DAS INFOMAGAZIN DES VfL HILLESHEIM 1920 E.V.

AKTUELL

3/2026



vfl-hillesheim.de



optik mertes

Burgstr. 2
54576 Hillesheim
Tel.: 06593-809713
info@optik-mertes.de

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

Markengläser in Sehstärke von r+h Rupp + Hubrach

www.optik-mertes.de

WBH
WATER
WBH Water GmbH · Industriestraße 22 · 54576 Hillesheim
Tel.: 0 65 93 / 98 79 - 0 · E-Mail: wbh@wbh-water.de
www.wbh-water.de

LÖWEN-APOTHEKE
HILLESHEIM
06593/217

Gerne können Sie auch das E-Rezept bei uns per App einlösen. Einfach QR-Code scannen.





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

twcom
ENTERPRISE-IT-MANAGEMENT

TWecm
ENTERPRISE-CONTENT-MANAGEMENT

www.tw-com.de

www.tw-ecm.de

HANDWERKER STR. 5 · 54576 HILLESHEIM

EDITORIAL



Liebe Vereinsmitglieder,

liebe Freundinnen und Freunde des VfL Hillesheim,

mit dieser Ausgabe unserer VfL aktuell geht ein Vereinsjahr zu Ende, in dem sich auf und neben dem Sportplatz viel getan hat. Beim Blättern durch das Heft fällt auf, wie viele verschiedene Gelegenheiten es bei uns gibt, zusammenzukommen. Manche lernen den VfL über das Kinderturnen kennen, andere über den Fußball, den Lauftreff oder einen Kurs. Und viele von Euch gehören schon seit Jahren dazu und sorgen dafür, dass aus einem Sportangebot ein Stück Vereinsleben wird.

Besonders gern denke ich an unser Sportfest zurück. Beim Tälchen-Run kamen knapp 110 Läuferinnen und Läufer ins Ziel. Für unsere Jüngsten war es ein besonderer Moment, als Samuel Fitwi den Startschuss für den Kinderlauf gab. Auch beim siebten Herbstferiencamp war die Freude am Sport zu spüren. Drei Tage lang wurde trainiert und gespielt. Die Mannschaften der C- bis A-Jugend konnten sich außerdem über neue Trainingsanzüge freuen. Das haben die Crowdfunding-Aktion „Viele schaffen mehr“ und weitere Sponsoren möglich gemacht. Dafür danke ich allen Beteiligten herzlich.

Auch aus den anderen Abteilungen gibt es Einiges zu berichten. In diesem Heft lest Ihr über Larissas starke Leichtathletiksaison und über unsere Fitnessgruppe in der „Außenstelle“ Niederehe. Wer selbst etwas Neues ausprobieren möchte, kann donnerstags dort im Gemeindehaus vorbeischauen. Gerade jetzt, wenn die Tage kürzer werden, ist ein fester Termin in der Woche eine gute Gelegenheit, gemeinsam in Bewegung zu bleiben.

Wer in diesen Tagen am Sportplatz vorbeikommt, sieht, dass sich auch dort etwas tut. Unser Kunstrasen wird erneuert. Für unsere Jugend- und Seniorenmannschaften ist der Platz ein wichtiger Treffpunkt. Umso mehr freue ich mich darauf, wenn dort wieder trainiert und gespielt werden kann. Mein Dank gilt allen, die die Arbeiten begleiten und den Trainings- und Spielbetrieb in der Zwischenzeit mit organisieren und durch die Baumaßnahmen zusätzliche Last tragen mussten.

Auch im Netz hat sich einiges verändert. Wir haben die VfL-Homepage neu aufgelegt, damit Ihr Sportangebote, Trainingszeiten und Ansprechpartner leichter findet. Auf unseren Social-Media-Kanälen geben wir mehr Einblicke in die Abteilungen und informieren über Spiele, Veranstaltungen und Aktionen. Als Nächstes soll unsere eigene VfL-App im App Store und im Google Play Store erscheinen. Sie soll die Organisation im Verein einfacher machen, etwa wenn sich eine Trainingszeit ändert oder eine Gruppe einen Termin abstimmt.

Unser VfL-Löwe braucht vor dem Jahreswechsel noch einen Namen. Acht stehen zur Wahl. Bis zum 12. Dezember kann auf vfl-hillesheim.de/loewe abgestimmt werden. Welcher Name es geworden ist, geben wir bei unserer Weihnachtsfeier bekannt.

Zu diesem gemeinsamen Jahresabschluss lade ich Euch herzlich ein. Wir treffen uns am Samstag, 12. Dezember, um 19 Uhr in den Milan Stuben. Bei einem Buffet und unserer traditionellen Tombola mit tollen Preisen wollen wir das Jahr in gemütlicher Runde ausklingen lassen. Bitte meldet Euch bis zum 1. Dezember an. Die Einzelheiten findet Ihr in der Einladung in diesem Heft.

Zum Jahresende möchte ich mich bei allen bedanken, die Training geben, Mannschaften betreuen, am Spielfeldrand helfen, Feste vorbereiten oder unseren Verein unterstützen. Vieles davon geschieht ganz selbstverständlich und oft im Hintergrund. Ich weiß das sehr zu schätzen. Ich wünsche Euch viel Freude beim Lesen, eine schöne Adventszeit und freue mich darauf, viele von Euch bei der Weihnachtsfeier wiederzusehen.

Sportliche Grüße, Euer

Gerald Schmitz

1. Vorsitzender VfL Hillesheim 1920 e.V.

INHALT

AKTUELLES VOM VORSTAND	5
ABTEILUNGEN	6
AKTUELLE MELDUNGEN	7–15
FUSSBALL	16
FITNESS-GRUPPE	20
KINDERTURNEN	21
ACTION KIDS	22
SCHWIMMEN FÜR KINDER	23
BASKETBALL	24
LAUFTREFF	25
FRAUEN-GYMNASTIK – BAUCH, BEINE, PO	28
MÄNNER-GYMNASTIK – FIT IN DIE WOCHE	29
SENIORENSPORT	30
DEUTSCHES OLYMPISCHES SPORTABZEICHEN	31
LEICHTATHLETIK	32
LEICHTATHLETIK-FÖRDERTRAINING	33
REHA-SPORT	34
NORDIC WALKING	35
SKI	35
BADMINTON	36
POWER FIT – TRAINING IM FREIEN	37
VOLLEYBALL	38
ZUMBA	39
HATHA YOGA	40
HOCHLEISTUNGS-INTENSITÄTS-INTERVALLTRAINING	41
VEREINSKOLLEKTION	42



AKTUELLES VOM VORSTAND

Oben: Der aktuelle Vorstand des VfL Hillesheim 1920 e. V. (von links): Gerald Schmitz (1. Vorsitzender), Andreas Parsch, Milou Hennes, Anja Stoffels, Annegret Remagen (Geschäftsführerin), Tim Blech, Julia Lach, Tomas Di Martino, Michaela Müller, Wolfgang Kloep, Valentina Schmitz, Markus Mertes, Erik Meyers, Jürgen Meyers, Kai Blech (2. Vorsitzender), Michael Knaps. Es fehlt Christian Schneider. (Foto zeigt den Vorstand Anfang diesen Jahres)

