ARGUS-Journal
Ausgabe: 2
Mai 2017

ARGUS e.V.

AKTIV-REHABILITATIONS-GESUNDHEITS- UND SENIORENSPORT

Editorial

Liebe Sportfreunde/innen,

so schnell ist nun für uns das erste Quartal zu Ende gegangen – wie die Zeit doch rennt in unserem Alter!
Das neue Jahr fing für uns nicht besonders gut an. Der Architekt von Jäger & Jäger meldete sich nicht und die Zeit lief uns davon. Während wir im BBL in Rostock vom Prüfingenieur gleich am 03.01.17 gut beraten wurden, ging nun nichts mehr, viele Tage gingen bei der Suche nach einem Architekten drauf, der auch schon eine Schwimmhalle gebaut hat.
Da schlug die schlimme Nachricht von der schweren Erkrankung unseres Vorstandes Hans Honsberg, bis nach Teneriffa, wie eine Bombe ein. Das war für alle eine schlimme Prüfung. Wie sollte das mit der Verleihung der Goldmedaille vom LSB durch unseren Ministerpräsidenten in Rostock an unseren Hans nur werden, war die allerkleinste Sorge! Aber nach der anschließenden Heilkur in Heiligendamm ging es sehr langsam voran. Auch die Auszeichnung in Rostock wurde dann überstanden.
In der Zwischenzeit hatten wir den fünften Planer gefunden. Der Schweriner Architekt Frank Kirsten machte sich mit seinem Team an die Arbeit, obwohl dieser bisher keine solche Halle gebaut hatte und auch noch zwei Fachplaner fehlten.
Es zeigte sich aber klar, ohne Unterkellerung wird es wohl nichts mit dem kleinen Becken für uns. Die Kosten gingen also in die Höhe. Logischerweise musste weitere Hilfe heran. LFI, LSB - jeder hatte bisher alles ausgereizt.
Am Ende blieben nur noch der Schweriner OB und unser EU Abgeordnete Fritz Kuhn übrig. Die Antwort aus Brüssel steht noch aus – wird aber kommen, so die Signale von dort.
OB Dr. Badenschier hatte sich schnell für ein kleines Gespräch Zeit genommen. Die Beratung war wirklich gut. Nun müssen andere Politiker ran, um mit weiterem Geld zu helfen. Unser Antrag auf Invest-Zuschuss für 2018 wird beim SSB eingereicht.
In dieser schweren Situation kam für die drei Vorstände dann aber noch Hilfe aus der Geschichte. Unser Gründungsvater Dr. Hoegerle war nach unserer Bitte bereit, nicht nur die neue historische Seite mit zu gestalten, sondern auch die schwere Aufgabe als Vorstand Sport zu übernehmen, weil unser Hans nur noch gering für uns tätig sein kann. Erste Erfahrungen mit den Übungsleitern waren bereits positiv. Heute konnte er unsere Übungsleiterin Sportfreundin Schuldt überzeugen, die Funktion als Leiterin der AG Sport zu übernehmen. Gemeinsam werden nun weitere Mitstreiter gesucht, die mit beim Aufbau helfen wollen.
Ein Erfahrungsaustausch mit dem LVPR Verband in Rostock zeigte, die Krankenkassen haben sehr wohl erkannt, das Bezahlen der REHA-Kurse deckt kaum die Kosten der Sportvereine in M-V. Nun hat auch der VBSR unserem Anliegen zugestimmt. Wir haben beschlossen einen Zusatzbetrag zu fordern.
Wer bei uns lange Sport treibt - lebt gesund. Die hohe Zahl der Sportler über 80 Jahre und nun sogar der 90-Jährigen zeigt ganz klar – so ist es richtig. Sport hält uns gesund. Wir haben in diesem Monat gleich zwei besondere Geburtstage, einmal 90 und nun 95 Lenze stehen im Kalender – besonders herzliche Glückwünsche. Den Blumenstrauß überreiche ich persönlich.
Zum guten Klima beim Sport gehört unser Vereinsleben. Die Wanderer starten im Gebiet des Labenzer Sees, gefolgt von den Radlern, die diesmal von

Inhalt

Seite 2
Editorial

Seite 3
Aktuelles

Seiten 4 und 5
Sportfest der Vielfalt

Seiten 6 und 7
Vereinsleben

Seiten 8 und 9
Vereinsinformationen

Seiten 10 und 11
Vereinsinformationen

Seiten 12 und 13
Vereins-Chronik

Seiten 14 und 15
Vereins-Chronik

Seiten 16 und 17
Vereins-Reisen

Seite 18
Gehirnjogging

Seite 19
Tai Chi / Seniorensportspiele M-V

Seite 20
Impressum

Lankow starten und dann im Schlosspark Willigrad die herrliche Rhododendronpracht bestaunen. Vorher gibt es wieder eine Überraschung – Sonnenschein ist aber mitzubringen!
Am 20.05. wird mit dem VBRS das gemeinsame Sportfest der Vielfalt begangen. Viele Übungsleiter und Sportfreunde werden wieder helfen in den Stationen, beim Kuchenbacken und dem Verkauf – wie in jedem Jahr – ein großes Dankeschön dafür!
Wünschen wir auch dem Stolle-Lauf eine große Resonanz wie im letzten Jahr – lauft mit für unseren Verein! Allen Viel Spaß dabei!

Herzlichst Euer Gerhard Kowalski, Vorstands-Vorsitzender

Die Goldmedaille aus der Hand des Ministerpräsidenten

Eine Würdigung der Lebensleistung von Hans Honsberg, Vorstandsmitglied im ARGUS e.V.

Am 11.03.2017 fand im Radison Hotel in Rostock die jährliche Würdigung der erfolgreichen Sportler unseres Landes statt. Der Ministerpräsident Sellering und die Bildungsministerin Hesse standen dem neugewählten LSB - Präsidenten Sportfreund Blum dabei zur Seite. Die Ehrung betraf aber auch verdiente Funktionsträger aus den Sportorganisationen Mecklenburg-Vorpommerns.
Aus unserer Landeshauptstadt wurde unser Sportfreund Hans Honsberg, neben zwei weiteren Sportfreunden, für seine verdienstvolle, jahrelange Arbeit seit 1993 für den Aufbau und die Weiterentwicklung des größten Reha-Sport-Vereins in Schwerin, unseres ARGUS e.V., mit der goldenen Ehrennadel des LSB ausgezeichnet.
Der ARGUS e. V. Schwerin verdankt dem Sportfreund Hans Honsberg und seinem jahrelangen ehrenamtlichen Einsatz sehr viel. Wir, die 1800 Mitglieder und ca. 400 Reha-Patienten des größten Amateur-Sport-Vereins in der Landeshauptstadt, freuen uns, dass durch die öffentliche Würdigung dieses außergewöhnliche Engagement zum Wohle der Schweriner Bürger geehrt wird. Menschen wie Hans Honsberg sorgen dafür, dass das Leben in unserer Gesellschaft auch mit Behinderung und altersbedingten Einschränkungen durch die positiven Auswirkungen des

Gratulation von Ministerin Birgit Hesse an Hans Honsberg
Foto Jürgen Patzwaldt, ARGUS e.V.

Sports lebenswert bleibt und dass der Breitensport in der Landeshauptstadt gefördert wird.

K. Wächter
Pressesprecherin des ARGUS e.V.

Vereinsferien

Unsere Vereinsferien sind in diesem Jahr vom 7. August bis zum 18. August.
In dieser Zeit findet kein Sport statt und die Geschäftsstelle bleibt geschlossen.

