



SV 09 MAGAZIN

Vereinszeitung des SV Hüsten 09

Ausgabe März 2014



HARTE ZEITEN WARTEN AUF 09!
PUNKTE MÜSSEN JETZT HER!
DIE MANNSCHAFT BRAUCHT DIE FANS!



TSCHÜSS

süß

ALKOHOLFREI
22 kcal / 100 ml

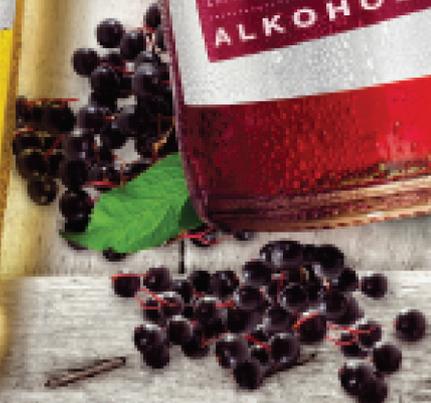
ISOTONISCH



ALKOHOLFREI
23 kcal / 100 ml

SPRITZIG

HOLUNDER
23 kcal / 100 ml
ERFRISCHEND-SPRITZIG
ALKOHOLFREI



**Liebe Fußballfreunde, liebe Gäste,
sehr geehrte Damen und Herren,**

Ich möchte Sie alle ganz herzlich an dieser Stelle begrüßen und die Gelegenheit nutzen, um mich für die Unterstützung in der Hinrunde des Spieljahres 2013|14 zu bedanken. Es ist wirklich ein tolles Erlebnis, im Hüstener Stadion Große Wiese vor einer stets zahlreich vertretenen Zuschauerkulisse spielen zu können. Vielen Dank!



Nachdem die Hinrunde für uns auf dem 13. Tabellenplatz und somit auf einem Nichtabstiegsplatz endete, gab es in der Winterpause einige Veränderungen. Nicht mehr im Kader sind die Winterabgänge Marvin Frerkes, Jan Schröder, Jan Schäfer und Veton Veliq, die sich allesamt neuen Vereinen anschlossen. Neu dabei sind die beiden Nachwuchskräfte Lukas Gebhardt und Sebastian Rogalski, welche aus der eigenen Reserve nachrückten und in der Vorbereitung, welche am 28. Januar begann, einen positiven Eindruck hinterließen.

Wir absolvierten in der sechswöchigen Vorbereitung insgesamt zwanzig Trainingseinheiten und sieben Testspiele, um für die anstehenden Aufgaben gewappnet zu sein. Die Vorbereitungszeit war im Vergleich zum letzten Jahr deutlich angenehmer, da wir aufgrund der Witterung eine acht Wochen längere Vorbereitungszeit hatten und sämtliche Einheiten auf dem Platz stattfinden konnten.

Wir arbeiteten neben den konditionellen Aspekten intensiv am gemeinsamen Defensivverhalten, da uns hier in der Hinrunde einige Fehler unterlaufen sind, die uns immer wieder Punkte gekostet haben. Mit 35 Gegentoren in 16 Spielen ist hier der Schwerpunkt der Trainingsarbeit ausgemacht, um in der Rückrunde weitere wichtige Punkte im Abstiegskampf zu sammeln.

Mit der Vorbereitungszeit bin ich im Grunde sehr zufrieden, da alle gesunden Spieler gut mitzogen und viele Einheiten absolvieren konnten. Leider hatten wir jedoch bei zahlreichen Spielern wie unter anderem Ingo Renk, Fabian Fischer, Marc Werner, Mark Winkler und Georg Voß aber auch viele Verletzungen zu beklagen, die zeitweise das Abstimmen gruppentaktischer Prozesse nicht ermöglichte. Hier gilt es jetzt in einigen Bereichen weiter akribisch nachzuarbeiten.

Nachdem wir am ersten Rückrundenspieltag mit 1:2 gegen die Sportfreunde Siegen II verloren und wir die Verletzung von Steffen Hoffmann sowie die rote Karte gegen Sascha Zelder hinnehmen mussten, kann man sagen, dass es nicht wesentlich schlechter hätte beginnen können. Wir schafften es in diesem Spiel leider nicht, trotz zweier guter Gelegenheiten die 1:0-Führung zu erzielen, die für uns sehr wichtig gewesen wäre und uns Selbstvertrauen gegeben hätte. Stattdessen verpassten wir es in einer Standardsituation und einer Überzahlsituation den Ball aus dem Gefahrenbereich zu bekommen und nahmen die unnötigen Gegentreffer hin. Die Stimmung in der Mannschaft war natürlich nach der Auftaktniederlage nicht gerade die Beste, da wir uns das anders vorgestellt hatten.

