und Grundschulen tätig. Insgesamt beschäftigt der Arbeitskreis fünf Mitarbeiterinnen die in regelmäßigen Abständen die Einrichtungen besuchen bzw. auch die Eltern über die Zahngesundheit informieren und aufklären.

Finanziert wird das gesamte Programm zur Zahngesundheit von den gesetzlichen Krankenkassen, weiterhin sind im Arbeitskreis die niedergelassenen Zahnärzte und der Kreis Paderborn vertreten. Informationen zum Arbeitskreis und den unterschiedlichen Angeboten sind unter: www.ak-zahngesundheit-pb.de zu finden.



TC ROT-WEISS SALZKOTTEN

Über ein Drittel der Mitglieder des Vereins sind Jugendliche

Der TC Rot-Weiß Salzkotten ist nicht nur ein sportliches Aushängeschild der Stadt, sondern auch der ganzen Region. Zudem ist er mit über 300 Mitgliedern der zweitgrößte Tennisverein im Kreisgebiet.

Die Anlage an der Up-sprunger Straße ist eine Naherholungsidylle. 12 Mannschaften nehmen an den Meisterschaftsspielen teil, davon 5 Teams in der zweithöchsten Spielklasse. Bei den Junioren sind es 9 Mannschaften, die um Titel und Punkte spielen. Besonders stolz ist der Verein auf die hervorragende Jugendarbeit. Nicht umsonst hat der Verein über ein Drittel Jugend-

liche. Großen Anteil daran hat Trainer Nazarij Szpak. Er hat nicht nur großes Fachwissen, sondern kann auch sehr gut mit dem Nachwuchs umgehen.

Ob jung oder alt, wer mal testen will wie schön Tennis ist, braucht nur auf die Anlage zu kommen und eine kostenlose Schnupperstunde zu buchen.

Schläger und Bälle werden gestellt, notwendig ist nur ein Paar Sportschuhe.

In den nächsten Wochen sind besonders samstags und sonntags spannende Meisterschaftsspiele zu sehen. Dann wird durchweg sehenswert guter Tennissport angeboten.

Besonders attraktiv sind die Spiele der 1. Damen in der Verbandsliga und die der 1. Herren in der Ostwestfalenliga. Angelaufen ist auch die Kooperation mit Firmen der Stadt, wo Einsteigerkurse angeboten werden. Neu ist an jedem 1. Freitag im Monat ein Stammtisch, wo über Sport und Gott und die Welt diskutiert und zum Schluss gegrillt wird. Erstmals werden in diesem Jahr auch wieder Stadtmeisterschaften der Jugend abgewickelt.

Es ist also immer etwas los beim TC Rot-Weiß Salzkotten, es lohnt sich da mal reinzuschneppern. Training mit Trainer „Nazar“ – immer ein Erlebnis!



HÖLTER BROT

Qualität, die ausgezeichnet ist.

Seit 1654 ist die Großbäckerei Hölter KG bereits ortsansässig. Von Johannes Arnoldi gegründet, befindet sie sich seit vier Generationen im Besitz der Familie Hölter, heutiger Inhaber ist Franz-Christoph Hölter. 1996 Um- und Neubau zur mit modernsten Maschinen ausgestatteten Großbäckerei.

Herstellung von Original Paderborner Landbrot, feinem Stuten und Rosinenstuten sowie weiteren speziellen Produkten, deren Qualität durch regelmäßige Auszeichnungen bei der DLG-Brotprüfung belegt ist.





Großbäckerei Hölter KG
 Geseker Straße 37
 33154 Salzkotten

Telefon 0 52 58 / 88 21
 Telefax 0 52 58 / 45 44

info@hoelter-brot.de • www.hoelter-brot.de

ERFOLGREICHE FRAUENMANNSCHAFT

Die Frauenmannschaft des SV Hederborn Upsprunge wurde durch die Firma Axel Collmer Bauträger GmbH, vertreten durch Herrn Axel Collmer

(rechts im Bild), mit neuen Trikots ausgestattet. Für die tolle Unterstützung bedanken sich die Spielerinnen.



