



DAS INFOMAGAZIN DES VFL HILLESHEIM 1920 E.V.

# AKTUELL

3/2024



AKTUELL:  
**SPORTFEST**  
VOM 6. BIS 8. SEPTEMBER



[vfl-hillesheim.de](http://vfl-hillesheim.de)



ENTERPRISE - IT - MANAGEMENT



ENTERPRISE-CONTENT-MANAGEMENT



[www.tw-com.de](http://www.tw-com.de)

[www.tw-ecm.de](http://www.tw-ecm.de)



HANDWERKER STR. 5 · 54576 HILLESHEIM

# WBH



# WATER

WBH Water GmbH · Industriestraße 22 · 54576 Hillesheim

Tel.: 0 65 93 / 98 79 - 0 · E-Mail: [wbh@wbh-water.de](mailto:wbh@wbh-water.de)

[www.wbh-water.de](http://www.wbh-water.de)

uvex

EXKLUSIV  
BEI UNS  
Sportbrillen  
in Ihrer  
Sehstärke

SPORTSTYLE RX

#whereveryouperform

Markengläser in Sehstärke von



Rupp + Hubrach



optik mertes

Burgstr. 2  
54576 Hillesheim  
Tel.: 06593-809713  
[info@optik-mertes.de](mailto:info@optik-mertes.de)

**Öffnungszeiten:**  
Mo. - Fr.: 9.00 - 13.00 Uhr  
14.00 - 18.00 Uhr  
Sa.: 9.00 - 13.00 Uhr

[www.optik-mertes.de](http://www.optik-mertes.de)



# EDITORIAL

## **Liebe Vereinsmitglieder und Förderer des VfL Hillesheim,**

es ist nun schon die dritte Ausgabe unserer Mitgliederzeitung. Eine weitere Ausgabe wird Ende des Jahres folgen. Überwiegend wird unsere Zeitung elektronisch gelesen. Daher haben wir die Anzahl der gedruckten Exemplare entsprechend angepasst. Vielleicht hältst du aber gerade ein ausgedrucktes Exemplar in den Händen, das wir in Hillesheim ausgelegt haben? Die Möglichkeit besteht auch weiterhin: Falls der Wunsch nach einer gedruckten Ausgabe besteht, bitten wir um kurze Nachricht an [zeitung@vfl-hillesheim.de](mailto:zeitung@vfl-hillesheim.de)

Wir melden uns pünktlich nach der Sommerpause wieder. Viele Angebote haben erst jetzt nach den Sommerferien wieder begonnen. Andere Angebote – wie z.B. Badminton, Volleyball oder das Sportabzeichen – sind auch in den Ferien mit voller Begeisterung betrieben worden und erfreuen sich weiterhin großer Beliebtheit. Apropos Sportabzeichen: Schon absolviert? Maria und Hans Keßler stehen noch bis Ende September für das jährliche Abzeichen zur Verfügung. Bitte nutz die Gelegenheit und komm freitags um 18:00 Uhr auf den Sportplatz!

Ein besonderer Höhepunkt steht mit unserem Sportfestwochenende 2024 schon bald vor der Tür. Vom 6.-8. September haben wir Einiges vorbereitet und laden herzlich zum gemeinsamen Beisammensein ein. Aus vielen Gesprächen anlässlich unserer letztjährigen Jubiläumsfeier wissen wir, wie wichtig solche Anlässe für unsere Mitglieder sind. Komm gerne vorbei – wenn auch nur für ein Kaltgetränk – und zeig Verbundenheit mit unserem Verein. Mehr dazu im Innenteil.

Jetzt wünsche ich interessante Einblicke und viel Spaß beim Lesen der neuen Ausgabe.