Nichtsdestotrotz ist es umso wichtiger, im kommenden Heimspiel gegen Werdohl wieder etwas Zählbares mitzunehmen, um für die Rückrunde mit einem Erfolgserlebnis Rückenwind zu bekommen. Wie schwer diese Aufgabe ist, zeigt die 0:5-Hinspielniederlage, für die es sich zu revanchieren gilt. Es gilt durch eine geschlossene Mannschaftsleistung am Punktekonto zu arbeiten.

Abschließend möchte ich mich vorab für Ihre Unterstützung bedanken.

Kommen Sie zahlreich, kommen Sie wieder – wir werden alles geben!

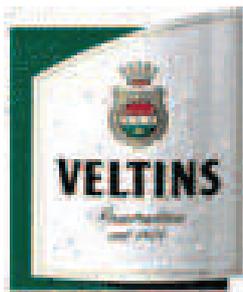
Mit freundlichen Grüßen

Torsten Garbe

Trainer 1. Mannschaft

SV Hüsten 09

Restaurant Gasthof - Köster



Telefon 0 29 32 / 3 11 49

Kegeltermine frei!

Mittwoch Ruhetag

... wo Hüstener feiern



Physiotherapie · Rückenzentrum (FPZ-Methode) · Gerätegestützte Krankengymnastik
Massagen und Wellnessmassagen · Knieschule (betreute Kurse)
Personal Training · Sportphysiotherapie · Medizinisches Fitnesstraining (betreute Kurse)
Health-Circle (betreutes Gesundheitstraining) · und viele weitere Angebote
Wir beraten Sie gern! – Ihr TRIMED-Team



Bewegung im Mittelpunkt

Graf-Gottfried-Straße 9-11 (MEDICANUM) · 59755 Arnsberg-Neheim · Fon 0 29 32.89 42 22 · Fax 0 29 32.89 42 21 · info@trimed-neheim.de · www.trimed-neheim.de

ANDREAS GÖDDE

HEIZUNG * KLIMA * LÜFTUNG * SANITÄR



59759 Arnsberg

Bahnhofstraße 106

Tel. 0 29 32 / 3 30 92

Fax 0 29 32 / 5 11 36

Gaststätte

Zur Kupferkanne

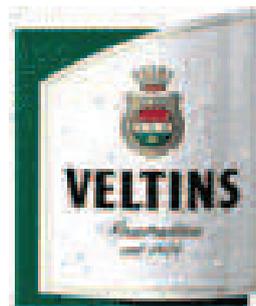
bei Anna & Anton

- gepflegte Speisen und Getränke -



Bahnhofstr. 185 • 59759 Arnsberg-Hüsten

Tel. 0 29 32 / 3 19 21



Besuchen Sie uns im Internet: www.kupferkanne-arnsberg.de



Running

Fußball

Tennis

Teamsport

SPORTHAUS STROJNOWSKI

www.strojnowski.de



Apothekerstraße 12 · 59755 Arnsberg-Neheim · Telefon 02932-28 378 · Fax 02932-83365 · www.strojnowski.de



Borkshagenstraße 7
59757 Arnsberg
Tel. 02932-9617-0
info@rest-gmbh.com
www.rest-gmbh.com



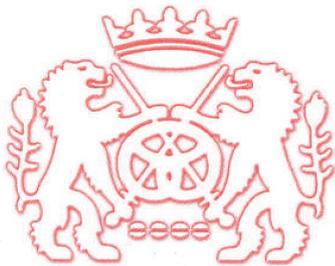


Autoservice Oeventrop Thomas Diehl

**Im Neyl 30
59823 Arnsberg-Oeventrop**

**Dekra jeden
Montag, Mittwoch und Freitag**

Tel. 0 29 37 - 10 22
Handy 0170-5451022



Bäckerei Kneer Konditorei-Cafe

Wir backen für Ihre Feiern und Feten:

Partybrote, Partybrötchen, Partygebäck, Brötchenräder, Laugengebäck

Auch Sonntags

frische Brötchen und Kuchen, Sahneteilchen usw.