Öffnungszeiten und Erreichbarkeit Geschäftsstelle

Telefonservice
Montag und Dienstag von 9.00 - 17.00 Uhr
Geschäftsstelle geöffnet
Mittwoch 9.00 - 18.00 Uhr
Neuaufnahmen nach Vereinbarung
Donnerstag 9.00 - 18.00 Uhr

Mitarbeiter/innen der Geschäftsstelle

Volker Tremel (GF)
Anja Ehrhardt
Ute Lazarus
Steffen Mammitzsch

Norddeutsches Sportfest der Vielfalt 2017

Am 20. Mai 2017 ist es wieder soweit:
Das 26. Norddeutsche Sportfest der Vielfalt (ehemals Norddeutsches Behinderten- Sportfest) entwickelt sich zu einem wahren Sportfest für Jedermann im Behinderten, Rehabilitations- und Breitensport. Es wird seit 2005 vom Verband für Behinderten- und Rehabilitationssport M-V e.V. (VBRS M-V in Rostock) gemeinsam mit dem ARGUS Schwerin e.V. veranstaltet.
Unterstützung erhalten wir dazu von dem Stadtsportbund Schwerin (SSB), dem Polizeisportverein Schwerin (PSV), Abteilung Judo, und dem Landesportbund (LSB).
Teilnehmen kann jeder, der Freude an Bewegung hat; ob als Vereinsmitglied, Freizeitsportler oder Neugieriger, der gern einmal „hineinschnuppern" möchte in die verschiedenen Sport- und Mitmachangebote. Willkommen sind aber auch spontane und kurzentschlossene Gäste an diesem Tag.
Ein Besuch des Sportfestes lohnt sich also für alle Teilnehmer und Zuschauer, das verspricht schon das angekündigte Programm:

Mitmachangebote für Jedermann

Hier bietet sich die Möglichkeit, selbst sportlich aktiv zu werden oder sich über Sportangebote in Schwerin zu informieren, z.B. in folgenden Bereichen:

Ablegung Sportabzeichen,
Sportschießen,
Schießen nach Gehör,
Fechten, Gorodki
Judo, Boccia,
Tischtennis, Sommerbiathlon,
Basketball usw.

Diese Schnupperangebote können der Einstieg in eine neue Sportart sein. Spannung und Spaß bieten das Torwandschießen und die Showvorführungen. Und wer möchte, kann sich im Mehrkampf ausprobieren und hier sein Leistungsvermögen testen.

Liebe Sportfreunde/Innen,

am 20.05.2016 findet das diesjährige 26. Norddeutsches Sportfest der Vielfalt in Schwerin statt.

Dafür benötigen wir wieder Helfer und Kuchenspenden für den Kuchenstand.
Wer helfen oder Kuchen spenden möchte, meldet sich bitte bei den Übungsleitern oder in der Geschäftsstelle. Vielen Dank!

26. SPORTFEST DER VIELFALT & 3. STOLLE SPENDENLAUF

PSV SCHWERIN ABTEILUNG JUDO

ARGUS

Wir freuen uns auf euch!

Vereinsleben

Fahrradtour

Rote Flöte

Dem Erzählen nach handelt es sich hier um die uralte Pferdwechselstation und den Rasthof Ut-spann. Die damals viel befahrene Salzstraße Wismar - Lüneburg führte direkt an ihr vorbei. Noch um 1920 herum gab es hier die Gastwirtschaft Klemkow. Sie war ein beliebtes Ausflugsziel. Lat uns eins nach Klemkow gahn - so hieß es oft. Erst 1872 kommt die Rote Flöte von Rugensee (inzwischen wurden hier 4 Häuslereien gebaut) endgültig zu Alt Meteln.

Liebe Radlers,

sowie im letzten Jahr auf Connys Bauernhof in Görslow-Ausbau besprochen, haben wir die erste Radtour für 2017 vorbereitet und mit Nati und Jürgen abgefahren.
Wir starten am Samstag, den **10.06.2017** um **13:00 Uhr** vor der Arbeitsagentur in Schwerin Lankow Margaretenhof. Mitzubringen sind wie immer, Sonnenschein und gute Laune, das Wasser zum Durstlöschen inclusive, um die 26 km zu meistern.

Von Warnitz aus geht es gleich am Ortseingang nach rechts in den Fahrweg Richtung Hansholz. Sobald wir wieder die Asphaltstraße erreicht haben, ist Moorbrink nicht mehr weit.
Von hier aus geht es direkt durch den Wald nach Klein Trebbow, wo wir am historischen Teehaus von Frau von Trotha erwartet werden. Vor den Schautafeln wird sie uns mit der Geschichte des Hitler-Attentats der Gruppe um Oberst von Stauffenberg vertraut machen, dass hier geplant wurde.

Nun geht es aber weiter Richtung Rote Flöte, dem alten Ausspann an der Salzstraße von Lüneburg nach Wismar, immer den Aubach in der Nähe. Von hier aus geht es in den jungen Frühlingswald, direkt nach Zickhusen über die B 106 Richtung Schweriner Außensee. Zuvor müssen wir in Gallentin noch durch das schmale, einzige Viadukt der Bahntrasse. Gleich danach ein Abstecher zum kleinen Badestrand, falls notwendig, können Kopf oder Füße hier gekühlt werden. Die Aussicht, die Insel Lieps, liegt mit der Südspitze zum Greifen nah, vor uns.

Jetzt ist das eigentliche Ziel, der historische Schlosspark Willigrad, mit all den schönen Rhododendronblüten nur noch einige Minuten auf dem glatten Radweg vor uns. Hier wartet wieder eine Überraschung auf uns. Ein fleißiger junger Mann wird mit Decken zum Sitzen, etwas Warmen und auch Beißbarem auf uns warten, damit wir uns stärken können.
Wer möchte, kann danach mit auf einen kleinen Spaziergang zur Elisabeth-Quelle kommen, um unterwegs rund ums Schloss die Azaleen und andere neue Pflanzungen zu bewundern.

Nach der langen Pause geht es dann über Lübstorf, Hundorf, Carlshöhe und die Nervenklinik auf dem neuen Radweg nach 12 km wieder zum Südufer des Pfaffenteiches. Hier sagen wir dann: Tschüs bis zum nächsten Mal, an der Mueßer Brücke am Störkanal.

Eure Radler Nati Spehr und Renate Kowalski

Frühjahrswanderung am 27. Mai

Am 27. Mai findet unsere geführte Frühjahrswanderung zum Groß Labenzer See und dem Mausoleum Bronzener Hirsch statt.

Streckenlänge: ca. 7 km
Treffpunkt: 9.00 Uhr an der Sporthalle Perleberger Straße für Fahrgemeinschaften und um 10.00 Uhr in Friedrichswalde/ Ortsmitte.

Anfahrt: In Richtung Brühl- Blankenberg (B104), dann in Richtung Penzlin - Friedrichswalde/Weißer Krug. Für die Anfahrt zu den Treffpunkten ist jeder selbst verantwortlich.

Umlage: 2,00 € pro Teilnehmer.
Verpflegung: aus dem eigenen Rucksack!
Organisation: Sportfreund Conni Saathoff

Rückblick - Faschingstanz

Im Februar wurde beim ARGUS-Tanz Fasching gefeiert. Viele kamen geschmückt und mit Kostümen zum Tanz. Die drei schönsten Kostüme wurden mit einer Urkunde prämiert.