Euer

**Gerald Schmitz**

1. Vorsitzender VfL Hillesheim 1920 e.V.

# INHALT

<b>AKTUELLES VOM VORSTAND</b>	<b>5</b>
<b>ABTEILUNGEN</b>	<b>6</b>
<b>SPORTFEST DES VFL HILLESHEIM</b>	<b>7</b>
<b>NEUE HOMEPAGE IST ONLINE</b>	<b>8</b>
<b>FUSSBALL</b>	<b>9</b>
<b>OKINDERTURNEN</b>	<b>10</b>
<b>BALLSCHULE FÜR KINDER</b>	<b>11</b>
<b>SCHWIMMEN FÜR KINDER</b>	<b>12</b>
<b>BASKETBALL</b>	<b>13</b>
<b>GYMNASTIK FÜR FRAUEN</b>	<b>16</b>
<b>GYMNASTIK FÜR MÄNNER</b>	<b>17</b>
<b>GYMNASTIK FÜR SENIOREN</b>	<b>18</b>
<b>DEUTSCHES OLYMPISCHES SPORTABZEICHEN</b>	<b>19</b>
<b>LEICHTATHLETIK</b>	<b>20</b>
<b>NORDIC WALKING</b>	<b>21</b>
<b>BADMINTON</b>	<b>22</b>
<b>HOCHLEISTUNGS-INTENSITÄTS-INTERVALLTRAINING</b>	<b>23</b>
<b>ZUMBA</b>	<b>23</b>
<b>REHA-SPORT</b>	<b>24</b>
<b>VOLLEYBALL</b>	<b>25</b>
<b>SKI</b>	<b>25</b>
<b>POWER FIT – TRAINING IM FREIEN</b>	<b>26</b>



*Oben: Der aktuelle Vorstand des VfL Hillesheim 1920 e. V. (von links): Gerald Schmitz (1. Vorsitzender), Erik Meyers, Kai Blech (2. Vorsitzender), Annegret Remagen (Geschäftsführung), Robin Parsch, Julia Lach, Andreas Parsch, Valentina Schmitz, Wolfgang Kloep, Michaela Müller, Michael Knaps, Johannes Bernardy, Markus Mertes, Tim Blech. Es fehlen Jürgen Meyers und Christian Schneider.*

Name	Vorname	Funktion
Schmitz	Gerald	1. Vorsitzender, Abt.-Leiter Badminton
Blech	Kai	2. Vorsitzender, Abt.-Leiter Leichtathletik
Remagen	Annegret	Geschäftsführer, Abt.-Leiter Basketball
Parsch	Andreas	Kassenwart
Kloep	Wolfgang	Mitgliedswesen Abt.-Leiter Ski
Schmitz	Valentina	Abt.-Leiter Bewegungssport
Meyers	Jürgen	Abt.-Leiter Fußball Senioren SG Vorsitzender + SG-Vorstand
Mertes	Markus	Abt.-Leiter Fußball Jugend JSG Jugendleiter
Lach	Julia	Abt.-Leiter Schwimmen
Blech	Tim	Beisitzer
Schneider	Christian	Beisitzer
Bernardy	Johannes	Beisitzer
Meyers	Erik	Beisitzer
Parsch	Robin	Beisitzer
Knaps	Michael	Beisitzer
Müller	Michaela	Beisitzer

## MITGLIEDERZEITUNG IN PAPIERFORM ODER ONLINE?

Du kannst uns gerne mitteilen, ob Du die aktuelle Mitgliederzeitschrift in Papierform zugesandt haben möchtest oder Dir das Heft lieber online durchliest.

Schick uns einfach eine entsprechende Nachricht an folgende E-Mail-Adresse: [zeitung@vfl-hillesheim.de](mailto:zeitung@vfl-hillesheim.de)

Auch Ideen und Anregungen sind an diese Adresse sehr willkommen. Macht mit!

# ABTEILUNGEN

Abteilung	Abteilungsleiter	Abteilung	Abteilungsleiter
Badminton	Gerald Schmitz	HIIT	Valentina Schmitz
Basketball	Annegret Remagen	Leichtathletik	Kai Blech
Deutsches Olymp. Sportabzeichen	Kai Blech	Kinder Ballschule	Valentina Schmitz
Frauengymnastik	Valentina Schmitz	Kinder-Schwimmen	Julia Lach
Fußball Jugend	Markus Mertes	Kinderturnen	Valentina Schmitz
Fußball Senioren	Jürgen Meyers	Ski	Wolfgang Kloep

## Herausgeber und Redaktion:

VfL Hillesheim 1920 e.V.  
Gerald Schmitz  
Grüner Weg 1a  
54576 Hillesheim  
www.vfl-hillesheim.de

Vorsitzender: Gerald Schmitz

Geschäftsführerin: Annegret Remagen

## Gestaltung:

Hank Mediengestaltung, Jochen Hank, [www.hankmedia.de](http://www.hankmedia.de)

**Fotos:** Jochen Hank, VfL Hillesheim, JSG, SG, shutterstock

Alle Angaben wurden mit Sorgfalt zusammengetragen. Dennoch kann für die Richtigkeit und die Vollständigkeit keine Gewähr übernommen werden. Alle Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Kein Teil dieser Publikation darf ohne Genehmigung des Herausgebers vervielfältigt oder verbreitet werden.