Name	Vorname	Funktion
Schmitz	Gerald	1. Vorsitzender, Abt.-Leiter Badminton, Schwimmen (komm.) und Volleyball (komm.)
Blech	Kai	2. Vorsitzender
Remagen	Annegret	Geschäftsführerin, Abt.-Leiter Basketball
Parsch	Andreas	Kassenwart
Kloep	Wolfgang	Mitgliedswesen, Abt.-Leiter Ski
Schmitz	Valentina	Abt.-Leiterin Bewegungssport
Meyers	Jürgen	Abt.-Leiter Fußball Senioren SG Vorsitzender + SG-Vorstand
Mertes	Markus	Abt.-Leiter Fußball Jugend JSG Jugendleiter
Müller	Michaela	Abt.-Leiterin Leichtathletik
Stoffels	Anja	Abt.-Leiterin Reha-Sport
Blech	Tim	Beisitzer
Schneider	Christian	Beisitzer
Meyers	Erik	Beisitzer
Knaps	Michael	Beisitzer
Di Martino	Tomas	Beisitzer

TERMINE 2026

12. Dezember: Weihnachtsfeier (Milan Stuben)

16. Dezember: Weihnachtliche Wichtelwerkstatt in der Sporthalle der ARS+

ABTEILUNGEN

Abteilung	Abteilungsleiter/in
Badminton	Gerald Schmitz
Basketball	Annegret Remagen
Bewegungssport *Frauen-Gymnastik* *Männer-Gymnastik* *Senioren-Gymnastik* *Kinderturnen* *Lauftreff* *Nordic Walking* *HIIT* *Zumba* *Power-Fit* *Hatha-Yoga*	Valentina Schmitz
Fußball Jugend	Markus Mertes

Abteilung	Abteilungsleiter/in
Fußball Senioren	Jürgen Meyers
Leichtathletik	Michaela Müller
Kinderschwimmen	Gerald Schmitz (komm.)
Reha-Sport	Anja Stoffels
Ski	Wolfgang Kloep
Volleyball	Gerald Schmitz (komm.)

IMPRESSUM

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

Redaktion:
Kai Blech, zeitung@vfl-hillesheim.de

Vorsitzender: Gerald Schmitz

Geschäftsführerin: Annegret Remagen

Gestaltung:
Hank Mediengestaltung, Jochen Hank, www.hankmedia.de

Fotos: Jochen Hank, VfL Hillesheim, JSG, SG, shutterstock, 123rf

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.





ERFOLGREICHER AUFTRITT BEIM MAARE-MOSEL-LAUF

Der Maare-Mosel-Lauf zählt zu den größten und traditionsreichsten Volksläufen der Region – und auch der VfL Hillesheim war in diesem Jahr wieder bestens vertreten.

Besonders im Fokus stand unsere neue Förder-Trainingsgruppe unter der Leitung von Anna Michels, die bei ihrem ersten gemeinsamen Wettkampf gleich ordentlich auf sich aufmerksam machte. Beim 1,2-km-Lauf der U12-Mädchen gingen fünf VfL-Läuferinnen an den Start – und alle fünf schafften es unter die Top 14 von insgesamt 60 Teilnehmerinnen. Clara gewann in einer tollen Zeit die Altersklasse U10, dicht gefolgt von Valentina, Elisa und Inge. Den Auftakt für die neue Gruppe machte Larissa perfekt, die sich mit einer starken Leistung den Gesamtsieg in diesem Lauf sichern konnte. Ein wirklich beeindruckender Einstand!

Auch beim anschließenden 5-km-Lauf zeigten die älteren Mädchen und Jungen des VfL starke Leistungen und konnten mit sehr guten Ergebnissen überzeugen. In der Altersklasse U14 belegte Merle einen tollen 2. Platz, Valentina, Pia und Luisa folgten auf Platz 4, 5 und 6. Und nicht zu vergessen Wim, der sich in der männlichen U14 auf Anhieb einen dritten Platz sicherte. Der erste gemeinsame Auftritt der Förder-Trainingsgruppe war damit rundum erfolgreich und macht Lust auf viele weitere Wettkämpfe.

Aber auch die übrigen VfL-Läuferinnen und -Läufer hatten allen Grund zur Freude: Im Halbmarathon konnten Reinhard und Agnes Mussler jeweils ihre Altersklasse gewinnen. Winfried Plein komplettierte das starke VfL-Ergebnis und belegte in derselben Altersklasse wie Reinhard einen hervorragenden 3. Platz.

Ein rundum erfolgreicher Lauftag für den VfL Hillesheim – und ein vielversprechender Start für unsere neue Förder-Trainingsgruppe! ●

ERFOLGREICHE JUGENDARBEIT

Die Jugendabteilung des VfL Hillesheim und der JSG Vulkanland blickt auf eine rundum positive Entwicklung.

EIN STARKES FUNDAMENT FÜR DIE ZUKUNFT

Die Jugendarbeit ist das Fundament eines jeden Fußballvereins. Dass dieses Fundament beim VfL Hillesheim und der JSG Vulkanland auf einem guten Weg ist, zeigen die zahlreichen Kinder und Jugendlichen auf unseren Sportplätzen ebenso wie die sportlichen Erfolge und das große Engagement rund um den Jugendfußball.

Die JSG Vulkanland besteht aus den fünf Stammvereinen VfL Hillesheim, SV Walsdorf, TuS Berndorf, SV Wiesbaum und Germania Dreis Brück. Ab der C-Jugend besteht zudem eine Kooperation mit der JSG Eifel Mitte, um auch in den älteren Jahrgängen einen leistungsorientierten und nachhaltigen Spielbetrieb zu ermöglichen.

Die Verantwortung innerhalb der Jugendleitung teilen sich Tomas Di Martino für die G- bis E-Jugend und Markus Mertes für den Bereich D- bis A-Jugend.

VON DEN BAMBINIS BIS ZUR A-JUGEND

Schon bei unseren jüngsten Fußballern herrscht reger Betrieb: Die G-Jugend zählt aktuell 16 Kinder, die F-Jugend 22 und die E-Jugend 24 Kinder. Besonders erfreulich ist, dass ein Großteil dieser Kinder aus dem VfL Hillesheim kommt. Engagierte Trainer sorgen dafür, dass Spaß am Fußball, Bewegung und das gemeinsame Erlebnis im Vordergrund stehen.

Auch sportlich gibt es bei den jüngeren Jahrgängen Grund zur Freude. Die E7 der JSG Vulkanland führt aktuell die Tabelle an. Darüber hinaus sind mehrere Mannschaften für die anstehende Hallenrunde beziehungsweise Hallenkreismeisterschaft gemeldet.

In den älteren Jahrgängen läuft es ebenfalls hervorragend: Am 15. November stand die D-Jugend auf Platz 1, A, B, C und E7 jeweils auf Platz 2. Die A-Jugend führt ihre Kombiliga aus Kreisklasse und Bezirksliga an.

Die übrigen Teams belegen ebenfalls hervorragende Platzierungen. Hinter diesen Erfolgen stehen zahlreiche Trainer und Betreuer, die Woche für Woche viel Zeit und Herzblut in die Ausbildung und Betreuung unserer Nachwuchsspieler investieren.