Geöffnet von 8:00 bis 11:30 Uhr

Arnsberg Hüsten – Heinrich-Lübke-Straße 13 Telefon 02932/53525 Telefax 02932/931970



Elektro Oberreuther

Inh. Helmut Harbecke 59759 Arnsberg Bahnhofstraße 149a



- Industrieanlage
- Hausanlage
- Netzwerktechnik
- Trafostationen
- Industriesteuerungen
- Beleuchtungsanlagen
- Kabelanschluß
- E-Check Partner
- immer dann wenn es um Strom geht



Tel. 02932 22307

www.elektro-oberreuther.de

VOGEL

FAHRZEUGBAU



Wir sind Ihre Spezialisten für:

- LKW-Pritschenaufbauten
- Curtainsider
- LKW-Kofferaufbauten
- Anhänger
- Anhänger- Komplettservice inkl. Bremsendienst
- Wechselaufbauten
- Coilmulden
- LKW-Lackierungen
- Reparaturen aller Art
- Ladebordwände und -Service
- Transporter-Einrichtungen
- Systemlösungen für optimale Ladungssicherung



Wagenbergstr. 24 • 59759 Arnsberg
Tel.: 0 29 32/9 61 40 • Fax: 0 29 32/96 14 44
kontakt@vogel-fahrzeugbau.de • www.vogel-fahrzeugbau.de



Systemhaus Hartmann

Kompetenz vor Ort!

- Beratung + Planung + Projektausführung
- Computer
- Mobilfunk
- Digital TV
- Telekommunikation
- Reparatur-Service

Apple-Shop + Service 
- Alles rund um den MAC

.....T...
Partner

... Alles aus einer Hand!



Systemhaus Hartmann GmbH & Co. KG

Hauptstraße 132 · 59846 Sundern
Tel. 02933/90979-0 · Fax 02933/90979-9

info@shh-online.com
www.shh-online.com

Technische Hotline:
0 18 05 / 90 97 09

SITUATION DER ERSTEN MANNSCHAFT

Auf den SV Hüsten 09 warten in der Landesliga Staffel 2 harte Zeiten. Am ersten Spieltag nach der Winterpause mussten sich die Grün-Weißen im Stadion Große Wiese den Sportfreunden Siegen II mit 1:2 (0:1) geschlagen geben.

Dabei ließ die Mannschaft von Torsten Garbe wieder einmal die erhoffte Effektivität vor dem gegnerischen Tor vermissen. So wäre bei konsequenterer Chancenverwertung sicherlich mindestens ein Punkt möglich gewesen. Doch statt einen Schritt in die richtige Richtung zu machen, rangieren die Hüstener vor dem Spiel gegen FSV Werdohl auf einem Abstiegsplatz und stehen schon jetzt gehörig unter Druck. Es warten noch 13 Endspiele auf die 09er, wovon die nächsten Partien ohne den rotgesperrten Sascha Zelder ausgetragen werden müssen.

Den Anfang wollen und müssen die Hüstener nun gegen den FSV Werdohl machen, der am vergangenen Wochenende mit einer 1:3-Niederlage gegen die SpVgg Olpe gestartet ist. Gegen Werdohl hat der SV Hüsten 09 noch etwas gutzumachen, denn die Garbe-Elf kassierte am dritten Spieltag in Werdohl ihre höchste Saisonniederlage (0:5). Zweifacher Torschütze des FSV war damals Semir Tuz, der den Verein nach internen Verwürfnissen aber in der Winterpause Richtung RW Lüdenscheid verlassen hat.

Nach dem Heimspiel gegen den FSV Werdohl werden die Aufgaben für den SV Hüsten 09 nicht leichter. Am 23. März geht es für die Grün-Weißen zum HSK-Derby nach Meschede, gegen die man im Hinspiel ein 3:0-Führung verspielte. Anschließend kommt die SG Finnentrop/Bamenohl ins Stadion Große Wiese, ehe die richtungsweisenden Spiele gegen die direkten Mitkonkurrenten SV Ottfingen und SuS Niederschelden anstehen.