IMPRESSUM

# Sportfest des



**VfL Hillesheim**  
1920 e.V.

**06.09**  
**bis**  
**08.09**

## **Freitag 06. September**

- 16:00 Uhr HIIT – öffentliches Training  
17:00 Uhr ZUMBA – öffentliches Training  
18:30 Uhr Spiele AH Mannschaften

## **Samstag 07. September**

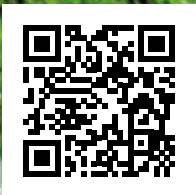
- 12:00 Uhr **D-Junioren 2. Spieltag Kreisklasse**  
JSG Vulkanland-Berndorf : TuS Daun II
- 13:25 Uhr **C-Junioren 2. Spieltag Kreisklasse**  
JSG Vulkanland-Berndorf : JSG Schneifel II
- 15:00 Uhr **A-Junioren 5. Spieltag Bezirksliga West**  
JSG Vulkanland-Berndorf : JFV Wittlicher Tal
- 17:00 Uhr **5. Spieltag Kreisliga C**  
SG Berndorf II : SG Neunkirchen-Steinborn III
- 19:00 Uhr **5. Spieltag Kreisliga A**  
SG Berndorf I : SG Echtersbach-Biersdorf

## **Sonntag 08. September**

- 10:00 Uhr Ballsportschule für Kinder – öffentliches Training  
Volleyball – öffentliches Training  
Powerfit - Training im Freien – öffentliches Training für Erwachsene  
Leichtathletik – Vereinsmeisterschaften für Jedermann
- 10:00 Uhr G-Jugendspiele der JSG Vulkanland-Berndorf  
Soccerfeld-Turnier
- 12:00 Uhr F-Jugendspiele der JSG Vulkanland-Berndorf
- 14:00 Uhr E-Jugendspiele der JSG Vulkanland-Berndorf

# JETZT ENTDECKEN: WWW.VFL-HILLESHEIM.DE NEUE HOMEPAGE IST ONLINE

**MITGLIEDSANTRAG  
JETZT ONLINE  
MÖGLICH!**





# FUSSBALL



## ANSPRECHPARTNER

Jugendleiter: Markus Mertes  
Telefon: 0178 8689315

### G-JUGEND

Jahrgänge: 2017/2018  
Tomas di Martino Tel. 0163 7827790  
Christoph Geppert Tel. 01512 5311067  
Tobias Brang Tel. 01577 3673519

### F-JUGEND

Jahrgänge: 2015/2016  
Kaylee Shaw Tel. 0176 57847704  
Mireille Szidat Tel. 0177 2885505  
Oliver Lender Tel. 0171 3583182

### E-JUGEND

Jahrgänge: 2013/2014  
Christoph Schaefer Tel. 0176 56804981  
Ingo Wawers Tel. 0177 5255916

### D-JUGEND

Jahrgänge: 2011/2012  
Markus Mertes Tel. 0178 8689315  
Michael Klas Tel. 0160 95553774

### C-JUGEND

Jahrgänge: 2009/2010  
Michael Knaps 0163 5676705

### B-JUGEND

Jahrgänge: 2007/2008  
Arthur Wentnagel 01525 4283438

### A-JUGEND

Jahrgänge: 2005/2006  
Nico Lenzen 01520 9573824

### ALTE HERREN

*(Zusammenschluss mit Berndorf,  
Walsdorf und Wiesbaum)*  
Guido Kloep Tel. 0177 6843207

### SPIELGEMEINSCHAFT

**BERNDORF/WALSDORF/  
HILLESHEIM/WIESBAUM**

[www.sg-bwhw.de](http://www.sg-bwhw.de)



# KINDER- TURNEN & ELTERN-KIND-TURNEN



## INFOS

Kontakt: Julia Dunkel  
E-Mail: [julia-dunkel@gmx.de](mailto:julia-dunkel@gmx.de)  
Telefon: 0163/489 77 64  
Ort: Neue Turnhalle Realschule plus

### Eltern-Kind-Turnen

für Kinder ab ca. 1,5 Jahren mit ihren Eltern  
Wann: mittwochs von 16:00 - 16:45 Uhr

### Kinderturnen

für Kinder ab ca. 3 Jahren bis zur Einschulung  
Wann: Gruppe 1: mittwochs 16:50 - 17:35 Uhr  
Gruppe 2: mittwochs 17:40 - 18:25 Uhr



# BALLSCHULE FÜR KINDER



## INFOS

Trainerinnen: Katrin Ludowicy-Plein  
Ramona Schaefer

E-Mail: [ballschule@vfl-hillesheim.de](mailto:ballschule@vfl-hillesheim.de)