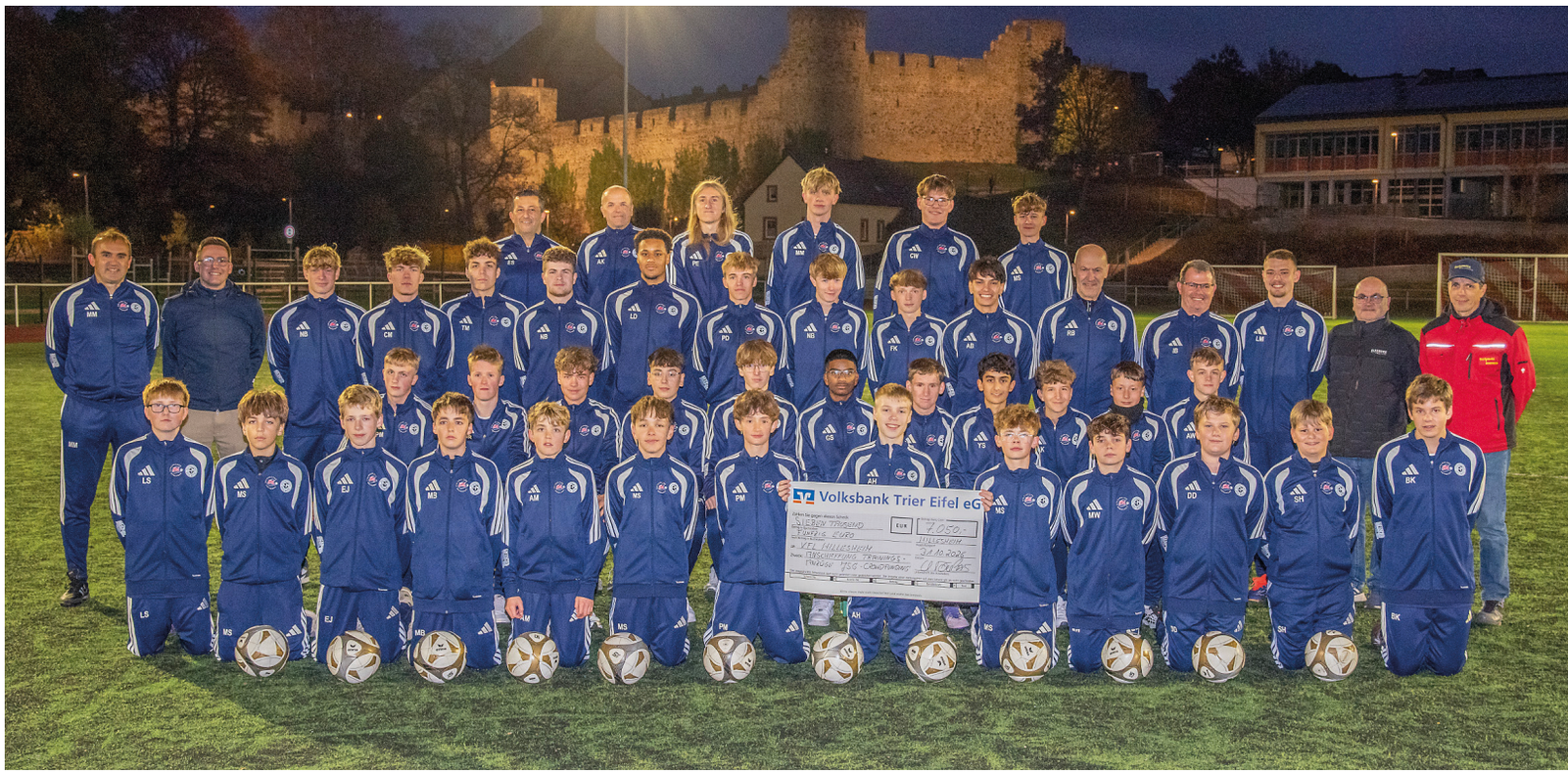
MEHR ALS NUR FUSSBALL – VERANSTALTUNGEN UND GEMEINSCHAFT

Im Rahmen des diesjährigen Sommersportfestes organisierte der VfL Hillesheim Turniere und Meisterschaftsspiele auf dem Sportplatz in Hillesheim. Ein besonderes Highlight war der Kuchenverkauf, durch den beeindruckende 800 Euro an Spendeneinnahmen erzielt werden konnten. Ein herzliches Dankeschön gilt allen Helferinnen und Helfern, die zu diesem tollen Ergebnis beigetragen haben.

Ein weiterer fester Bestandteil des Vereinskalenders ist das Fußballherbstferiencamp mit der Dürener Fußballschule. Bereits zum siebten Mal in Folge konnte der VfL Hillesheim diese Veranstaltung durchführen. Insgesamt 35 Kinder im Alter von fünf bis 15 Jahren nahmen an dem dreitägigen Camp teil.
In drei altersgerechten Trainingsgruppen wurde den Kindern ein abwechslungsreiches Fußballprogramm geboten.
Die Teilnehmer wurden voll verpflegt und konnten ihr gemeinsames Mittagessen im Atrium der Grundschule einnehmen. Das Camp ist inzwischen zu einer festen Größe geworden und erfreut sich großer Beliebtheit.

NEUE TRAININGSANZÜGE DANK STARKER UNTERSTÜTZUNG

Auch bei der Ausstattung unserer Jugendmannschaften hat sich einiges getan. Für die C- bis A-Jugend konnten neue Trainingsanzüge angeschafft werden. Möglich wurde dies durch das Crowdfunding-Projekt „Viele schaffen mehr“ der Volksbank, bei dem der VfL Hillesheim als Projektstarter auftrat.
Zusätzlich unterstützten drei Sponsoren die einzelnen Mannschaften: Schmitz Haustechnik engagierte sich für die C-Jugend, Bodyfit für die B-Jugend und Cleantec für die A-Jugend.



Die C- bis A-Jugend konnten dank eines Crowdfunding-Projektes und drei weiterer Sponsoren mit neuen Trainingsanzügen ausgestattet werden

Ein herzliches Dankeschön gilt allen Sponsoren sowie der Volksbank für die Unterstützung. Die neuen Trainingsanzüge sorgen nicht nur für einen einheitlichen Auftritt, sondern stärken auch das Zusammengehörigkeitsgefühl innerhalb unserer Mannschaften. Für das kommende Jahr ist bereits die Ausstattung der G- bis D-Jugend geplant. Damit soll künftig die gesamte Jugendabteilung einheitlich auftreten können.

GEMEINSAM IN EINE ERFOLGREICHE ZUKUNFT

Die aktuelle Entwicklung zeigt eindrucksvoll, was durch gute Zusammenarbeit, engagierte Trainer, unterstützende Eltern, Sponsoren und die beteiligten Vereine erreicht werden kann.

Natürlich stehen die sportlichen Erfolge und Tabellenplätze derzeit besonders im Blickpunkt. Mindestens genauso wichtig ist jedoch, dass Kinder und Jugendliche beim VfL Hillesheim und der JSG Vulkanland eine sportliche Heimat finden, Freundschaften schließen und Werte wie Teamgeist, Fairness und Zusammenhalt erleben.

Ein großer Dank gilt deshalb allen Trainerinnen und Trainern, Betreuern, Eltern, Helferinnen und Helfern sowie unseren Sponsoren und Unterstützern. Ohne dieses ehrenamtliche Engagement wäre eine solche Jugendarbeit nicht möglich. ●



FUSSBALL UND JEDE MENGE SPASS

VfL Hillesheim begeistert beim 7. Herbstferiencamp

Drei Tage Fußball, viele strahlende Gesichter und jede Menge gemeinsamer Erlebnisse: Vom 7. bis zum 9. Oktober 2026 veranstaltete der VfL Hillesheim bereits zum siebten Mal in Folge sein beliebtes Fußball-Herbstferiencamp in Zusammenarbeit mit der Dürener Fußballschule. Rund 35 Kinder im Alter von fünf bis 15 Jahren nahmen an dem dreitägigen Camp teil. Die Resonanz war wie in den vergangenen Jahren ausgesprochen positiv.