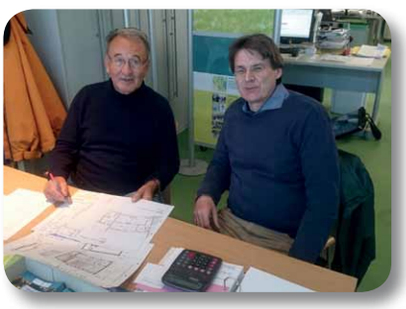
Bei Polonaise und stimmungsvoller Musik hatten wir viel Spaß und alle waren froh das diese alte Tradition wieder ins Leben gerufen wurde. Vielen Dank an die Organisatoren Evelyn und Steffen Mammitzsch, die auch die Sporthalle liebevoll geschmückt hatten.

1. Platz Rita Philipp
2. Platz Annerose Böhlke
3. Platz Christa Elgert v.l.n.r.

Vereinsinformation

Neues von unserem Schwimmhallenbau

Liebe Sportfreunde/innen,
hier, an dieser Stelle, wollen wir künftig über den Stand der Vorbereitung zum Hallenbau berichten.
Das Wort „Vorbereitung" zeigt aber auch unsere gegenwärtige Lage. Geplant war eigentlich, mit dem OB nun den Spatenstich vorzubereiten. Das wird leider noch dauern.



Herr G. Kowalski und Herr V. Tremel bei der Planung.

Noch im August tönte unser Architektenpartner von Jäger & Jäger Schwerin: Wenn ihr bis zu Weihnachten mit dem Geldzuschuss der 500 000,00€ durch seid, dann können wir loslegen und Weihnachten 2017 ist Eröffnung. Das war ein Trugschluss von uns. Der erste Plan war mit netto 970 000 Teuronen sofort zu teuer. Unsere Mitglieder haben beschlossen 500 000,00 € Kredit und 500000,00 € Zuschuss, keinen Euro darüber. Das ist Brutto – aber man kann es ja mal versuchen! Am Ende war die erste Zeichnung für den Zuschussantrag nicht am 31.08. zur Abgabe fertig. Wir mussten um Verlängerung des Antrages bitten.
Ende November war auf einmal nach der Zuteilung der Gelder nicht mehr die Rede von Weihnachten „Startbeginn", sondern mal sehen und billig sollte alles werden -ohne viel Aufwand. Bei Schäden an der Wanne sitzen wir dann aber fest!
Das machte uns stutzig und wir suchten neue Partner. Am Ende zeigte sich, in M-V ist kein Architekt zu finden, der hier eine Schwimmhalle gebaut hat. Nun hat sich nach vier Fehlversuchen das Architektenteam

Vorstandssitzung mit Architekten Frank Kirsten. 3.v.l.

Besichtigung einer Schwimmhalle

um Frank Kirsten von der Dr. Hans-Wolf-Straße 3 an der ersten Planung versucht. Es fehlten aber noch der Fachplaner für Klima und Lüftung sowie der Haustechnik. Alles nur über den Daumen, das hatte Folgen. Der erste Entwurf war mit 1. 870 000,00 € mehr als über das Ziel hinausgeschossen. Wir waren wie erschlagen, als wir nach einer Beratung in den Stadtwerken davon erfahren haben. Nun haben wir mit umfangreichen Erfahrungsaustauschen in Basthorst und zum zweiten Mal in der Blindenschule Neukloster reagiert und dabei den Architekten einbezogen.
Am 19.04.17 in der letzten Vorstandssitzung haben wir dann nach ausführlicher Diskussion beschlossen, das Wasserbecken auf 75 m ² zu verkleinern. Von dieser Ausgangsposition soll dann die Umhüllung neu geplant werden, nachdem der Klimaanlagenbauer und der Haustechnikplaner noch ihre Maße geliefert haben. Wir müssen unterkellern, um die aufwendige Technik unterzubringen und auch den Service in 20 Jahren noch zu gewährleisten. Für diesen objektiven Mehrbedarf wollen wir nun beim OB um Hilfe bitten. Bis zum 30.04.17 war der Abgabetermin für den Antrag auf einen InvestitionZuschuss bei der Stadt. Daran arbeiteten wir nun konsequent und warteten auf den Anruf aus dem OB Büro.
Heute war es nun soweit. Gemeinsam mit Hans Honsberg und unserem GF Volker Tremel waren wir bei Dr. Badenschier. Anschließend hat uns noch der stellv. Amtsleiter Sport weitere hilfreiche Hinweise gegeben. Im Moment werden in Lichtenstein bei Chemnitz schon unsere neuesten Unterlagen geprüft. Bauconzept hatte die Schwimmhalle auf dem Dreesch gebaut und bereits von unserem Vorhaben gehört. Schaun mer mal! **GK**

Einführung einer Mehraufwandspauschale für Nicht-Mitglieder im Reha-Sport zum 1.7.2017

Der ARGUS e.V. ist Leistungserbringer im Rehabilitationssport in Schwerin. In unserem breitgefächerten Angebot von über 90 Reha-Sportstunden pro Woche bieten wir ein passgenaues Übungsstundenangebot.
In einer Probestunde wird durch erfahrene und hochqualifizierte Übungsleiter die am besten geeignete Reha- Sportstunde ausgesucht. Gemeinsam mit den Wünschen, die wir im Aufnahmegespräch dokumentiert haben, erhalten alle Teilnehmer ein optimales Angebot, um die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden nachhaltig zu verbessern.
Das gesamte ARGUS-Team steht für alle Fragen zur Seite, egal ob organisatorisch, sportlicher oder medizinischer Natur, und durch den Neubau der eigenen ARGUS – Halle haben wir auch eine hervorragende Infrastruktur anzubieten.
Damit diese Rahmenbedingungen auch zukünftig angeboten werden können, ist es erforderlich, dass unsere Leistungen auch entsprechend honoriert werden. Für den zu erbringenden Mehraufwand berechnen wir zukünftig ab dem 1.7.2017 eine Mehraufwandspauschale für den Personenkreis der Nichtmitglieder. Bei den Mitgliedern wird dieser Mehraufwand bereits durch den Mitgliedsbeitrag erstattet.

Die Mehraufwandspauschale für Nichtmitglieder berechnet sich nach der Anzahl der verordneten Übungseinheiten:

45 Einheiten = 100,00 €	Abbuchung: 4 x 25,00 €
50 Einheiten = 100,00 €	Abbuchung: 4 x 25,00 €
90 Einheiten = 175,00 €	Abbuchung: 7 x 25,00 €
120 Einheiten = 225,00 €	Abbuchung: 9 x 25,00 €

Die Mehraufwandspauschale wird jeweils zu Beginn des Quartals fällig in dem der Beginn der Verordnung liegt und wird per Lastschrift eingezogen. Zu diesem Zweck erteilt der Teilnehmer dem Verein die Einzugsermächtigung mit den erforderlichen Daten.
Für die Teilnehmer, die bereits als Nichtmitglied am Reha-Sport teilnehmen, wird ein Betrag entsprechend der Regelung für die Anzahl der am Stichtag noch offenen Teilnahmen fällig. Auch hier haben die Teilnehmer die Einzugsermächtigung mit den entsprechenden Daten zu erteilen. Bei Barzahlung wird der gesamte Restbetrag sofort fällig.

Diese Regelung tritt durch Beschluss des Vorstandes mit Wirkung vom 19.4.2017 in Kraft.