Zielgruppe: 6-8 Jahre

Ort: Neue Turnhalle Realschule plus

Wann: montags 16:00 -17:00 Uhr



# SCHWIMMEN FÜR KINDER

## INFOS

Kontakt: Julia Lach  
 E-Mail: [schwimmen@vfl-hillesheim.de](mailto:schwimmen@vfl-hillesheim.de)  
 Zielgruppe: Kinder ab dem 3. Lebensjahr  
 Ort: Schwimmbad Grundschule Hillesheim

### Aktuell bieten wir folgende Kurse an:

- Montags 14:00 - 14:45 Uhr und 15:00 - 15:45 Uhr: Schwimmkurse für Kinder ab fünf Jahren (Ziel: selbstständiges Schwimmen – Seepferdchen)
- Freitags 13:45 - 14:30 Uhr: Eltern-Kind-Schwimmen für Kinder ab drei Jahren (Ziel: Wassergewöhnung)
- Freitags 14:45 Uhr - 15:30 Uhr: Eltern-Kind-Schwimmen für Kinder ab vier Jahren (Ziel: Wassergewöhnung, Wasserbewältigung)





# BASKETBALL



## INFOS

- Kontakt: Annegret Remagen  
E-Mail: [basketball@vfl-hillesheim.de](mailto:basketball@vfl-hillesheim.de)  
Telefon: 06593 / 96 65  
Zielgruppe: Basketball-Begeisterte ab 6 Jahre  
Ort: Neue Turnhalle Realschule plus  
Wann: Montag- und Freitagabend  
(ganzjährig, außer in den Schulferien)

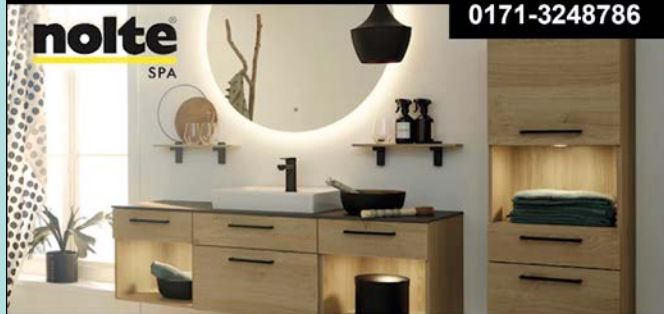


Für das  
**Leben**  
in der Küche.

**nohte**  
KÜCHEN

Ausstellung u. Verkauf: Industriestr. 20

Termine nach  
Vereinbarung  
0171-3248786



**nohte**  
SPA

**DSI** Dienstleistungen  
Stefan Irmen  
www.dienstleistungen-hillesheim.de

Küchenmontagen · Objektküchen  
Planung und Verkauf  
0171 324 87 86 · info@dsi-kuechen.de



**GÄRTNEREI**  
*Paul Dissemond*  
Blumenhaus · Kränze · mod. Floristik

*Unsere Qualität  
ist kein Zufall!*

Koblenzer Straße 6  
54576 Hillesheim/Eifel  
Telefon 0 65 93 / 269 · Fax 92 69

www.schmitz-haustechnik.de

**Schmitz**  
Haustechnik  
aus einer Hand

Alternative Energien ■ Elektro ■ Sanitär ■ Heizung ■ Küchen

Innovative Haustechnik:  
Komplettlösungen für Ihr Zuhause

Waldstraße 5 | 54576 Hillesheim-Bolsdorf  
Tel.: 06593 / 98 55 0 | Fax: 06593 / 98 55 20

f @

**Reisedienst HENS** 



**7 Tage · Chiemsee-Herbstreise**  
**7. – 13. Oktober 2024, Erl**

- » ★★★★★ Posthotel Erlerwirt
- » Ausflugsfahrten zu den Seen, Besuch verschiedener Almen, Wilder Kaiser, Käserrei u.v.m
- » **Reisepreis pro Person:**  
DZ: 895 €  
EZ-Zuschlag: 180 €

**ANMELDUNG: AB SOFORT!**



Reisedienst Hens · Vulkanweg 4a · 54579 Heyroth  
☎ **06595 774** · reisedienst-hens.de

 **LÖWEN-APOTHEKE**  
HILLESHEIM ☎ 06593/217

*Gerne können Sie auch  
das neue E-Rezept in  
unserer Apotheke einlösen.*




*Wir sind gerne für Sie da!*

**LÖWEN-APOTHEKE**  
HILLESHEIM

Inh. Markus Knie  
Wallstraße 14 · 54576 Hillesheim  
Tel. 0 65 93 / 2 17  
www.loewenapotheke-hillesheim.de