Von Mittwoch bis Freitag trainierten die Nachwuchskicker täglich von 8:30 Uhr bis 15:00 Uhr. Um den unterschiedlichen Altersgruppen und Leistungsständen gerecht zu werden, wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in drei altersgerechte Gruppen eingeteilt. So konnten die Kinder gezielt gefördert werden und entsprechend ihren individuellen Fähigkeiten trainieren.

Im Mittelpunkt standen abwechslungsreiche Trainingseinheiten mit theoretischen und praktischen Inhalten. Neben der Verbesserung der fußballerischen Fähigkeiten ging es darum, die Begeisterung für den Sport zu wecken und zu erhalten. Die Philosophie der Dürener Fußballschule setzt dabei auf altersgerechtes Training, individuelle Förderung und vor allem auf die Freude am Lernen und Spielen. Denn sportliche Entwicklung gelingt besonders gut, wenn Lernbereitschaft, Motivation und Spaß zusammenkommen.

Auch das Wetter zeigte sich während der drei Camptage teilweise von seiner anspruchsvollen Seite. Der guten Stimmung tat dies jedoch keinen Abbruch: Die Kinder waren mit großem Einsatz dabei, feuerten sich gegenseitig an und hatten sichtlich Freude an den gemeinsamen Trainingseinheiten. Wie in jedem Jahr entstanden dabei neue Freundschaften, während bereits bestehende Kontakte weiter vertieft wurden. Gerade diese Gemeinschaft macht den besonderen Reiz des Feriencamps aus.

Für die passende Ausstattung und Verpflegung war ebenfalls gesorgt. Alle Teilnehmer erhielten einen Trikotsatz der Dürener Fußballschule sowie eine Urkunde und einen Pokal als Erinnerung an die gemeinsamen Tage. Müsliriegel, Getränke und ein tägliches Mittagessen rundeten das Angebot ab.

Das gemeinsame Mittagessen fand im Atrium der Grundschule Hillesheim statt. Für die Verpflegung sorgte – wie bereits in den Vorjahren – der Frischemarkt und Partyservice Thiesen aus Schuld an der Ahr. Das Unternehmen ist auf kindgerechte Verpflegung sowie die Belieferung von Schulen und Freizeitangeboten spezialisiert und leistete damit erneut einen wichtigen Beitrag zum Gelingen des Camps.

WICHTIGES ANGEBOT FÜR KINDER UND FAMILIEN

Die Bedeutung solcher Ferienangebote geht weit über den Fußballplatz hinaus. Bewegungsmangel bei Kindern und Jugendlichen ist ein Thema, das zunehmend Aufmerksamkeit erhält. Regelmäßige Bewegung, gemeinsames Spielen und sportliche Herausforderungen fördern nicht nur die körperliche Entwicklung, sondern auch soziale Fähigkeiten wie Fairness, Rücksichtnahme, Teamgeist und gegenseitigen Respekt.

Gleichzeitig stehen Vereine und Familien vor wachsenden Herausforderungen. Begrenzte Kapazitäten bei Sportanlagen und Turnhallen erschweren vielerorts zusätzliche Bewegungsangebote. Hinzu kommt die schwierige Vereinbarkeit von Schulferien und Berufstätigkeit: Über das Jahr verteilt summieren sich die Schulferien auf rund zwölf Wochen, während vielen Beschäftigten lediglich etwa sechs Wochen Jahresurlaub zur Verfügung stehen. Für berufstätige Eltern bedeutet das einen erheblichen organisatorischen Aufwand.



Die teilnehmenden Kinder beim diesjährigen Fußballcamp.

Feriencamps wie das Angebot des VfL Hillesheim schaffen hier einen Mehrwert. Sie bieten Kindern eine aktive und abwechslungsreiche Feriengestaltung und ermöglichen Eltern zugleich eine verlässliche Betreuung während der Arbeitszeit. Gleichzeitig leisten die Vereine einen wichtigen Beitrag zum gesellschaftlichen Leben vor Ort. Sie schaffen Begegnungsmöglichkeiten, fördern die Gemeinschaft und geben Kindern Raum, sich sportlich und persönlich weiterzuentwickeln.

FORTSETZUNG IM KOMMENDEN JAHR BEREITS IN SICHT

Auch 2027 soll das Fußballangebot in der Region fortgesetzt werden. In den Sommerferien ist ein Fußballcamp des SV Wiesbaum geplant, während der VfL Hillesheim voraussichtlich wieder in den Herbstferien ein Camp anbieten wird. Ein besonderes Ereignis steht dabei ebenfalls bevor: Die Dürener Fußballschule Werner Nefgen feiert im kommenden Jahr ihr 25-jähriges Bestehen.

Markus Mertes, Jugendleiter des VfL Hillesheim, zieht ein positives Fazit: Das inzwischen siebte Herbstferiencamp in Folge zeigt, dass die Kombination aus qualifiziertem Fußballtraining, guter Organisation und einem gemeinschaftlichen Erlebnis bei Kindern und Familien sehr gut ankommt. Der Dank gilt allen Beteiligten, die durch ihre Unterstützung und ihren Einsatz zur Durchführung beigetragen haben.

Nach drei intensiven Tagen bleibt vor allem eines in Erinnerung: Kinder, die gemeinsam Fußball spielen, Neues lernen, sich gegenseitig unterstützen und mit vielen schönen Erlebnissen nach Hause gehen. Damit hat das Herbstferiencamp erneut gezeigt, wie wertvoll solche Angebote für Kinder, Familien und das Vereinsleben in Hillesheim sind. ●

JETZT ENTDECKEN:
WWW.VFL-HILLESHEIM.DE

MITGLIEDSANTRAG JETZT ONLINE MÖGLICH!



STARKE SAISON FÜR LARISSA



Das Jahr begann für Larissa bereits mit einem tollen Erfolg: Im März sicherte sie sich erneut den Titel bei den Crosslaufmeisterschaften der Region Vulkaneifel. Und damit nicht genug – auch im weiteren Saisonverlauf ging es erfolgreich weiter!

Bei den Bahnwettkämpfen im Frühjahr und Sommer konnte Larissa ihre Zeit über die 800 Meter kontinuierlich verbessern. Bei den Kreismeisterschaften in Prüm stellte sie schließlich mit starken 2:47 Minuten eine neue persönliche Bestzeit auf.

Ihren ersten überregionalen Wettkampf bestritt Larissa beim Flutlichtmeeting in Trier. Im Talentlauf der Altersklasse W11 über 800 Meter behauptete sie sich in einem starken Teilnehmerfeld und erreichte einen hervorragenden 6. Platz unter 21 Starterinnen. Ein beachtlicher Erfolg, auf den sie stolz sein kann!

Mit ihren konstant guten Leistungen im Laufe des Jahres hat Larissa auch die Aufmerksamkeit des Leichtathletik-Verbandes auf sich gezogen. Als Anerkennung für ihre tolle Entwicklung wurde sie in die Talentfördergruppe 2027 eingeladen. Im Rahmen verschiedener Trainingscamps des LVRR wird sie künftig gezielt auf weitere Wettkämpfe vorbereitet und in ihrer sportlichen Entwicklung gefördert, natürlich in enger Abstimmung und mit Unterstützung unserer Trainerin Anna Michels.