• Grewe Hausverwaltung und Immobilienvertrieb •

Umzug in die Wewelsburger Str. – Neubauvorhaben Franz-Klingenthal-Str.



„Alles unter einem Dach“ nach diesem Motto ist die Hausverwaltung Grewe vom bisherigen Standort in der Upsprunger Str. jetzt in das repräsentative Neubauobjekt an die Wewelsburger Str. 17 a umgezogen. Mit in den Neubau eingezogen ist auch der Hausmeisterservice von Christian Grewe.

Helmut Grewe, der kürzlich sein 70. Lebensjahr vollendete, betreibt seit über 33 Jahre den Geschäftsbereich der Hausverwaltung, verbunden mit einer kompetenten Fachberatung im Immobilienbereich. Seine Fachkenntnisse basieren auf einer Ausbildung in der

renommierten Notar- und Anwaltskanzlei Dr. Witte, Nachfolger Notar Kohlenberg, mit Zwischenstation im damaligen Amtsgericht Salzkotten. Eine langjährige Tätigkeit bis zu seiner Selbstständigkeit im Jahre 1982 im Liegenschaftsamt der hiesigen Stadtverwaltung bildeten eine weitere Säule für die seit Jahrzehnten jetzt so erfolgreich ausgeübte Tätigkeit als Hausverwalter und Immobilienfachmann.

Inzwischen wird die Hausverwaltung durch den Sohn Stefan Grewe in zweiter Generation fortgeführt, der nach seiner Ausbildung als Steuerfachangestellter die Ausbildung zum Haus- und Grundstücksfachverwalter absolviert hat und als

Juniorchef die Hausverwaltung führt. Das Team wird seit Anfang vergangenen Jahres noch durch Inga Deters vervollständigt, die in allen Bereichen der Hausverwaltung kompetente Ansprechpartnerin ist. Der Sohn Christian Grewe betreibt seit über 10 Jahren mit zwei Mitarbeitern einen selbstständigen Hausmeisterservice mit angegliedertem Schlüsselselbstnotdienst und ist aufgrund seiner beruflichen Ausbildung für Kleinreparaturen und Service rund um die Immobilie kompetent zuständig.

Ganz aktuell wird ein vom renommierten örtlichen Architekturbüro Gabriele Uellendahl projektiertes



Grundriss der beiden Wohnungen im Staffelgeschoss. Die Wohnungen haben jeweils etwa 72 qm Wohnfläche.

Sechsfamilienhaus in der Franz-Klingenthal-Str. betrieben. Der modern in Staffelgeschossbauweise gegliederte Baukörper besticht durch klare Linien und ansprechende Optik und beinhaltet 4 großzügig zugeschnittene 3-Zimmerwohnungen sowie 2 Top-Staffelgeschosswohnungen. Neben einer energieeffizienten Bauweise verfügt der Baukörper über einen modernen Fahrstuhl. Baubeginn ist für den Spätsommer dieses Jahres, die Bezugsfertigkeit für den Sommer nächsten Jahres vorgesehen. Wie uns Helmut Grewe, der exklusiv das Objekt anbietet, bestätigt, trifft

dieses, in sehr exponierter und exklusiver Lage der Innenstadt gelegene Objekt, auf reges Kaufinteresse.

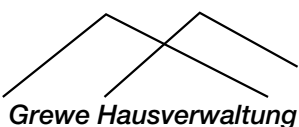
Ein weiteres größeres Neubauvorhaben ist in naher Zukunft geplant und beinhaltet eine Kombination aus barrierefreien Eigentumswohnungen mit angegliederter **Ambulant betreuter Senioren-Wohn-gemeinschaft**. Derartige Konzepte sind schon mit großem Erfolg umgesetzt worden. Eine Umsetzung in Salzkotten ist für das nächste Jahr geplant und dürfte sicherlich auch hier auf eine breite Resonanz stoßen.