**FINALE!**

**Bestimme dein Endspiel selbst!**

**Vorsorge – eine Sorge weniger.**

**Welling**  
BESTATTUNGEN

Für Sie da im Umkreis  
Hillesheim, Obere Kyll,  
Gerolstein und Daun



Walsdorf & Hillesheim ☎ 06593-323 · Dreis-Brück ☎ 06595-263  
[www.bestattungen-welling.de](http://www.bestattungen-welling.de)

**idee+spiel**<sup>®</sup>

... immer eine Idee besser

**Spiel- & Schreibwaren  
Kloep GmbH**

Am Markt 10 · 54576 Hillesheim  
Tel. 0 65 93 - 80 654

**HT**  
**WOHNIDEE**

**KÜCHE & WOHNEN**  
Kölner Straße 43a - 54576 Hillesheim  
[www.ht-wohnidee.de](http://www.ht-wohnidee.de)

**Bernardy**

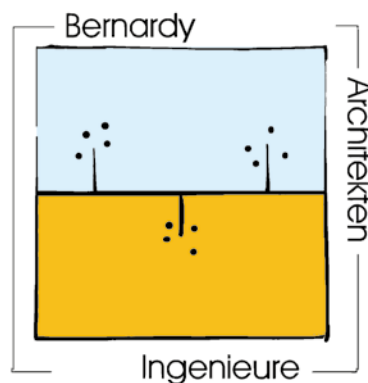
Architekten und Ingenieure

Beratung \* Planung \* Ausführung  
Bauleitung \* SiGeKo

Telefon 0 65 93 / 98 69 0

Mail: [info@bernardy-ai.de](mailto:info@bernardy-ai.de)

Aachener Straße 9 in 54576 Hillesheim



*... immer fit am Bau!*

**BAUEN MIT PLAN!**

**IHRE ANZEIGE?**

Möchten Sie mit Ihrem Unternehmen in unserer Zeitschrift vertreten sein?

Dann melden Sie sich bei uns unter [zeitung@vfl-hillesheim.de](mailto:zeitung@vfl-hillesheim.de)



# GYMNASTIK FÜR FRAUEN



## INFOS

Kontakt: Anja Stoffels  
E-Mail: [gymnastik@vfl-hillesheim.de](mailto:gymnastik@vfl-hillesheim.de)  
Telefon: 06593/95 74 oder mobil 0171/ 74 14 638  
Ort: Sporthalle der Grundschule Hillesheim  
Wann: dienstags von 18:30 bis 19:30 Uhr





# GYMNASTIK FÜR MÄNNER



## INFOS

Kontakt: Anja Stoffels  
E-Mail: [gymnastik@vfl-hillesheim.de](mailto:gymnastik@vfl-hillesheim.de)  
Telefon: 06593/95 74 oder mobil 0171/ 74 14 638  
Ort: Sporthalle der Grundschule Hillesheim  
Wann: dienstags von 19:45 bis 20:45 Uhr



# GYMNASTIK FÜR SENIOREN

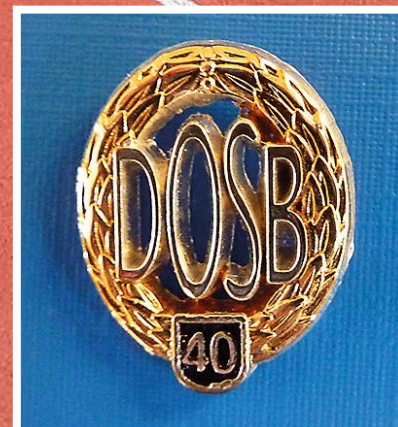


## INFOS

Kontakt: Anja Stoffels  
E-Mail: [senioren-gymnastik@vfl-hillesheim.de](mailto:senioren-gymnastik@vfl-hillesheim.de)  
Telefon: 06593/95 74 oder mobil 0171/ 74 14 638  
Zielgruppe: SeniorInnen ab ca. 60 Jahre  
Ort: Sporthalle der Grundschule Hillesheim  
Wann: Dienstags 16:15 Uhr - 17 Uhr