Herzlichen Glückwunsch zu dieser starken Saison, Larissa! Wir wünschen dir ganz viel Spaß und spannende Erfahrungen in der Talentfördergruppe und drücken dir für deine kommenden Wettkämpfe weiterhin fest die Daumen! ●

BAHNABSCHLUSS IN BAD NEUENAHR



Mit acht Jugendlichen und Trainerin Anna Michels war unsere Leichtathletik-Abteilung beim Bahnabschluss in Bad Neuenahr vertreten. Für die meisten unserer Nachwuchsathleten war es die erste Teilnahme an einer solchen Leichtathletik-Veranstaltung. Umso schöner waren die tollen Leistungen und Ergebnisse, die unsere Jugendlichen mit nach Hause nehmen konnten!

Bohdan und Vladyslav zeigten sich über 100 und 200 Meter in starker Form. Larissa, Merle und Wim gingen über 2.000 Meter erfolgreich an den Start, während Johann die 3.000 Meter in einer guten Zeit absolvierte. Anton stellte sich der 400-Meter-Distanz und Luisa sprintete sowohl im Einzel als auch in der Staffel über 75 Meter.

Ganz besonders erfreulich: Unsere neu gebildeten Staffeln überzeugten auf ganzer Linie! Besonders die Jungs sorgten für einen starken Auftritt. Bei ihrem allerersten gemeinsamen Start über 4 x 100 Meter blieben sie direkt unter der 50-Sekunden-Marke – eine klasse Leistung!

Mit diesen schönen Erfolgen verabschiedet sich unsere Jugend vorerst von der Bahnsaison. Im Winter geht es bei verschiedenen Crossläufen weiter, bevor unsere Nachwuchsathleten im Frühjahr wieder auf die Bahn zurückkehren. ●

Liebe Mitglieder des VfL,

wir laden euch herzlich zu unserer diesjährigen Weihnachtsfeier ein! Lasst uns gemeinsam das Jahr ausklingen und die festliche Stimmung genießen.

Datum: **12. Dezember 2026**
Uhrzeit: **19:00 Uhr**
Ort: **Milan Stuben**

Für das leibliche Wohl ist mit einem gewohnt köstlichen Buffetessen gesorgt. Zudem erwartet euch unsere traditionelle Tombola mit tollen Preisen!

Anmeldung und Zahlung:

Bitte meldet euch bis spätestens 1. Dezember 2026 bei eurem Trainer an und zahlt **20 €** Eigenanteil pro Teilnehmer oder überweist den Betrag auf eines der VfL-Konten:

Kreissparkasse Vulkaneifel
DE92 5865 1240 0002 0038 87, BIC: MALADE51DAU

Volksbank Eifel eG
DE07 5866 0101 0001 0106 65, BIC GENODED1BIT

Wir freuen uns auf einen wunderbaren Abend mit euch!

Mit sportlichen Grüßen, euer VfL Vorstand

VfL Hillesheim
1920 e.V.



TÄLCHEN-RUN BEGEISTERT LÄUFER AUS NAH UND FERN

Im Rahmen unseres Sportfestes fand in diesem Jahr bereits zum zweiten Mal der Tälchen-Run statt – und auch diesmal durften wir uns über eine tolle Resonanz freuen: Knapp 110 Läuferinnen und Läufer erreichten das Ziel!

Bei bestem Laufwetter machten sich Teilnehmer aus nah und fern auf den Weg und genossen die schöne Strecke durch das Bolsdorfer Tälchen. Ob ambitioniert oder einfach mit Freude an der Bewegung – der Spaß am gemeinsamen Laufen stand für viele im Mittelpunkt. Die durchweg gute Stimmung und die zahlreichen zufriedenen Gesichter im Ziel zeigten, dass unsere Laufveranstaltung inzwischen ihren festen Platz im Rahmen des Sportfestes gefunden hat.

Ein besonderes Highlight für Groß und Klein war der Besuch von Olympia-Teilnehmer Samuel Fitwi, der eigenhändig den Startschuss für den Kinderlauf gab.

Als kleine Erinnerung an ihre Teilnahme durfte sich jeder Läufer im Ziel über eine Urkunde freuen. Die jeweils drei Erstplatzierten der einzelnen Läufe wurden zusätzlich mit einer Medaille ausgezeichnet.



Die vielen positiven Rückmeldungen haben uns besonders gefreut und motivieren uns, den Tälchen-Run auch im kommenden Jahr fortzuführen. Wir hoffen, dann wieder genauso viele – und vielleicht sogar noch mehr – Laufbegeisterte an der Startlinie begrüßen zu dürfen! ●

FUSSBALL



ANSPRECHPARTNER

Jugendleiter G-E Jugend
Tomas di Martino 0163 7827790
Jugendleiter D-A Jugend
Markus Mertes 0178 8689315

G-JUGEND
Jahrgänge: 2019/2020
Martin Treitges 0160 93632947
Dennis Krebsbach 0176 61840093

F-JUGEND
Jahrgänge: 2018/2019
Tomas di Martino 0163 7827790
Daniel Dreimüller 0151 11197547

E-JUGEND 7ER (Kreisoberliga)
Jahrgänge: 2016/2017
Alexander Schorn 0160 8383970
Marcel Lehnert

E-JUGEND 5ER
Christoph Geppert 01512 5311067
Tobias Brang 01577 3673519

D-JUGEND
Jahrgänge: 2014/2015
Christoph Schäfer 0176 56804981
Ingo Wawers 0177 5255916
Thorsten Blum 0170 8932938
Christoph Schneider 0171 6530611

C-JUGEND
Jahrgänge: 2012/2013
Markus Mertes 0178 8689315
Andreas Kurth 01525 4606759

B-JUGEND
Jahrgänge: 2010/2011
Luca Martinetz 01515 6905305
Erkan Sever 0170 5911414
Ralf Kahllenberger 01511 5702182

A-JUGEND
Jahrgänge: 2008/2009
Rainer Bauer 0177 3379483

ALTE HERREN
(Zusammenschluss mit Berndorf, Walsdorf und Wiesbaum)
Guido Kloep 0177 6843207





G JUGEND



F JUGEND



E JUGEND

SAISON 2026/2027

SAISON 2026/2027



D JUGEND



C JUGEND



B JUGEND



A JUGEND



FITNESS-GRUPPE

Fit werden. Gemeinsam. Mit Spaß.
Du hast Lust, dich zu bewegen, fitter zu werden oder aktiv zu bleiben? Dann schau in unserer neuen Fitness-Gruppe vorbei! Wir trainieren abwechslungsreich und mit guter Laune – mal kräftigend, mal ausdauernd, mal beweglich. Ganz egal, ob du gerade erst anfängst oder schon Erfahrung hast: Jeder macht mit, so wie er kann. Leistungsdruck gibt es bei uns nicht, dafür umso mehr Motivation und Spaß an der Bewegung. Einfach vorbeikommen, mitmachen und in Bewegung bleiben!