Um die Aufgaben in den nächsten Wochen zu bewältigen und das Ziel Klassenerhalt im Sommer zu erreichen, braucht die Mannschaft jetzt mehr denn je die Unterstützung der 09-Fans.



CROSO[®]
international

CROSO international GmbH
Rönkhauser Straße 9
59757 Arnsberg - Müschede
Tel: + 49 2932 477 - 162
Fax: + 49 2932 477 - 106
www.croso-international.de

CROSILUX[®]

LED - beleuchtete Handlaufsysteme

Davidtreppe - Hamburg



Andreas Meyer
Auf dem Bruch 38 a
59757 Arnsberg
Tel.: 0 29 32 / 2 31 36
Fax: 0 29 32 / 89 04 28
Mobil: 0 170 / 54 46 387
der.creative.meyer@t-online.de



**Bestes Brot durch frisches
Mehl aus eigener Mühle**

Die Mühlenbackstube Vielhaber gehört zu den 10 ältesten Unternehmen im Sauerland. Seit 1819 bis heute betreibt die Familie Vielhaber eine eigene Mühle, in der Getreide von heimischen Landwirten vermahlen wird. Frisches, schonend gemahlenes Mehl ist eine wichtige Voraussetzung für bestes Brot!

Am Besten, Sie testen!

Gutschein

Beim Kauf eines Brotes (ab 750 g) erhalten Sie **2 Sonnen-Brötchen gratis!**

Mühlen Backstube Vielhaber
bestes Brot durch frisches Mehl aus eigener Mühle

Bäckerei & Mühle Eberhard Vielhaber GmbH
Tel.: 02933 / 97540
www.baeckerei-vielhaber.de



HERMANN VOGT

MEISTERBETRIEB SEIT 1910

BEDACHUNGEN-BAUKLEMPNEREI



**Qualität und Fachkompetenz
zahlen sich aus**

**365 Tage
Kundendienst!**


0171 - 646 57 86

**59759 Arnsberg- Hüsten
Am Siegenbittel 4**

**Tel. 0 29 32 - 49 01 - 0
Fax 0 29 32 - 3 45 18**

**www.vogt-bedachungen.de
mail@vogt-bedachungen.de**

AUS DER MARKTPASSAGE:

San Marco
Eis-Cafe
Gelateria italiana



Ludgeri-Passage in Hüsten

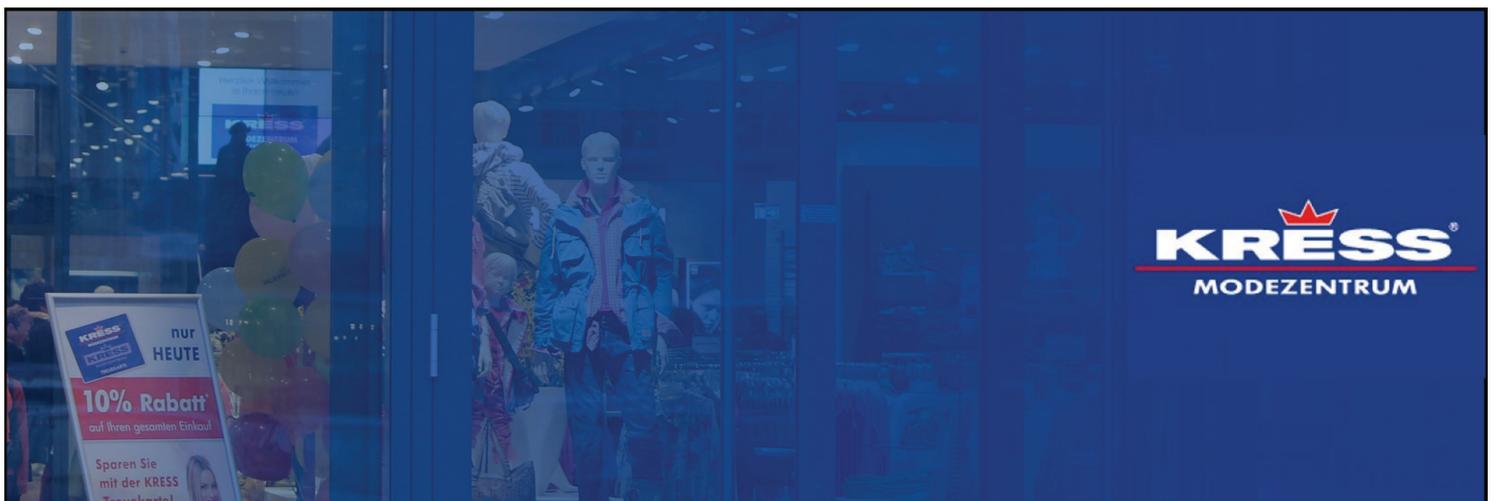
Eisspezialitäten, Waffeln und mehr für die ganze Familie und Freunde