# DEUTSCHES OLYMPISCHES SPORTABZEICHEN

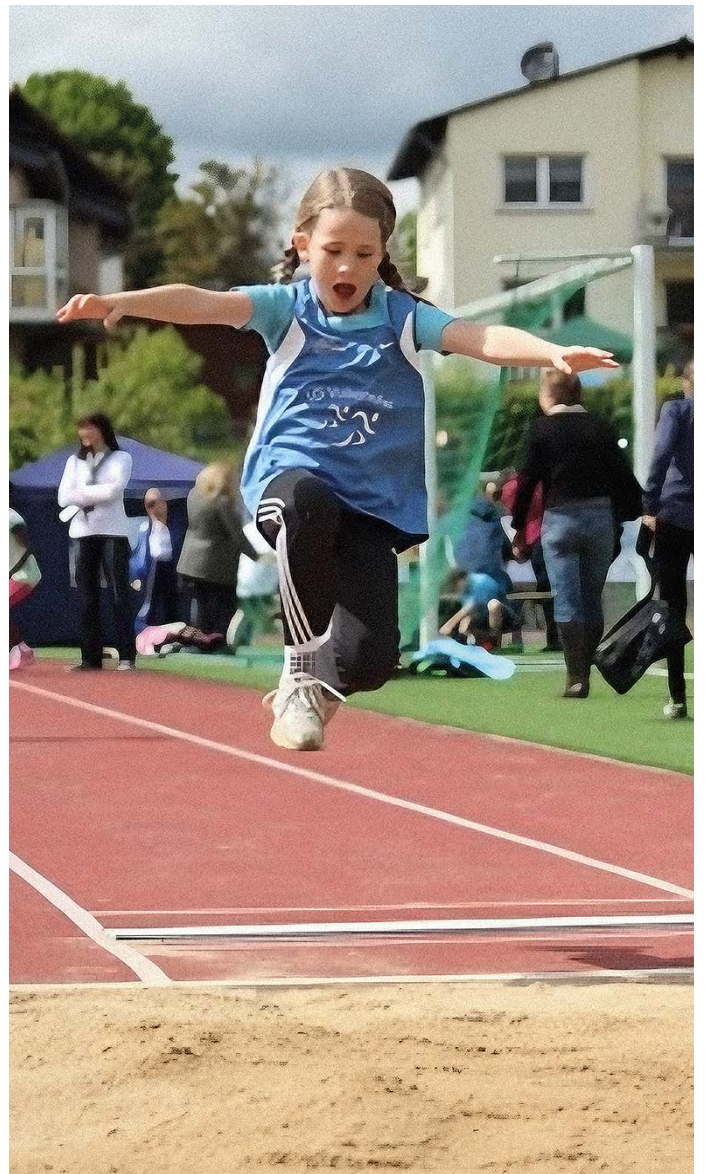


## INFOS

Kontakt: Maria Keßler  
E-Mail: [sportabzeichen@vfl-hillesheim.de](mailto:sportabzeichen@vfl-hillesheim.de)  
Telefon: 06593 / 15 68  
Zielgruppe: Sportbegeisterte von 6 – 99  
Ort: Sportpark Hillesheim  
Wann: freitags 18 Uhr (April bis Oktober)



# LEICHTATHLETIK



## INFOS

Kontakt: Gregor Witzel  
 E-Mail: leichtathletik@vfl-hillesheim.de  
 Telefon: 0163/2045699  
 Abteilungsleiter: Kai Blech  
 E-Mail: leichtathletik@vfl-hillesheim.de  
 Telefon: 0177/5620224  
 Zielgruppe: Kinder/Jugendliche von 6-14 Jahren  
 Ort: Sportplatz, Turnhalle (Winter)  
 Wann: dienstags 16 -17:30 Uhr

# NORDIC WALKING



## INFOS

Kontakt: Valentina Schmitz  
E-Mail: [bewegungssport@vfl-hillesheim.de](mailto:bewegungssport@vfl-hillesheim.de)  
Telefon: 0171- 48 22 46 3  
Ort: Pavillon Bolsdorfer Tälchen  
Wann: donnerstags um 17.30 Uhr (Basiskurs)  
und 18.30 Uhr (fortlaufender Kurs)  
im Bolsdorfer Tälchen in Hillesheim



# BADMINTON



## INFOS

Kontakt: Gerald Schmitz  
E-Mail: [badminton@vfl-hillesheim.de](mailto:badminton@vfl-hillesheim.de)  
Zielgruppe: Sportbegeisterte Erwachsene  
Ort: Neue Turnhalle Realschule plus  
Wann: montags von 20 bis 22 Uhr

**JETZT NEU!**

# HOCHLEISTUNGS- INTENSITÄTS- INTERVALLTRAINING

## INFOS

Kombination aus hochintensiven Trainingsintervallen und langsamen Regenerationsphasen. Ziel ist es, die Stoffwechselaktivität zu verbessern, die gesamte Muskulatur des Körpers zu kräftigen und das Herz-Kreislaufsystem zu stärken.