INFOS

Kontakt:	Michaela Müller
Telefon:	0151 / 51778914
E-Mail:	fitness@vfl-hillesheim.de
Zielgruppe:	Alle, die sich gerne fit halten wollen
Treffpunkt:	Gemeindehaus Niederehe
Wann:	Donnerstags von 19 bis 20 Uhr



KINDERTURNEN
& ELTERN-KIND-TURNEN



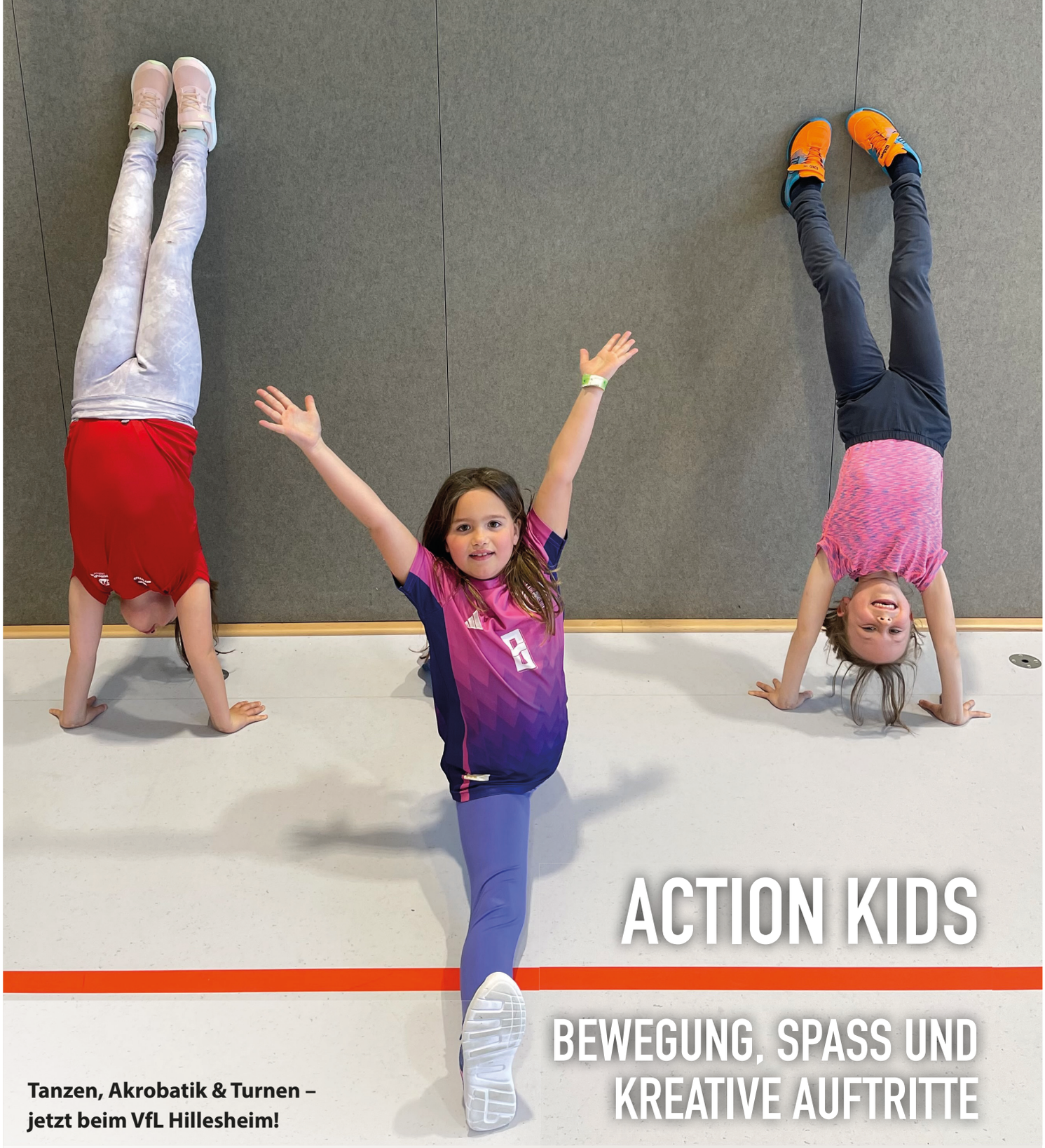


INFOS

Kontakt: Sarah Benner
Lena Strozyk
E-Mail: kinderturnen@vfl-hillesheim.de
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. 3-7 Jahren
Wann: Gruppe 1: mittwochs 16:50 - 17:35 Uhr
Gruppe 2: mittwochs 17:40 – 18:25 Uhr



ACTION KIDS

BEWEGUNG, SPASS UND KREATIVE AUFTRITTE

Tanzen, Akrobatik & Turnen –
jetzt beim VfL Hillesheim!

Vor einem Monat ist „ActionKids“ gestartet, das aufregende Bewegungsprogramm für Kinder von 7 bis 9 Jahren. Hier könnt ihr euch beim Tanzen, Turnen und Akrobatik auspowern, kreative Choreografien ausprobieren und gemeinsam Spaß haben!

Doch das Beste: Ihr steht auf der Bühne!
Mit spektakulären Auftritten bei Sportfesten, Karnevalsveranstaltungen und anderen Events könnt ihr zeigen, was in euch steckt.

INFOS

Trainerinnen:	Margarete Holbach
	Valentina Schmitz
E-Mail:	bewegungssport@vfl-hillesheim.de
Ort:	Turnhalle der Realschule plus
Wann:	Montags 16 - 17 Uhr



SCHWIMMEN FÜR KINDER



ÜBUNGSLEITER GESUCHT!

Zur Verstärkung unseres Teams im Bereich Anfängerschwimmen (Eltern-Kind-Schwimmen & Seepferdchen-Kurse) suchen wir Übungsleiter/-innen.

Wir bieten:

- *ein motiviertes und offenes Team*
- *Unterstützung bei Lizenzen und Fortbildungen*
- *eine faire Vergütung*

Interesse? *Dann melde dich gerne bei Gerald Schmitz: schwimmen@vfl-hillesheim.de*

INFOS

Kontakt:	Gerald Schmitz (komm.)
E-Mail:	schwimmen@vfl-hillesheim.de
Zielgruppe:	Eltern-Kind-Schwimmen ab 3 Jahren, Schwimmkurse ab 5 Jahren
Ort:	Schwimmbad Grundschule Hillesheim

Hinweis zur Anmeldung:

Aufgrund der großen Nachfrage sind zurzeit keine sofortigen Neuanmeldungen möglich.

Aber: *Es besteht eine Warteliste, die mit besten Bemühungen und im Rahmen unserer Kapazitäten abgearbeitet wird. Wir informieren über freie Plätze an dieser Stelle, auf unserer Homepage und per E-Mail.*

BASKETBALL







INFOS

Kontakt:	Annegret Remagen
E-Mail:	basketball@vfl-hillesheim.de
Telefon:	06593 / 96 65 (abends)
Zielgruppe:	Basketball-Begeisterte ab 13 Jahren
Ort:	Sporthalle BBS Gerolstein
Wann:	Montag ab 18.30 Uhr (Jugend) Freitag ab 20.00 Uhr (Herren) (ganzjährig, außer in den Schulferien)

LAUFTREFF

! NEUER TERMIN MITTWOCHS 19 UHR

Du läufst vielleicht schon mehr oder weniger regelmäßig oder würdest es gerne mal probieren?
Alleine fällt es dir aber schwer, dich zu motivieren?
Dann bist du in unserem neuen Lauftreff genau richtig!

Bei uns wird der Spaß am Laufen im Vordergrund stehen und nicht die gelaufenen Kilometer oder Bestzeiten, deswegen sind vor allem Laufanfänger sehr herzlich bei uns willkommen. Natürlich dürfen auch erfahrenere Läufer gerne teilnehmen, die Lust auf eine gemütliche Laufeinheit in Gesellschaft haben.

Unsere Runde wird uns hauptsächlich durchs Bolsdorfer Tälchen führen, da wir ja dort quasi die perfekte Laufstrecke direkt vor der Tür haben, die wir variabel verlängern/verkürzen können.