Pizzeria
Hüsten

Tel. : 0 29 32 | 37 0 88

Marktstraße 5

59759 Arnsberg





Hair Design Franco Falcone

Werler Straße 2a . 59755 Arnsberg . Fon: 0 29 32 - 89 47 00 . www.franco-falcone.de



Die Homepage des SV Hüsten 09

www.svhuesten09.de



Rechtsanwälte

Gerlach • Solzbach • Lingenhöfer

Aurelia Gerlach
Fachanwältin für Erbrecht

Cordula Solzbach
Fachanwältin für Familienrecht

Iris Lingenhöfer
Fachanwältin für Arbeitsrecht
Fachanwältin für Familienrecht

59755 Arnsberg-Neheim
Apothekerstraße 6

Tel.: 0 29 32 - 20 39 87- 0
Fax: 0 29 32 - 20 39 87- 55

www.gerlach-solzbach.de
info@gerlach-solzbach.de

RÜCKRUNDENSTART

Am dritten März-Wochenende geht es für den Großteil der Mannschaften des SV Hüsten 09 endlich wieder los. Zahlreiche 09-Teams kehren aus der Winterpause zurück und kämpfen um die ersten Punkte im Jahr 2014.

Am Samstag, den 15. März, empfängt die U15 des SV Hüsten 09 um 13:00 Uhr die JSG Balve/Garbeck/Affeln. Auf dem Papier sind die Hüstener klarer Favorit, steht das Team 09-Coach Markus Nowak doch nach acht Spieltagen mit 18 Punkten auf dem zweiten Tabellenplatz. Der Gegner konnte dagegen erst einen Saisonsieg erzielen und findet sich auf dem sechsten Tabellenplatz wieder. Dennoch sollten die Grün-Weißen das Spiel nicht auf die leichte Schulter nehmen, denn schon im Hinspiel gab es nur einen knappen 2:1-Erfolg.

Ebenfalls im Einsatz sind am Samstag, den 15. März, die drei D-Junioren-Teams des SV Hüsten 09. Die U13 tritt um 13:00 Uhr beim SV Arnsberg 09 an und steht nach dem 6:0-Erfolg am vergangenen Wochenende gegen die vereinseigene U12 damit vor einem Spitzenspiel. Die U12 trifft um 14:00 Uhr dagegen auf den TuS Sundern, während die D3 um 13:15 Uhr beim TuS Sundern II spielt.

Am Sonntag, den 16. März, macht die U17 den Anfang. Die Elf der Trainer Rainer Arndt und Hendrik Tölle empfängt im Topspiel der U17-Leistungsliga den SC Neheim II und kann mit einem Sieg die Tabellenführung übernehmen. Selbstvertrauen sollte das Team dazu nach dem 5:0-Sieg in der Vorwoche gegen den TuS Sundern sicherlich haben. Der Anpfiff ertönt im Stadion Große Wiese um 10:30 Uhr.

Auch für die zweite und dritte Seniorenmannschaft geht es am Sonntag, den 16. März, erstmals wieder um Punkte. Beide Teams dürfen sich auf Heimspiele freuen. Während die D-Liga-Truppe von Markus Wiesenthal um 12:45 Uhr auf den FC Neheim-Erlenbruch II trifft, spielt zur gleichen Zeit die 09-Reserve erstmals unter der Leitung von Neu-Chef-Trainer Thomas Vogt gegen Spitzenreiter SuS Langscheid/Enkhausen II.

Den krönenden Abschluss macht um 15:00 Uhr die Landesliga-Elf mit dem Heimspiel gegen den FSV Werdohl. Allen Teams viel Erfolg!