Kummerkasten

kummerkasten@argus-schwerin.de

Es sind noch freie Plätze bei folgenden Angeboten:

Tai-Chi-Chuan
Montag 18.00 Uhr
Mittwoch 12.15 Uhr

YOGA
Dienstag 12:00 Uhr
Mittwoch 19:00 Uhr

Nordic Walking
Donnerstag 10:00 Uhr

Bei Interesse in der Geschäftsstelle melden.

Beirat für Gesundheit und Sport

Der Grad der sportlichen Ausbildung und Betreuung unserer Vereinsmitglieder ist im wesentlichen vom sportlichen, pädagogischen und psychologischen Wissen und Können unserer Übungsleiter abhängig.
Die erreichte hohe Qualität zeigt sich täglich in den einzelnen Übungsstunden. Durch fachspezifische Weiterbildungsmaßnahmen, den Erfahrungsaustausch untereinander und der gezielte Einbeziehung der Übungsgruppenteilnehmern in das sportliche und gesellschaftliche Leben in unserem Verein wollen wir das erreichte Niveau erhalten und punktuell verbessern. Dazu werden wir den Fachbeirat für Gesundheit und Sport aufbauen. Der Fachbeirat soll diese Aufgaben koordinieren, lenken und leiten. Interessenten und Mitstreiter sind willkommen.

SH

Änderung der ARGUS - Beitragsordnung

Die Beitragsordnung vom 21.11.2007 wurde aktualisiert. Die wichtigste Änderung ist die Abschaffung der Beitragsfreistellung.
Aus diesem Grund werden alle Mitglieder aufgefordert, die bisher als „beitragsfrei" oder als „Beitrag ruhend" eingestuft sind, sich umgehend in der Geschäftsstelle zu melden, damit eine entsprechende Änderung vorgenommen werden kann.
Zukünftig gibt es nur unter folgenden Voraussetzungen statt des ordentlichen Mitgliedsbeitrages die Möglichkeit einer Ermäßigung (50 Prozent):
1. Eine aktive Mitgliedschaft ist krankheitsbedingt nicht möglich (ist mit einem Attest zu belegen).
2. Es liegt eine soziale Härte vor (Es ist ein begründeter schriftlicher Antrag erforderlich).

VT

Sporthalle - Dach immer wieder undicht

Liebe Sportfreunde/innen,
leider schon seit langem gibt es immer wieder Meldungen, dass auf der Ostseite der Sporthalle Wasser an der Kuppel eindringt. Leider wurde durch den nachträglichen Einbau der beiden großen Lüfter die Werksgarantie der Dachdeckerei außer Kraft gesetzt,

Eine Dach-Kuppel haben wir mit neuer Dichtung versehen und wieder fest verschraubt. Leider ist damit die undichte Stelle noch nicht gefunden.

weil diese keine Zustimmung für den Anbau gegeben hatte. Nun sind wir der Haase und die beiden beteiligten Firmen sind die Igel!
Letzte Woche waren wir nun mit Volker und Steffen selbst auf dem Dach, um nach der Ursache zu

suchen. Es zeigte sich, dass eine der Halteschrauben der Kuppel, gerade auf der Wetterseite, lose im Loch steckt. Das wollen wir nun zügig reparieren und auch noch einen kleinen Riss verspachteln. Aber das Wetter bremst uns leider aus. Bei 5 Grad C härtet leider kein Harz aus. Sobald es wieder trocken und über 10 Grad C warm ist. nehmen wir die Kuppel ab und setzen auch gleich ein neues Dichtband unter die Haube. Wir hoffen, es gelingt und mit 30 € Materialeinsatz kommen wir noch gut klar – jedenfalls mit unser äußerst sparsamen Büroleiterin, die hierbei immer das letzte Wort hat.

Euer **Gerhard Kowalski**

Lieber Sportfreund Englin,

nur noch 10 Jahre und dann kommt die große Zahl 100!!! Tusch!!!
So wünscht Dir der Vorstand für diesen heutigen kurzen „Wartetag" alles, alles Gute. Wir sehen eine schöne Feier im Kreise der Herzsportler, sicherlich wird das in der Familie weitergehen.

Wer bei ARGUS seit vielen Jahren Sport treibt, dessen Gesundheit bleibt weiterhin lebenswert erhalten. In dieser Frage bist Du einfach unser großes Vorbild. Wir werden den Versuch machen, auch in Deine Fußstapfen zu treten. Schon in 5 Jahren werden wir uns wieder melden, weil dann nur noch 60 Monate vor der großen Feier stehen. Wir wollen dann auch alle an diesem schönen Ereignis teilnehmen. Mit diesem Versprechen verbleibt Dein Vorstandsvorsitzender Gerhard Kowalski

Eine Frauentags - Fahrt mit Hindernissen in Wismar

Das war es zum diesjährigen 8ten März. Viele Frauen mit dem gleichen Gedanken einer frohen Zusammenkunft mit Musik, Tanz und auch einem Überraschungsgast waren in Wismar versammelt. Sogar eine Modenschau rundete das Programm ab. Von ARGUS, der Volkssolidarität und anderen Organisationen waren die Gäste, organisiert über Reichelt Touristik Schwerin angereist.
Aber es ging nicht alles so glatt ab wie bei unser Hamburg Reise im November. Sekt allein braucht schon zum Anstoßen genügend Gläser, der Kaffee sollte auch heiß und ausreichend serviert werden. Der Moderator Kuchenbecker gestand am Ende ein: Der Wismaraner Veranstalter war wohl einfach durch die große Anzahl der Gäste überfordert.
Reichert Touristik ist unser Vertragspartner und war schon über die Probleme informiert, als ich gestern dort war, um das Problem zu klären. Herr Reichert bot daher sofort für jeden Gast als „Schmerzensgeld" einen Gutschein über 5 € an, die dann zu unserem Büro gebracht werden.
Dieser kann dann jeweils bei anderen Reisen mit angerechnet werden. Wir haben ja im Herbst eine Fahrt nach Hamburg zur neuen Oper mit einem Besuch des Hamburger Domes am späten Nachmittag geplant. Da sind schon zwei heiße Eierpunsch oder Glühwein kostenfrei!!

Weiterhin frohe Reisen mit viel Spaß wünscht Euer Irmchen von der AG Vereinsleben

Liebe Sportfreunde/innen

Mit den Busfahrten in diesem Winter können wir nicht so richtig zufrieden sein. Über 60 Frauen hatten sich für die Feier in Wismar angemeldet. Mit dem Unternehmen Reichert war alles besprochen worden, u.a. auch, dass vorn die Busse das große Schild ARGUS an der Scheibe haben. Nix war davon wahr, als es losging. Wir waren nicht die Einzigen, die eine solche Fahrt nach Wismar organisiert hatten. Welcher Bus war nun für uns, war die Frage.
Alle meine Ermahnungen: „Wartet bitte, die Busse kommen doch nacheinander!", zu einem geordneten Einsteigen waren umsonst. Alle stürmten los. Also bitte bei kommenden Fahrten einfach dem Vorstand vertrauen, ohne Schaden auf den Bus warten. Der Wunsch des Unternehmens künftig den Einstiegsort mit in die Liste zu nehmen, kann erfüllt werden. Dann wissen die Fahrer wie viele Personen steigen dort dazu!
Die Feierstunde in Wismar war nicht für alle Teilnehmer glücklich, wie die Anrufe und Hinweise gezeigt haben, auch wenn zwei Teilnehmerinnen sich lobend geäußert haben. Das Unternehmen Reichert hatte bereits Kenntnis von den dortigen Umständen und gewährt daher dem ARGUS e.V. für die nächste Fahrt 305 € Guthaben. Wer bei der kommenden Busfahrt mitkommt, erhält also 5 € vom Preis abgezogen. Wer nicht mitfahren kann, geht dann leider leer aus, sonst ist der Aufwand für das Büro nicht zu bewältigen.
Die Fahrt nach Stettin konnte nicht durchgeführt werden, da nur 26 Teilnehmer gelistet wurden. Erst nach der Absage meldeten sich noch 7 Sportfreunde, so dass der Bus doch voll geworden wäre. Fazit – bitte rechtzeitig anmelden, dann passiert das nicht.
Euch allen weiter angenehme Stunden mit unseren Fahrten! Euer