INFOS

Kontakt:	Michaela Müller
Telefon:	0151 / 51778914
E-Mail:	lauftreff@vfl-hillesheim.de
Zielgruppe:	Laufanfänger, Läufer und alle, die es werden wollen
Treffpunkt:	Pavillon am See, Bolsdorfer Tälchen
Wann:	Mittwoch 19 Uhr





DSI KÜCHEN
BERATUNG – PLANUNG – VERKAUF
INDUSTRIESTR. 20 | 54576 HILLESHEIM
TEL. +49 6593 8028120 WWW.DSI-KUECHEN.DE
TERMINE NACH TELEFONISCHER VEREINBARUNG

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

Reisedienst HENS

Busreisen für Gruppen, Vereine, Unternehmen und Schulen

06595 774
reisedienst-hens.de

Für Sie vor Ort:
Vulkanweg 4a
54579 Üxheim-Heyroth

JETZT NEU:
Vulkanring 33
56568 Gerolstein

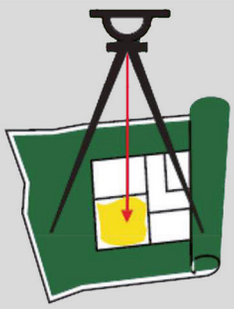


Vermessungsarbeiten

Vermessungsbüro
Dipl.-Ing. Dieter Brill

Michel-Reineke-Straße 12
54550 Daun
Tel. 0 65 92/96 73-0
Fax 0 65 92/96 73-20

E-Mail: Vermessung@oebvi-brill.de
Homepage: http://www.oebvi-brill.de



Katasterauskunft
Lagepläne für Bauanträge mit Eigentümer-verzeichnis



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



Vorsorge – eine Sorge weniger.

Welling
BESTATTUNGEN

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



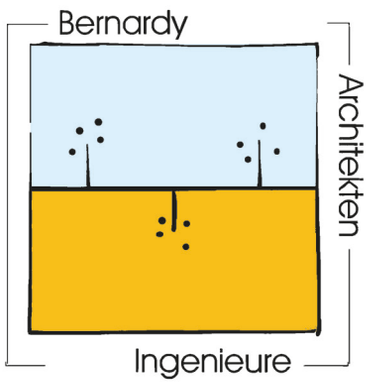
Walsdorf & Hillesheim ✆ 06593-323 · Dreis-Brück ✆ 06595-263
www.bestattungen-welling.de



Bernardy
Architekten und Ingenieure

Beratung * Planung *Ausführung
Bauleitung * SiGeKo

Telefon 0 65 93 / 98 69 0
Mail: info@bernardy-ai.de
Aachener Straße 9 in 54576 Hillesheim



... immer fit am Bau!

BAUEN MIT PLAN!



IHR PARTNER FÜR

Elektro. Sicherheit. Technik.

- Elektroinstallation
- Brandschutz & Vorbeugung
- Flucht- und Rettungswegbeschilderung
- Einbruch- & Gebäudeschutz
- Rauchabzug
- Schließsysteme
- Telefonanlage
- Beleuchtungstechnik
- E-Mobilität

WALLA.

Telefon: +49 6591 98300
E-Mail: info@walla.gmbh

www.walla.gmbh
Raiffeisenstraße 14
54568 Gerolstein

IHRE ANZEIGE?

MÖCHTEN SIE MIT IHREM UNTERNEHMEN IN UNSERER ZEITSCHRIFT VERTRETEN SEIN? DANN MELDEN SIE SICH BEI UNS UNTER ZEITUNG@VFL-HILLESHEIM.DE





FRAUEN-GYMNASTIK
BAUCH, BEINE, PO

INFOS

Gymnastik ist ein breit gefächertes Gebiet.
Es ist ein gezieltes Sportangebot, das darauf ausgelegt ist, die körperliche Fitness zu fördern.
Ziel ist die Verbesserung der Haltung, die Stärkung der Muskulatur (besonders Rücken, Bauch, Beine, Po), sowie die Förderung von Kraft, Koordination und Ausdauer.
Inhalte: Mix aus Funktionsgymnastik und Stretching
Geräte: Nutzung von Kleingeräten (Hanteln, Fitness-Loops, Stab, Redondo-Ball, Therabänder), Stepper, Pezzibälle und Flexi-Stab

Kontakt:	Anja Stoffels
E-Mail:	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









MÄNNER-GYMNASTIK
FIT IN DIE WOCHE





INFOS

Gymnastik ist eine der umfassendsten und dynamischsten Sportarten zur Entwicklung körperlicher Fähigkeiten wie Kraft, Flexibilität, Geschwindigkeit, Koordination, Stärke und Gleichgewicht.
Inhalte: Die Übungseinheiten bestehen aus einem Mix aus Aufwärmen, gezielten Kraftübungen (oft mit eigenem Körpergewicht oder Kleingeräten), Gleichgewichtsübungen und Stretching.
Der Fokus liegt auf gesundheitsorientierter Bewegung, angepasst an das individuelle Fitnesslevel.
Zusammenfassend ist Männergymnastik ein ausgewogenes Training, um fit, beweglich und gesund zu bleiben.

Kontakt:	Anja Stoffels
E-Mail:	gymnastik@vfl-hillesheim.de
Telefon:	06593/95 74 oder mobil 0171/ 74 14 638
Ort:	Sporthalle der Grundschule Hillesheim
Wann:	dienstags von 19:30 bis 20:30 Uhr



SENIORENSPORT





INFOS

Kontakt:	Michaela Müller
E-Mail:	seniorengymnastik@vfl-hillesheim.de
Telefon:	0151-51778914
Zielgruppe:	Seniorinnen und Senioren ab ca. 60 Jahre
Ort:	Sporthalle der Grundschule Hillesheim
Wann:	Mittwochs 16:30 Uhr - 17:15 Uhr



DEUTSCHES OLYMPISCHES SPORTABZEICHEN





Das Deutsche Olympische Sportabzeichen ist die höchste Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten wie Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Aus jeder dieser Disziplingruppen muss eine dem Alter entsprechende Leistung erbracht werden, daneben auch der Nachweis der Schwimmfertigkeit.

Seit Sommer 1996 bietet der VfL Hillesheim unter Leitung der lizenzierten Sportabzeichen-Prüfer Maria und Hans Keßler die Abnahme für das Deutsche Olympische Sportabzeichen an. Sportabzeichen-Treffs finden von April bis Oktober immer freitags um 18 Uhr auf der Sportanlage in Hillesheim statt. Eine Mitgliedschaft im VfL Hillesheim ist dabei nicht zwingend erforderlich. Das Deutsche Olympische Sportabzeichen ist ein Leistungstest für jedermann.

22 Kinder und Jugendliche, 41 Erwachsene und zehn Familien haben in diesem Jahr das Sportabzeichen geschafft.

INFOS

Kontakt:	Maria Keßler
E-Mail:	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
Abteilungsleiterin:	Michaela Müller
E-Mail:	leichtathletik@vfl-hillesheim.de
Telefon:	0151/51778914
Zielgruppe:	Kinder/Jugendliche von 6-14 Jahren
Ort:	Sportplatz, Turnhalle (Winter)
Wann:	dienstags 16 -17:30 Uhr



LEICHTATHLETIK-FÖRDERTRAINING



Endlich ist es so weit!
Seit Juli können wir ein Leichtathletik-Fördertraining für ältere Kinder ab ca. 10 Jahren anbieten.

Anna Michels, ehemalige LGV- und immer noch Top-Läuferin, unterstützt nun unser Trainer-Team. Die Sportstudentin, gebürtig aus der Vulkaneifel, studiert in Mainz und wird am Wochenende das Training hier beim VfL übernehmen.