Kontakt: Susanne Uhren  
Telefon: 0151 - 19633067  
Ort: Sporthalle Grundschule Hillesheim  
Wann: Montags 20 - 21 Uhr

# ZUMBA



**JETZT NEU!**

## INFOS

Kontakt: Petra Shaw und Maja Kocis  
Zielgruppe: Alle Geschlechter ab 18 Jahren  
(Vorkenntnisse nicht erforderlich)  
E-Mail: [zumba@vfl-hillesheim.de](mailto:zumba@vfl-hillesheim.de)  
Ort: Neue Turnhalle Realschule plus  
Wann: Montags 19 - 20 Uhr



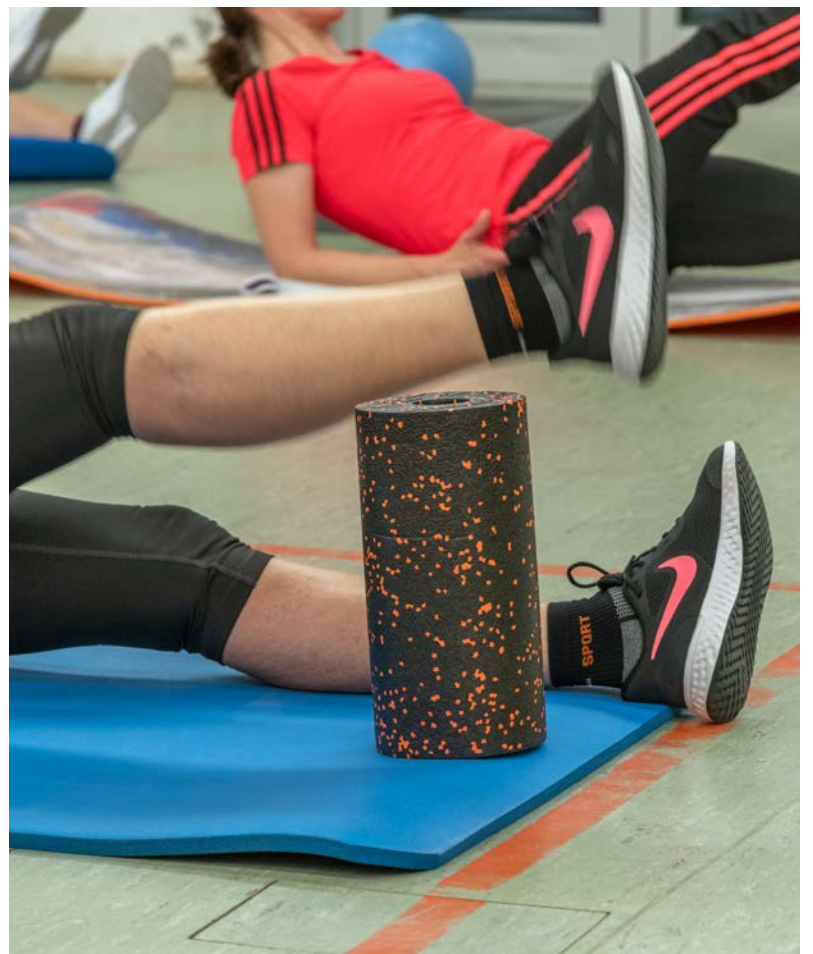
# REHA-SPORT

**JETZT NEU!**

## INFOS

Reha-Sport dient dazu, die körperliche Gesundheit und Fitness von Menschen zu verbessern, die aufgrund von Verletzungen, Krankheiten oder Behinderungen eingeschränkt sind. Ziel ist unter anderem die Verbesserung der Beweglichkeit, von Kraft und Ausdauer, sowie die Schmerzlinderung. Dieses Angebot befindet sich derzeit noch in der Planung; Interessierte können sich bereits jetzt unter nachstehendem Kontakt melden.

Kontakt: Anja Stoffels  
E-Mail: [reha-sport@vfl-hillesheim.de](mailto:reha-sport@vfl-hillesheim.de)  
Telefon: 06593/95 74 oder  
mobil 0171/ 74 14 638





# VOLLEYBALL



**JETZT NEU!**

## INFOS

Kontakt: Milou Hennes  
Telefon: 0178 - 2022770  
E-Mail: [volleyball@vfl-hillesheim.de](mailto:volleyball@vfl-hillesheim.de)  
Ort: Neue Turnhalle Realschule plus  
Wann: Donnerstags 19 -20 Uhr

# SKI



**JETZT NEU!**

## INFOS

Wintersportbegeisterte Mitglieder und alle, die es werden wollen, sind herzlich eingeladen, sich dieser neu gegründeten Abteilung anzuschließen. Geplant sind unter anderem:

- Gemeinsame Saisonvorbereitung
- Gemeinsame Teilnahme an Skiausfahrten
- ggf. Skiunterricht / Ski-Coaching
- Erfahrungsaustausch zu allen Themen rund um den Wintersport

Interessierte können sich per E-Mail melden.