Joachim Tittelbach Stellv. Vorstandsvorsitzender

Vereinschronik

Teil 2 von 1995 bis 1999

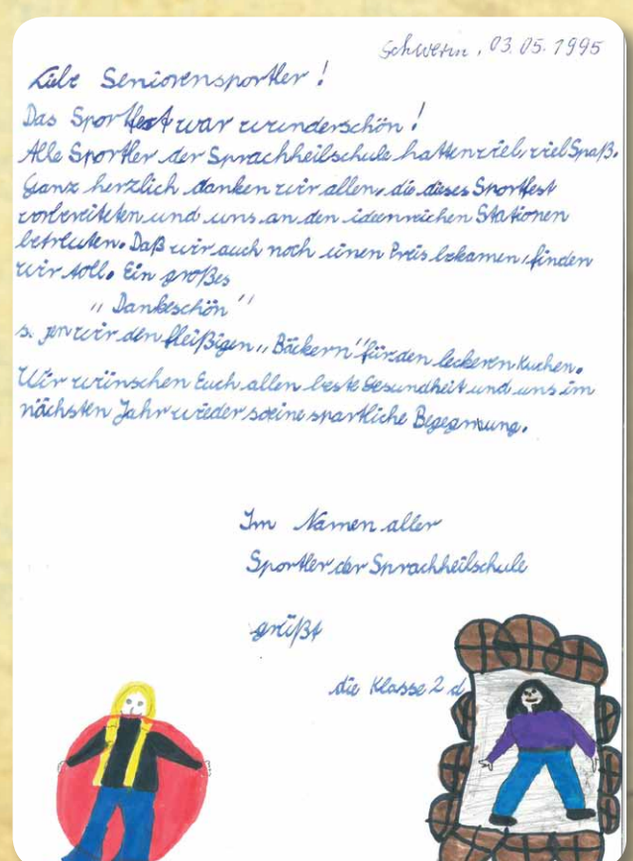
1995 Am 11. Januar 1995 führten wir unser 1. Spiel- und Sportfest der Senioren mit ihren Enkelkindern durch. Es war das erste Sportfest dieser Art. Hier wurden unterschiedliche Generationen durch Spiel und Sport zusammengeführt. Das Sportfest stand unter dem Motto „Freude und Spaß gehen vor Leistung und Ehrgeiz, keine Titel und Bestmarken, keine Sieger und Besiegten“. Schirmherr des Sportfestes war der Schweriner Oberbürgermeister Herr Kwaschik.

Ein voller Erfolg war das 1. Spiel- und Sportfest der Senioren mit ihren Enkelkindern. An zahlreichen Stationen, wie hier beim Kegeln, konnten sich jung und alt messen.

Die 500 Teilnehmer konnten an 16 Stationen und einer Hüpfburg ihr Können unter Beweis stellen. Das Sportfest wurde durch den Seniorenbeirat der Stadt Schwerin aktiv und finanziell (500,- DM) unterstützt.

Stellvertretend für die gute Arbeit unserer Abteilung durfte Herr Högerle am Neujahrsempfang 1995 des Ministerpräsidenten des Landes M-V teilnehmen.

Frau Honsberg wird auf der Mitgliederversammlung am 30. März 95 in das Präsidium des SSC e.V. gewählt. Damit wurde endlich der größten Abteilung des SSC ein Mitspracherecht bei wesentlichen Entscheidungen des Sportvereins zugestanden.



Schwerin, 03.05.1995

Liebe Seniorensportler!

Das Sportfest war wunderschön!
Alle Sportler der Sprachheilschule hatten viel, viel Spaß.
Ganz herzlich danken wir allen, die dieses Sportfest vorbereiten und uns an den abwechslungsreichen Stationen betreuten. Daß wir auch noch einen Preis bekamen, fanden wir toll. Ein großes
„Dankeschön“
an unsere fleißigen „Bäckern“ für den leckeren Kuchen.
Wir wünschen Euch allen beste Gesundheit und uns im nächsten Jahr wieder solche sportliche Begegnung.

Im Namen aller
Sportler der Sprachheilschule
grüßt
die Klasse 2 d

Am 26. April fand das zweite Spiel- und Sportfest der behinderten Kinder und Jugendlichen der Schweriner Schulen der Stadt Schwerin statt. 80 Helfer unserer Abteilung betreuten 560 behinderte Kinder und Jugendliche.

Unsere Abteilung organisierte am 17. und 18. Juni zum zweiten Mal die Landesmeisterschaften der lernbehinderten Kinder und Jugendlichen des Landes M-V in der Leichtathletik. 40 Mitglieder unserer Abteilung betreuten 460 Kinder und Jugendliche aus ganz M-V.

Bei den Damen war besonders Gymnastik gefragt.

37 Mitglieder unserer Abteilung nahmen an den Seniorensportspiele M-V in Stavenhagen teil. Bei dieser Veranstaltung übernahm unsere Abteilung durch Herrn Högerle die Station Stuhlgymnastik. 800 der 2500 Teilnehmer besuchten unsere Station und konnten die Stuhlgymnastik einmal ausprobieren.
Am 1. Juli ging es mit 54 Teilnehmern zur Nordsee zum Schollenessen. Vielen Dank für die Organisation durch Frau Ansperger.
Da das 1. Spiel- und Sportfest der Senioren mit Enkelkindern ein großer Erfolg war, beschlossen wir, in den Herbstferien ein 2. Sportfest durchzuführen. Auch dieses Sportfest, mit 340 Teilnehmern, war ein großer Erfolg. Schirmherrschaft hatte der Schweriner OB Norbert Clausen.

Wir bestehen schon 5 Jahre

Anlässlich unseres 5-jährigen Bestehens wurde eine Feierstunde am 2. Dezember mit anschließendem Tanz organisiert.
Ende 1995 hatte unsere Abteilung 467 Mitglieder die in 32 Übungsgruppen Sport treiben.

1996 Am 18. April führten wir das 3. Behindertensportfest der Kinder und Jugendlichen der Schweriner Schulen durch. 80 Seniorinnen und Senioren betreuten 640 Teilnehmer.Der Landesausscheid der lernbehinderten Kinder und Jugendlichen M-V in der Leichtathletik wurde am 7. Juni durchgeführt. 40 ehrenamtliche Helfer unserer Abteilung betreuten die Sportstationen , an denen sich 450 Kinder und Jugendliche messen konnten. Im September gründet sich eine Diabetikersportgruppe. Damit wurde erstmalig in einem Sportverein in M-V den Diabetikern eine sportliche Heimstatt angeboten. 11 DiabetikerInnen vom Typ 1 und 2 sowie Pumpenträger trafen sich bei medizinischer Betreuung regelmäßig zum Sport.