Das Angebot richtet sich sowohl an Kinder als auch an junggebliebene Erwachsene, die Interesse an leistungsorientierter Leichtathletik haben. Das Ziel des Trainings soll die Förderung von Talenten beim Laufen, Springen und Werfen sowie die Teilnahme an Wettkämpfen sein. Wenn das genau das Richtige für dich ist, dann setze dich gerne mit uns in Verbindung!

INFOS

Kontakt:	Anna Michels
E-Mail:	foerdertraining@vfl-hillesheim.de
Training:	am Wochenende, nach Absprache



REHA-SPORT

INFOS

Die Reha-Sportgruppe richtet sich an Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen, die in Bewegung kommen und bleiben möchten. Das angebotene Funktionstraining wird in einem zertifizierten Kurs über den VfL Hillesheim von einer lizenzierten Übungsleiterin als Hilfe zur Selbsthilfe durchgeführt.

Die Teilnahme erfolgt auf Basis einer Verordnung des behandelnden Arztes. Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen, den Trägern der gesetzlichen Rentenversicherung usw. übernommen.

Der Kurs wird sehr gut angenommen. Die Dauer der Teilnahme ist auf 2 Verordnungen je 50 Übungseinheiten begrenzt. Danach wird von dem Verband für Rehasport die Überleitung der Teilnehmer in ein adäquates Gymnastikangebot eines Sportvereins empfohlen, um körperliche Funktionen dauerhaft zu erhalten bzw. Funktionsstörungen vorzubeugen oder abzumildern.

Kontakt:	Anja Stoffels
E-Mail:	reha-sport@vfl-hillesheim.de
Telefon:	06593/95 74 oder mobil 0171/ 74 14 638
Ort:	Sporthalle der Grundschule Hillesheim
Wann:	Dienstags 17:15 Uhr - 18 Uhr







NORDIC WALKING



INFOS

Kontakt:	Valentina Schmitz
E-Mail:	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



INFOS

Wintersportbegeisterte Mitglieder und alle, die es werden wollen, sind herzlich eingeladen, sich dieser 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



SKI



BADMINTON





INFOS

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



POWER FIT



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 als Intervalltraining aufgebaut und intensiv. Als Zusatzmittel werden beispielsweise Springseil, Kettlebell und Klimmzugstange 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
Ort:	Turnhalle Grundschule
Wann:	mittwochs von 20 bis 21 Uhr

VOLLEYBALL





INFOS

Kontakt:	Gerald Schmitz (komm.)
E-Mail:	volleyball@vfl-hillesheim.de
Ort:	Neue Turnhalle Realschule plus
Wann:	Donnerstags 19 -20 Uhr



ZUMBA





INFOS

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



HATHA YOGA

INFOS

Gönn dir nach einem langen Tag
eine kraftvolle und zugleich beruhigende
Hatha-Yoga-Praxis, die Beweglichkeit,
Stärke und innere Ruhe fördert.
Ideal für sportliche Menschen,
die Körper und Geist
bewusst ausbalancieren möchten.

Kontakt:	Ramona Schaefer
E-Mail:	yoga@vfl-hillesheim.de
Telefon:	0174/2673037
Ort:	Kursraum im Kino Hillesheim
Wann:	Montags 19-20 Uhr
Mitbringen:	Yogamatte sowie wenn vorhanden: Yogaklötze, -gurt, -rolle und eine Decke

Stärke Deinen Körper – beruhige Deinen Geist





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:	Oliver Bröss
Telefon:	0170-5210737
Ort:	Sporthalle Grundschule Hillesheim
Wann:	Montags 20 - 21 Uhr

VfL Hillesheim
1920 e.V.

Vereinskollektion

WERK10 WORKWEAR/TEAMWEAR DRUCK & STICK Outfits mit Style

ADRESSE Am Stockberg 10 · 54576 Hillesheim
TELEFON 06593-7109780 · MAIL info@werk10.net

Erima Racing T-Shirt

Herren



128 - 164
30,- €
~~UVP 40,00 €~~

S - 3XL
30,- €
~~UVP 45,00 €~~

Art.-Nr. 8082301

Erima Racing T-Shirt

Damen



XS - 2XL
30,- €
~~UVP 45,00 €~~

Art.-Nr. 8082307

Erima Softshelljacke Funktion

Herren & Kids



128 - 164
60,- €
~~UVP 110,00 €~~

S - 3XL
60,- €
~~UVP 120,00 €~~

Art.-Nr. 9060709

Erima Softshelljacke Funktion

Damen



34 - 48
60,- €
~~UVP 120,00 €~~

Art.-Nr. 9060711

Craft Progress 2.0 Polo

Herren



XS - 3XL
25,- €
~~UVP 35,00 €~~

Art.-Nr. 1913448

Farbe 430000 (rot)
999000 (schwarz)

Craft Progress 2.0 Polo

Damen



XS - 2XL
25,- €
~~UVP 35,00 €~~

Art.-Nr. 1913449

Farbe 430000 (rot)
999000 (schwarz)

Craft Core Unify Trainings Tee

Herren



S - 3XL
20,- €
~~UVP 25,00 €~~

Art.-Nr. 1909878

Craft Core Unify Trainings Tee

Damen



XS - 2XL
20,- €
~~UVP 25,00 €~~

Art.-Nr. 1909879

Craft Core Soul Hood Sweatshirt

Herren & Kids



128 - 164
50,- €
~~UVP 65,00 €~~

S - 2XL
50,- €
~~UVP 85,00 €~~

Art.-Nr. 1910899 (Kids)
1910623 (Herren)

Craft Core Soul Hood Sweatshirt

Damen



XS - 2XL
50,- €
~~UVP 85,00 €~~

Art.-Nr. 1910629

Craft Core Soul Zip Hood

Herren & Kids



128 - 164
50,- €
~~UVP 70,00 €~~

S - 2XL
50,- €
~~UVP 90,00 €~~

Art.-Nr. 1910896 (Kids)
1910620 (Herren)

Craft Core Soul Zip Hood

Damen



XS - 2XL
50,- €
~~UVP 90,00 €~~

Art.-Nr. 1910626

Flexfit 5 Panel Cap rot

Stick weiß



S/M & L/XL 20,- €

Art.-Nr. FX6560 RED

Flexfit 5 Panel Cap schwarz

3D Stick schwarz



S/M & L/XL 25,- €

Art.-Nr. FX6560 BLACK

PAC Original Multifunktionstuch

mit Aufdruck



One Size
15,- €
~~UVP 18,00 €~~

Art.-Nr.
PAC8810

VfL Hillesheim
1920 e.V.

WERK10 WORKWEAR/TEAMWEAR DRUCK & STICK Outfits mit Style

BESTELLUNG ÜBER
ADRESSE Am Stockberg 10 · 54576 Hillesheim
TELEFON 06593-7109780 · MAIL info@werk10.net

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

ARBEITSBEKLEIDUNG
SICHERHEITSSCHUHE
TEXTILVEREDELUNG
TEAMSPORT

180 m² 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.



Ab Mitte Juni erweitern wir unser Sortiment in den Bereichen - Sport und Fitness, Outdoor und Running.




www.werk10.net

Aus INTERSPORT RETT in Niederprüm wird WERK10

Am Stockberg 10 • 54576 Hillesheim
06593/710 978 0
info@werk10.net



Mehr Power für den Sport in unserer Region.

Wir wissen: Sport macht stark, fördert Teamgeist und bringt Menschen zusammen. Mit unserer Unterstützung tragen wir dazu bei, dass sportliche Leidenschaft gelebt werden kann.
ksk-vulkaneifel.de

Weil's um mehr als Geld geht.

Kreissparkasse
Vulkaneifel