Immobilienberatung und Hausmeisterservice unter neuem Dach in der Wewelsburger Straße: v.l. S. Lihomanenko, Christian Grewe, Helmut Grewe, Inga Deters und Stefan Grewe.



Die neuen Büroräume in der Wewelsburger Straße.



Service-Mobil
Hausmeisterdienst • Schlüsseldienst • Rufausfall • Garagenpflege



Immobilienberatung & Vertrieb
Helmut Grewe



Tel 0 5258 98 38 13
Mobil 0 178 54 66 784



Info@hausverwaltung-grewe.de
www.hausverwaltung-grewe.de

ON UND WEG – KLINGENTHAL SPORT PRÄSENTIERT NEUE LAUSCHUH-GENERATION

Füße sind sensible Leistungsträger. Sie müssen mehr Schwerstarbeit leisten und mehr aushalten als jedes andere Körperteil. Deshalb ist beim Laufsport der Schuh der wichtigste Teil der Ausrüstung. Er soll den Fuß führen und stützen, das Abrollen unterstützen und den Aufprall des Körpers dämpfen. Bei Klingenthal Sport setzt man auf Schweizer Technologien und neu patentierte Techniken.

Wie wichtig ein richtiger Schuh ist, zeigen ein paar Zahlen: Schon bei einem Zehn-Kilometer-Lauf setzen die Füße rund 6500-mal mit dem zwei- bis dreifachen Körpergewicht auf. Die Belastung summiert sich auf 500 bis 750 Tonnen. Deshalb ist ein gutes Material die beste Investition, um Verletzungen vorzubeugen. Aus dem Hause Asics kommt nun ein Laufschuh, der fünf neue Technologien in sich

vereint: Der MetaRun setzt auf eine FlyteFoam-Mittelsohle, die 55% leichter ist als der Branchenstandard. Durch eine mit Karbonfasern verstärkte zweiteilige AdaptTruss-Technologie bietet der MetaRun optimale Stabilität und Flexibilität. Die Memory-Foam sorgt für eine konstante optimale Passform am Fuß und das weiter entwickelte Asics Gel für eine verbesserte Dämpfung. „Der MetaRun

ist hochlimitiert. In Deutschland sind nur 2.000 Modelle ausgeliefert worden. Wir sind daher stolz, dass es uns bei Klingenthal Sport gelungen ist, unseren Kunden diesen Laufschuh der neuesten Generation anbieten zu können“, erklärt Ulrich Henning, Geschäftsleiter Klingenthal Sport.

der Abrollbewegung schließen, verkanten, verfestigen und so einen kraftvollen Abstoß ermöglichen. Damit auch das Design zur sportlichen Laufinnovation passt, ist der optische Blick auf die Laufsohle fokussiert, um damit noch einmal bewusst auf das Herzstück des Schuhs aufmerksam zu machen.

Als echte Innovation in punkto Laufschuh gilt auch der Laufschuh „Cloud“ des Schweizer Unternehmens On. Er bietet eine komfortable Dämpfung und zugleich die Qualitäten eines härteren Wettkampfschuhs. Für die im Schuh enthaltene Technik entwickelte das Schweizer Team um den sechsmaligen Ironman-Sieger und Duathlon-Weltmeister Olivier Bernhard eine Sohle, deren Elemente sich während

Für Ulrich Henning und sein Team ist wichtig, dass man sich beim Laufschuh-Kauf allein davon lenken lässt, dass der Schuh passt – zum Fuß, zum Training, zu den eigenen Bedürfnissen. Nur so ist gesunder Laufspaß garantiert. Mit den neuesten Modellen im Running-Sektor bietet Klingenthal Sport seinen Kunden einmal mehr höchste Sportkompetenz in der Region.

RUNNING