Die vierjährige Marie und ihr Opa Kurt Born (70) lernen zusammen das „Skifahren“ in der Halle.

Mit 25 Seniorinnen und Senioren ging es am 12. September zum „Vogelpark in Dümmer“ und am 1. Oktober ging es per Fahrrad über Görslow nach Leezen, Fahrstrecke ca. 36 km.

Auch solche Besuche zählen zu unserem Programm. Bei schönem Wetter im Vogelpark Dümmer.

Am 11. Oktober fand unser 4. Seniorensportfest mit Enkelkindern statt. 280 Senioren und Enkelkinder nahmen daran teil.
Frau Edith Paetzel, Herr Karl Budras und Herr Bruno Pliquett trugen in erheblichen Maße dazu bei, dass sich unsere Abteilung so rasant entwickelt und hohe Anerkennung im Territorium Schwerin gefunden hat. Sie durften sich für diese Leistung in das Ehrenbuch der Stadt Schwerin eintragen.
Ende 1996 hat unsere Abteilung 32 Sportgruppen mit insgesamt 450 Mitgliedern.

1997 Unsere Abteilung erhält eine hohe Anerkennung für ihre bisherige Arbeit. Am Bundeswettbewerb „Bewegung, Sport und Spiel im Alter“ nahmen 872 Vereine aus der gesamten Bundesrepublik teil. 28 Preisträger wurden ausgewählt, unter ihnen wurden 15 mit einer Urkunde und einer Geldprämie geehrt. Zu diesen Ausgezeichneten zählten auch wir.
Die Preisverleihung fand am 23. Januar in Berlin statt.

URKUNDE

Bundeswettbewerb
Bewegung, Spiel und Sport im Alter

Schweriner Sportclub e.V.
Abt. Senioren- und Behindertensport

ERHÄLT FÜR SEINEN WETTBEWERBSBEITRAG EINEN PREIS

BERLIN, DEN 23. JANUAR 1997

CLAUDIA NOLTE
BUNDESMINISTERIN FÜR FAMILIE, SENIOREN, FRAUEN UND JUGEND

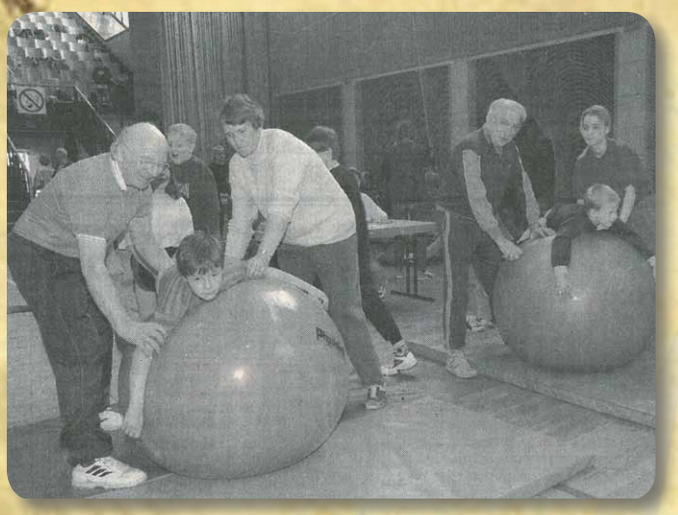
Unter dem Motto „Fit in den Frühling“ fand am 5. Februar unser 5. Seniorensportfest mit Enkelkindern statt. Ca. 400 Senioren und Enkelkinder hatten viel Spaß in der Sport- und Kongresshalle. Als Moderator fungierte erstmalig Herr Kohse, ehemaliger bekannter Sportreporter der DDR.

Herr Fritz Löst begeistert mit viel Rhythmus und Schwung und bereitet so die Sportfestteilnehmer auf die kommenden Übungen vor.

Eine neue Entwicklungsetappe in unserer Abteilung begann am 17. Februar mit der Gründung der ersten Osteoporose-Sportgruppe in Mecklenburg-Vorpommern.
Im April trafen sich 650 behinderte Kinder und Jugendliche aus Schwerin und Umgebung zum 4. Spiel- und Sportfest. Eine Hauptattraktion war wie immer der riesige Kuchenbasar, der von unseren Seniorinnen mit viel Liebe erstellt wurde.

Da läuft einem das Wasser im Mund zusammen. Mit viel Liebe bereiten unsere Senioren den selbstgebackenen Kuchen für den Ansturm der Kinder und Jugendlichen vor.

Der Landesausscheid der lernbehinderten Kinder und Jugendlichen des Landes M-V fand dieses Jahr am 6. Und 7. Juni statt. 35 Mitglieder unserer Abteilung unterstützten den Behindertenverband M-V bei der Organisation und Durchführung.



600 Mädchen und Jungen beim Sport- und Spielfest der Schweriner Sonderschulen. Das bunte Treiben in der Sport- und Kongresshalle erlebte in diesem Jahr bereits seine vierte Auflage.

Die Stadt Lübz war in diesem Jahr der Austragungsort der „2. Seniorensportspiele M-V. Unsere Delegation bestand aus 63 Sportler/-Innen. Wie im letzten Jahr übernahm unsere Abteilung wieder die Station Stuhlgymnastik, an der mehr als 800 Seniorinnen und Senioren teilnahmen.
Spiel und Spaß gab es am 8. Oktober mit 300 Senioren mit ihren Enkelkindern in der Sport- und Kongresshalle Schwerin.
Ende 1997 hatte unsere Abteilung bereits 32 Sportgruppen mit 525 Mitglieder.

1998

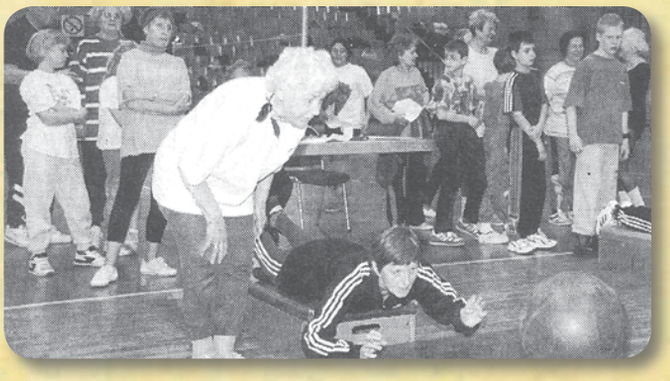
650 Kinder vereinte am 1. April das 5. Spiel- und Sportfest der Schweriner Sonderschulen in der Sport- und Kongresshalle. Dabei stand für die Mädchen und Jungen mit unterschiedlichen Behinderungsgrad der Spaß am Sport im Vordergrund. Rund 100 Senioren kümmerten sich an verschiedenen Stationen um das Wohl der Kinder.

Die Mädchen und Jungen der sieben Schweriner Sonderschulen hatten bei der fünften Auflage ihres Spiel- und Sportfestes viel Spaß und wurden von den Senioren-Sportlern des Schweriner SC bestens betreut.

Rund 300 Senioren und deren Enkel trafen sich am 7. April in der Sport- und Kongresshalle zum 7. Spiel- und Sportfest. Alle 15 Turnstationen vom Eierlauf über Kegeln oder Torwandschießen wurden rege genutzt.
20. Oktober, 8. Spiel- und Sportfest der Senioren mit Enkelkindern. Nicht Siege stehen bei diesem Hallensportfest im Vordergrund, sondern das aktive Dabeisein und die Begegnung von Jung und Alt nach dem Motto des Internationalen Jahres der Senioren 1999 „Eine Gesellschaft für alle Lebensalter“.
Ende 1998 hatte unsere Abteilung 523 Mitglieder.