CAMEL
ACTIVE

LLOYD
SHOES FOR MEN!

paul green
münchen

Sioux **CROCS**[™]

PRANGE
Das Schuhhaus in Hüstten seit 1868

HÜSTEN | Heinrich-Lübke-Str. 2 | 0 29 32 - 3 15 81 | www.schuhhaus-prange.de

TEXTILREINIGUNG

Gebr. Flesch

QUALITÄTSREINIGUNG VON FACHBETRIEBEN

HÜSTENER MARKT ~ NEHEIMER MARKT ~ IM KAUFLAND BRUCHHAUSEN



Gleich um die Ecke
statt irgendwo im Internet:
LVM-Autoversicherung

Wir beraten Sie gern:

LVM-Servicebüro
Ulrich Brüggén
Hüstener Markt 3
59759 Arnsberg
Telefon (02932) 41 61
info@brueggen.lvm.de

LVM
VERSICHERUNG

Jetzt
Frühbucher-
Prämie
sichern!

+++ NEU IN DER REGION: ALLES FÜRS BÜRO! +++

JETZT
ONLINE
BESTELLEN UND
10,-€
SPAREN!

officeXL.de

alles fürs büro – clever per click.

Ihr persönlicher Code

Mx23cA4

HEIKO HOFMANN FÜR SIE VOR ORT!

Kleinbahnstraße 11 · 59759 Arnsberg · Telefon-Hotline: 0800 - 4000 888 · info@officeXL.de · www.officeXL.de

tecnolight®

Energie, die man sieht

tecnolight Leuchten GmbH

Am Schindellehm 15
59755 Arnsberg

Tel.: +49 (0) 2932/9784-0
Fax: +49 (0) 2932/9784-48

Info@tecnolight.de

www.technolight.de

Mehr Biss für Ihre Werbung!



Werbung von

deskcut
Design

LICHTWERBUNG GMBH

www.deskcut.de

Lichtwerbeanlagen • Schilder • Beschriftungen • Digitaldruck • Fräsarbeiten



CASINO 3000

**ENTERTAINMENT
IN EINER NEUEN DIMENSION**



BAHNHOFSTR. 80 - 82

ARNSBERG - HÜSTEN

Wahl zur HSK-Mannschaft des Jahres

Die erste Seniorenmannschaft des SV Hüsten 09 steht zur Wahl für die HSK-Mannschaft des Jahres. Das Team von Trainer Torsten Garbe ist durch die Last-Minute-Meisterschaft in der Bezirksliga Staffel 4 und dem damit verbundenen Aufstieg in die Landesliga Staffel 2 nominiert worden. Ob es am Ende zur HSK-Mannschaft des Jahres reicht, entscheidet sich am 05. April bei der HSK-Sportgala 2014 in der Konzerthalle Olsberg.

Einweihungsparty des neuen Vereinsheims

Der SV Hüsten 09 lädt seine Mitglieder, Freunde, Gönner und Sponsoren recht herzlich zur Einweihungsparty in das frisch renovierte Vereinsheim ein. Am Freitag, den 28. März, wird das Vereinsheim der Grün-Weißen ab 20:00 Uhr offiziell eingeweiht und erhält gleichzeitig einen neuen Namen, den die Fans in Kürze auf der Internetseite des SV Hüsten 09 abstimmen können.

Spende des HOT-Teams zu Gunsten des Kunstrasens

Das HOT-Veranstaltungsteam unterstützt das Kunstrasenprojekt des SV Hüsten 09. Von jeder verkauften Eintrittskarte „Tanz in den Mai“ fließt 1,00 € auf das Kunstrasenkonto, welches für die Finanzierung des im Sommer 2014 geplanten Bau eines Kunstrasens eingerichtet wurde. Im Verein SV Hüsten 09 sind über 350 Kinder aktiv am Ball und hier soll eine optimale Trainings- und Spielmöglichkeit für die Kinder- und Jugendlichen geschaffen werden. Der SV Hüsten 09 bedankt sich hierfür recht herzlich.

Video: SV Hüsten 09 – SF Siegen II 1:2

Auf der Internetseite des SV Hüsten 09 finden Sie zu dem 09-Spiel gegen die Sportfreunde Siegen II (1:2) Video-Highlights. Diese wurden dem Verein freundlicher Weise von dem Internetportal match-day.de zur Verfügung gestellt. Schauen Sie einmal auf www.svhuesten09.de vorbei.