Kontakt: Wolfgang Kloep  
E-Mail: [ski@vfl-hillesheim.de](mailto:ski@vfl-hillesheim.de)



# POWER FIT TRAINING IM FREIEN

**JETZT NEU!**

## INFOS

Ein Ganzkörpertraining, bei dem besonders Übungen mit dem eigenen Körpergewicht durchgeführt werden. Hierbei werden immer mehrere Muskelgruppen gleichzeitig trainiert, mit dem Ziel, die Kraft und die Ausdauer effektiv zu verbessern. Außerdem werden Koordination und Beweglichkeit trainiert.

Der Trainingsverlauf ist intervallaufgebaut und intensiv. Als Zusatzmittel werden beispielsweise Springseil, Kettlebell, Klimmzugstange, Boxsack und Pratzten eingesetzt.

Das Angebot richtet sich an gesunde Erwachsene, die ihren Körper stärken und definieren möchten.

Kontakt: Oliver Bröss  
Telefon: 0170-5210737  
E-Mail: [powerfit@vfl-hillesheim.de](mailto:powerfit@vfl-hillesheim.de)  
Ort: Sportplatz Hillesheim  
Wann: mittwochs 18.30 - 19.30 Uhr  
ab 28. August 2024





HERREN FUNKTIONS TEAMSPORT T-SHIRT  
Art. 208652, Farbe rot

Gr. 116 – 164 **10,00€**  
S – 3XL **15,00€**



DAMEN FUNKTIONS TEAMSPORT T-SHIRT  
Art. 208614, Farbe rot

Gr. 34 – 48 **15,00€**



RACING T-SHIRT HERREN  
Art. 8082301, Farbe rot

Gr. 128 – 164 **25,00€**  
S – 3XL **30,00€**



RACING T-SHIRT DAMEN  
Art. 8082307, Farbe rot

Gr. XS – 2XL **30,00€**

Eigenanteil Vereinsmitglieder



UNISEX ESSENTIAL 5-C T-SHIRT  
Art. 2081933, Farbe rot

Gr. 110 – 164 **15,00€**  
S – 3XL **20,00€**



UNISEX ESSENTIAL 5-C POLOSHIRT  
Art. 2111902, Farbe rot/weiß

Gr. 128 – 164 **20,00€**  
S – 3XL **25,00€**



HERREN SOFTSHELLJACKE FUNCTION  
Art. 9060709, Farbe rot/weiß

Gr. 128 – 164 **45,00€**  
S – 3XL **50,00€**



DAMEN SOFTSHELLJACKE FUNCTION  
Art. 9060711, Farbe rot/weiß

Gr. 34 – 48 **50,00€**

VfL Hillesheim

Alle Preise gelten ab 1 Teil inkl. Druck Vereinslogo.  
Druck Initialen gegen Aufpreis von 3,50€.

Bestellung über  
WERK10  
Michelle Wergen  
Am Stockberg 10  
54576 Hillesheim

Telefon: 06593 - 7109780  
Mail: info@werk10.net

ARBEITSBEKLEIDUNG

SICHERHEITSSCHUHE

TEXTILVEREDELUNG

TEAMSPORT

180 m<sup>2</sup>  
Storefläche



**WERK10**

WORKWEAR/TEAMWEAR  
DRUCK & STICK

Outfits  
mit Style

WERK10 ist der regionale  
Spezialist im Bereich Arbeits-  
und Teambekleidung, Teamsport  
und Textilveredelung, egal ob als  
Dienstleister oder Lieferant.

www.werk10.net





# Über Kredite sprechen? Besser mit uns.

## **Der Sparkassen- Privatkredit mit Top-Beratung.**

Setzen Sie auf verantwortungsvolle Beratung statt auf gut gemeinte Ratschläge: Denn mit uns finanzieren Sie Ihre Vorhaben nicht nur sicher und schnell, sondern auch transparent und flexibel. Jetzt informieren – direkt in Ihrer Filiale oder online unter:  
[www.ksk-vulkaneifel.de](http://www.ksk-vulkaneifel.de)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



**Kreissparkasse  
Vulkaneifel**