1999

Am 8. Februar fand das 9. Spiel-



und Sportfest der Senioren mit Enkelkindern statt. Beim Kastenzielwurf aus der Bauchlage war nicht nur ein gutes Auge gefragt.
In diesem Jahr fanden die 3. Seniorensportspiele M-V in Anklam statt. Ein attraktives und abwechslungsreiches Programm mit einer Mischung aus Sport, Spiel und Kultur wurde geboten.
10. Spiel und Sportfest der Senioren mit ihren Enkelkindern, unter dem Motto „Wer rastet der rostet – fit in den Winter“ fand am 19. Oktober statt. Ende 1999 hatte unsere Abteilung 604 Mitglieder.

Vereinsreisen

Gemeinsam mit Preuß Reisen möchten wir nun wieder Reisen anbieten, die nur für ARGUS-Mitglieder reserviert sind. Zunächst werden pro Jahr 4 Tagesreisen und 4 Mehrtagesreisen angeboten.
Information, Anmeldung und Durchführung werden wie folgt realisiert. Die Informationen erhalten alle ARGUS-Mitglieder über die Übungsleiter, unser Journal und die ARGUS - Internetseite. Außerdem liegen die Anmeldeformulare auch in der Geschäftsstelle aus. Die ausgefüllten Anmeldeformulare müssen im Reisebüro Preuß abgegeben werden. Preuß Reisen übernimmt die gesamte weitere Abwicklung. Sollten sich nicht genügend Teilnehmer für eine Reise anmelden, werden Sie rechtzeitig von Preuß Reisen über die Stornierung der Reise informiert.

Tagesausflug nach Stettin am 3. August 2017

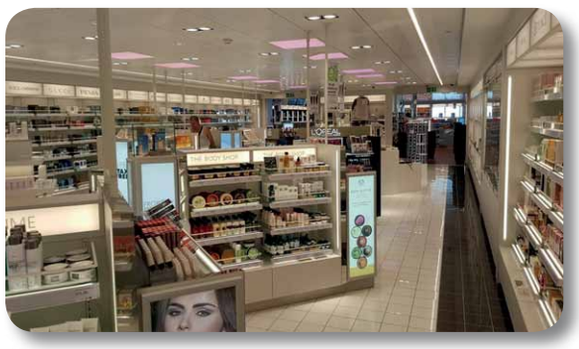
Stettin (Szczecin) ist mit etwa 400.000 Einwohnern die größte Stadt im Nordwesten von Polen und die politische, kulturelle und wirtschaftliche Hauptstadt von West-Pommern. Die Altstadt, die historischen Gebäude an der Oderpromenade und das Schloss der pommerschen Herzöge sind einen Besuch wert. In Stettin gibt es einige große Einkaufs-zentren und ein lebhaftes und abwechslungsreiches Kulturangebot. Am Vormittag lernen Sie diese interessante Stadt an der Oder während der Stadtführung kennen. Nach dem Mittagessen unternehmen Sie eine Schifffahrt und haben Freizeit zum Bummeln oder Shoppen.

Reiseablauf:
07:00 Uhr ab Schwerin, Hbf Grunthalplatz, Busanreise nach Stettin.
10:15 Uhr an Stettin, Plac Rodla, Treff mit der Stadtführerin Frau Anna Przytula am Radisson SAS, geführte Stadtrundfahrt in Kombination mit Rundgängen zur Hakenterrasse und zum Schloss.
12:15 Uhr Mittagessen (Zweigang-Menü) im Restaurant CONTINENTAL.
14:00 Uhr einstündige Schifffahrt auf der Oder, danach Fahrt zum polnischen Einkaufsmarkt, Freizeit auf dem Markt,
Ca. 16:30 Uhr Heimreise - Änderungen im Programmablauf vorbehalten!
Leistungen: Busfahrt, Stadtrundfahrt, Mittagessen, Schifffahrt.
Preis p.P.: 56,00 € (Mindestteilnehmerzahl 25)

Mini-Kreuzfahrt mit Scandlines und Warnemünde am 20.9.17

Wir erwarten Sie zu einer Reise nach Rostock. Vom Überseehafen starten Sie zu einer Mini-Kreuzfahrt mit dem neuen Fährschiff „Berlin" der Reederei Scandlines auf der Route Rostock-Gedser-Rostock. An Bord der neuen Fähre erwartet Sie ein maritimes Erlebnis der Extraklasse. Das besondere nordische Design, modernste Serviceeinrichtungen und ein riesiges Sonnendeck machen die kleine Seereise zum unschlagbaren Preis zu einem einzigartigen Erlebnis! An Bord hält Scandlines Erlebnisse für alle Altersgruppen bereit. Der Onboardshop und die Parfümerie halten ein großes und attraktives Parfüm- und Kosmetiksortiment bereit. Zudem finden Sie eine große Auswahl an Weinen, Spirituosen sowie Süßigkeiten und Accessoires. Das Scandlines Buffet im vorderen Teil des Schiffes bietet für über 300 Gäste eine reiche Auswahl an kalten und warmen Speisen, Eis, Obst, Kuchen sowie kalten und warmen Getränken, Bier und Wein. In der Mitte der Fähre befindet sich die FoodXpress Cafeteria mit ebenfalls 300 Plätzen. Nach der Seereise genießen Sie einen freien Nachmittag im Ostseebad Warnemünde.

Reiseablauf:
08:45 Uhr ab Schwerin, Hbf Grunthalplatz, Busanreise nach Rostock.
10:15 Uhr an Rostock, Überseehafen, Port-Center,
10:45 Uhr Fahrt mit dem Shuttle-Bus zum Fährschiff.
11:00 Uhr Abfahrt der Fähre nach Gedser, genießen Sie die Annehmlichkeiten des modernen Fährschiffes während der Überfahrt nach Gedser.
13:00 Uhr Rückreise nach Rostock, im Buffet sind Plätze reserviert, bedienen Sie sich am reichhaltigen Scandlines Buffet.
14:45 Uhr Ankunft im Überseehafen Rostock, Busfahrt nach Warnemünde.
15:30 Uhr an Warnemünde, Freizeit.
Ca. 17:30 Uhr Heimreise - Änderungen im Programmablauf vorbehalten!



Leistungen: Busfahrt, Schifffahrt mit Scandlines-Buffet all inklusive, Freizeit in Warnemünde.
Reisepreis: 62,00 € pro Person (Mindestteilnehmerzahl 25)

Anmeldung:
Die Anmeldeformulare erhaltet ihr bei eurem Übungsleiter oder im ARGUS-Büro. Das ausgefüllte Formular gebt bitte direkt im Reisebüro Preuß Reisen ab. Die Sitzplatzreservierung erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen.

Gehirn-Jogging

Sudoku

Sudoku ist ein Zahlenrätsel, welches aus einem Gitterfeld aus neun Reihen mit je neun Kästchen besteht. Dieses muss so ausgefüllt werden, dass die Zahlen von 1 bis 9 nur einmal in jeder Reihe, in jeder Spalte und in jedem Block aus drei mal drei Feldern erscheinen. Dafür sind jeweils nur einige wenige Zahlen vorgegeben. Jedes Sudoku hat nur genau eine richtige Lösung.