Landsknechts Sport-Kolumne

Achillessehnenreizungen richtig in den Griff bekommen...

Sie sind schmerzhaft und meistens sehr lästig: Achillessehnenprobleme.

Besonders wenn sie nicht weg gehen und sogar entzündlich werden, sollte man den Weg zum Arzt auf sich nehmen. Doch wodurch entstehen Reizungen im Bereich der Achillessehne?

Eine Entzündung der Achillessehne (Achillodynie) ist ein späteres Stadium einer massiven Achillessehnenüberlastung und/oder -fehlbelastung. Überlastungssyndrome sind selten chronisch und lassen sich daher mit einer Pausierung leicht beheben. Oftmals ist aber keine akute Überlastung das Problem, sondern es sind chronische Fehlbelastungen, welche die Achillessehne überfordern. Besonders Fehlstellungen des unteren Sprunggelenks sind hierbei starke Risikofaktoren.

Geht das Fersenbein in der Belastungsphase (Laufen oder Gehen) in eine zu starke Valgisierung (knickt nach innen) oder Varisierung (knickt nach außen), so bekommen die geradlinig laufenden Faserzüge einen unnatürlichen Spannungszug und werden einseitig schnell überlastet. Treten die Achillessehnenreizung aufgrund solch einer Fehlstellung auf, so kann auch eine Pausierung keine nachhaltige Entlastung des Problems bewirken. In solchen Fällen hilft dann meistens nur eine muskuläre Stabilisierung des unteren Sprunggelenks und eine entsprechende stabilisierende Sporteinlage.

Auch ein Fersenkeil behebt das Problem meist nur bedingt, da die Hauptursache nicht behoben wurde, sondern einfach nur die Ferse leicht angehoben wird, um die Dehnspannung auf die Sehne zu reduzieren. Zudem muss ich an dieser Stelle noch hinzufügen, dass ein Fersenkeil nur temporär, also zeitlich begrenzt, eingesetzt werden darf, da sich die Wadenstruktur ansonsten an den „neuen“ Zustand anpasst.

Ein weiterer Aspekt in der Aufklärung der Probleme ist die Begutachtung der Kniebewegungen. Da die Achillessehne in die Wadenmuskulatur direkt über geht, sind natürlich auch jegliche Störungen in den beiden (oberflächlichen) Wadenköpfen von Bedeutung. Kann das Knie also in der Belastung nicht gerade und stabil gehalten werden, führt dies wieder zu unterschiedlichen Spannungszuständen in den einzelnen Wadenköpfen, welche wiederum die Fasern der Achillessehne dominant beeinträchtigen. Somit trägt auch eine stabile Knieführung zur Prävention bei. Auch die Hüfte kann im Zweifel bei einer Instabilität zu Problemen in der Achillessehne führen, da sie die Kniestabilität mit einträchtigen kann und somit zu einer Knieinstabilität führt.

In allen Fällen ist jedoch ein exzentrisches Kräftigungsprogramm für die Wade zu empfehlen. Die einfachste Übung hierzu ist ein Dehn- und Kräftigungsprogramm an einer Treppenstufe: Sie stellen sich mit dem Vorderfuß auf den Rand einer Treppenstufe und sinken langsam mit der Ferse nach unten ab, bis sie die Wade deutlich dehnen (Knie gerade; beidbeinig). Danach gehen sie beidbeinig auf der Stufe in den Zehenstand und kräftigen somit die Wade! Achten Sie dabei auf einen „Abdruck“ über den Großzehnbereich. Dies können sie gerne 15-20 mal pro Tag durchführen.

Sie haben noch Fragen zu Achillessehnen Schmerzen oder haben unter Belastung andere Schmerzen und würden gerne die Ursache erforschen? Sprechen Sie mich an oder besuchen Sie mich einfach in der Hüstener Innenstadt (Marktstraße 38).

Nun hoffe ich auf ein gutes, erfolgreiches Spiel und viele Punkte für den Verein,

Stephen Hoffmann

B.Sc. Sportwissenschaftler

Bewegungs- und Ganganalytiker



LANDSKNECHT



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

VR-FinanzPlan - weiter kommen als man denkt.