Einfach

	2		7		3		4	
1								9
		9		1		6		
	6	1		5		9	8	
	9			4			1	
	7	4		2		3	5	
		3		8		5		
6								7
	1		5		6		2	

Schwer

5			2					
6	4			9				
		8				6	9	
	7		4		5			2
8			6		9			4
2			8		1		3	
	1	5				7		
				8			2	1
					3			6

Knobelaufgaben

Musikstück
Ein Geigenspieler spielt ein 12 Strophen-Musikstück in 30 Minuten. Wie lange brauchen 6 Geigenspieler für das Musikstück?

Erfindung
In vielen Bauwerken – die zum Teil schon mehrere hundert Jahre alt sind – kann man eine Erfindung bewundern, durch welche der Besitzer in die Lage kommt, durch Wände sehen zu können. Um welche Erfindung handelt es sich?

Töchter
Der Vater von Monika hat fünf Töchter: Lele, Lala, Lulu, Lolo. Wie heißt die fünfte Tochter?

Wegwerfen
Wenn man es braucht, wirft man es weg, wenn man es nicht braucht, holt man es wieder zurück. Was ist das?

Auflösung Heft 1/2017

Laubhaufen
einen Laubhaufen

Regenwurm
Weder noch, der Regenwurm ist Zwitter, daher gibt es kein Männchen und Weibchen.

Röhre
Peter und Paul haben nicht gleichzeitig in die Röhre geschaut

Leine
Die Pfähle haben einen Abstand von 0 m, so dass die Leine komplett durchhängt.

Bei Tai Chi Chuan noch Plätze frei

Die korrekte Bezeichung lautet „Taijiquan", meist wird es bei uns aber nur kurz Tai-Chi genannt. In China ist Tai-Chi ein Volkssport, und auch in Deutschland wird die Methode immer beliebter – als Bewegungform und Gymnastik, die Geist und Körper fördert.

Tai Chi Chuan und die gesundheitlichen Wirkungen
Tau Chi Chuan hat eine umfassende Auswirkung auf das gesamte Körper-, Geist-, seelische Gleichgewicht des Menschen. Ziel der Übungen ist immer eine umfassende Harmonisierung und Zentrierung des Menschen auf seine eigene Mitte.

Einige wichtige Auswirkungen:
- Stressabbau
- Lösung von Verspannung
- Koordination und Beweglichkeit verbessern sich
- Kopfschmerzen, seelische Blockaden können gelindert werden
- die eigene Lebensphilosophie verändert sich in Richtung Gelassenheit, im Hier und Jetzt zu sein, achtsamer mit dem Leben umgehen.

Seniorensportspiele in Güstrow

9.30 Uhr Begrüßungsprogramm, Marktplatz Bühne
10.00 Uhr Eröffnung der 12. Seniorensportspiele, Marktplatz Bühne

Mitmachangebote für Jedermann
„Rund ums Rathaus" und Bühne
Marktplatz von 11.00 – 15.30 Uhr

Ohne Voranmeldung gibt es ein vielfältiges, kurzweiliges Sportangebot zum Mitmachen, Ausprobieren oder Zuschauen: Handicap-Sport, Sportmobil, Schach, Gesundheitssport, Tischtennis, Fechten-Treffermessgerät, Rettungssport, Seniorentanz, Zumba, Alltags-Fitness-Programm, Alltags-Fitness-Test, Bankdrücken, Lichtpunktschießen.
Wer mit dem Bus nach Güstrow fahren oder an Aktionen mit Voranmeldung teilnehmen möchte, meldet sich bitte bis zum 9. Mai an. Bei Nachmeldungen bitte direkt beim Stadtsportbund melden.

Impressum:

Herausgeber:
ARGUS e.V.
Wittenburger Str. 116,
19059 Schwerin

Auflage: 1500 Stück
Erscheinungsweise:
vierteljährlich
(Februar, Mai, August, November)

Leitung und V.i.S.d.P.:
Gerhard Kowalski

Redaktionsteam:
Gerhard Kowalski, Katrin Wächter,
Dr. Siegfried Högerle,
Helga Honsberg,
Steffen Mammitzsch

Korrekturlesung:
Renate Kowalski / Katrin Wächter

Satz und Layout:
Steffen Mammitzsch
Druck: www.wirmachendruck.de

Internet: www.argus-schwerin.de
E-Mail: info@argus-schwerin.de

Tel.: 0385 75 89 040

Vorstand:
Gerhard Kowalski
Joachim Tittelbach
Hans-Rüdiger Honsberg
Dr. Siegfried Högerle
Heidi Tropp

Geschäftsführer:
Volker Tremel

Leserbriefe und Veröffentlichungen anderer Autoren müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen.

Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte, Bilder und Zeichnungen wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion behält sich das Recht auf Kürzung vor.
Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 15. April 2017.

Öffnungszeiten:
Telefonservice
Montag und Dienstag
9.00 - 17.00 Uhr
Geschäftsstelle geöffnet
Mittwoch 9.00 - 18.00 Uhr
Neuaufnahmen nach Vereinbarung
Donnerstag 9.00 - 18.00 Uhr

ARGUS e.V.

AKTIV-REHABILITATIONS-GESUNDHEITS- UND SENIORENSPORT

Der Verein

ARGUS e.V. ist ein gemeinnütziger Anbieter von Gesundheits-, Senioren- und Breitensport.
ARGUS e.V. ist in Schwerin die Nr. 1, wenn es um bezahlbare Sportangebote ohne soziale Barrieren oder Altersgrenzen geht. Bei ARGUS e.V. treiben ca. 2000 Schwerinerinnen und Schweriner in mehr als 100 Gruppen Sport. Der Sport bei ARGUS e.V. dient dem vorbeugenden Fitnesserhalt als auch der Wiedererlangung wichtiger körperlicher Funktionen für den Alltag. Die Angebote richten sich vorwiegend an Senioren, wobei auch zunehmend Jüngere den ARGUS e.V. als qualitativ ansprechende Alternative zu hochpreisigen Fitnessangeboten erkennen. Die verschiedenen Gruppen mit zehn bis zwanzig Teilnehmern trainieren ein- bis zweimal wöchentlich und werden von der ersten bis zur letzten Minute von qualifizierten Übungsleitern betreut. Das sporttherapeutische Konzept von ARGUS e.V. bezieht Behinderungen ebenso ein wie altersbedingte körperliche Beeinträchtigungen.

Sämtliche Angebote stehen als „Schnupperstunden" allen Unentschlossenen offen. ARGUS-Mitglieder erleben gemeinsam Freude am Sport und stellen sich so gegen Isolation und Resignation. Mit der Zugehörigkeit zum ARGUS e.V. verbinden viele auch die Möglichkeit, sich sozial zu engagieren und Gleichgesinnte zu treffen. Ehrenamtlich tätige Mitglieder, die im Vereinsleben für Abwechslung sorgen, haben ein weites Betätigungsfeld.

Das Angebot

Rehabilitationssport

- Gymnastik
  - Lungensport
  - Knieschule
  - Nordic Walking
- Wassergymnastik
- Herz- und Kreislaufsport

Präventionskurs

- Nordic Walking

Breitensport

- Fitness für Jedermann
- Fußball
- Volleyball
- Rollstuhlbasketball

Zusatzangebote

- Yoga
- Aquajogging
- Tanz Dich Fit
- Tai Chi Chuan
- Aerobic