Ihre Ziele und Ihre Zukunftspläne sind so individuell wie Sie. Mit dem VR-FinanzPlan gehen wir speziell auf Ihre finanzielle und persönliche Situation ein und entwickeln gemeinsam mit Ihnen ein solides Finanzkonzept.

www.vb-sauerland.de

Volksbank
Sauerland eG



*Fleischerei-
Partyservice*

seit 1934

Sommer
Neheim

Apothekerstr. / Ecke Johannesstr.

59755 Arnsberg

Tel. 0 29 32 / 2 66 32 • Fax 0 29 32 / 8 16 84



fünf Sterne für Genießer

Personalien

Der SV Hüsten 09 II hat Marcel Maddee vom Ligakonkurrenten TuS Hachen für die Saison 2014|15 verpflichtet. „Wir brauchen einen Torwart, der jederzeit zur Verfügung steht. Mit Marcel Maddee haben wir einen Torwart verpflichtet, der nicht nur diese Voraussetzung erfüllt, sondern zudem auch erfahren ist“, sagte Marco Grebe, der ab Sommer Chef-Trainer der 09-Reserve ist.



Personalien

Der SV Hüsten 09 muss noch einige Zeit auf Stürmer Ingo Renk verzichten. Der 23-Jährige erlitt bei der 37. Arnsberger Hallenstadmeisterschaft im Dezember letzten Jahres einen Teilriss am vorderen Kreuzband und muss mindestens noch vier Wochen pausieren. Im schlechtesten Fall droht sogar das Saisonende.

The advertisement for Taxi-Zentrale "DORA" features a yellow taxi sign with the word "TAXI" in black letters on a yellow background. Below the sign is a curved banner with a gradient from red to green to blue, containing the text "Taxi-Zentrale 'DORA'" in a stylized font. The background is light blue.

seit über 40 Jahren
sicher und bequem mit...

Alt-Arnsberg: (02931)
44 44

Neheim-Hüsten: (02932)
2 15 55 | 2 12 12 | 2 23 55

Schmidt-Thüne & Co.
Von-Siemens-Str.1
59757 Arnsberg

Meine 1. Wahl...



Warum wir gerne
überall mitspielen?

Weil wir Teil unserer
Gesellschaft sind.
Fair. Menschlich. Nah.



Sparkasse
Arnsberg-Sundern

Wie lang ist Ihre Nachspielzeit?

Denken Sie rechtzeitig über Bestattungsvorsorge nach.



Tel. 0 29 32/31 433

Arnsberg-Hüsten, Stolte Ley 6
Sundern, Hachener Str. 49

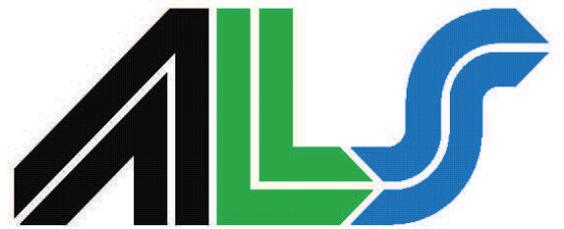
info@nolte-bestattungen.de

Nolte
Bestattungen



GmbH

www.nolte-bestattungen.de



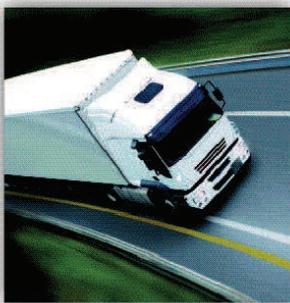
Allgemeine Land- und Seespedition GmbH

Ihre Spedition

Wenn's sicher ankommen soll.

Mit Know-how aus zwei Jahrzehnten, Teamgeist und Kompetenz kümmert sich das ALS-Team zuverlässig um bedarfsgerechte Lösungen - auch für Ihre Branche. Denn wir bieten Ihnen innovative Logistiklösungen.

• Landverkehre europaweit



• Seefracht weltweit



• Luftfracht weltweit



- Sonderfahrten
- Spezialtransporte
- Lagerlogistik, Kommissionierung, Umverpackung
- Spezielle Beratung zu Transportversicherungen und Verzollung

Allgemeine Land- und Seespedition GmbH

Heinrich-Lübke-Straße 8

Telefon 02932 93060

E-Mail info@als-arnsberg.de

59759 Arnsberg

Fax 02932 930666

www.als-arnsberg.de



www.als-arnsberg.de