

## Rollkunstlauf-Team



Das Rollkunstlauf-Team der Velberter SG lädt am Samstag 04.11.2023 ab 08:30 zum 18. Schlossstadt-Kürpokal ins EMKA-Sportzentrum ein. Für das leibliche Wohl sorgen wie immer unsere Rollsport-Mamis.

## Taekwondo



**Erfolgreiche Landeseinzelmeisterschaften 2023 in Alsdorf**  
 3x Gold - 2x Silber - 2x Bronze  
 Herzlichen Glückwunsch!

## Krav Maga



Neues Angebot im VSGfit 21-Studio

Krav Maga ist eine einfache und effektive Form der Selbstverteidigung. Trainiert werden dabei Schlagtechniken, Tritte, Griffe, Hebel und Bodenkampf. Krav Maga hat seinen Ursprung in Israel und bedeutet „Kontaktkampf“. Entsprechend ist Krav Maga eine Vollkontakt Selbstverteidigung.

### Anmeldung im VSGfit 21:

Sa 11.11.23 10:30 – 12:00 Uhr  
 Sa 18.11.23 10:30 – 12:00 Uhr

## Kooperation



Im Rahmen eines Projektes von ProMobil hat die Hwarang Kwan Do-Gruppe am Samstag den 28.10.2023 einen Selbstverteidigungskurs nach ihrem W.A.V.E.S. - Konzept abgehalten.

In dem 4-stündigen Kurs wurde unter anderem auf folgende Punkte eingegangen:  
 Selbstbehauptung - Einsetzen der Körpersprache - Einfache Handtechniken - Niedrige Fußstechniken - Schutz in der Bodenlage Befreiungstechniken von Alltagssituationen - Richtiges Flüchten und Hilfe holen  
 Der professionelle Selbstverteidigungskurs kam so gut an, dass im neuen Jahr die Hwarang Kwan Do-Gruppe weitere solche Kurse bei ProMobil durchführen wird.

## Termine

### Handball HSG Velbert/Heiligenhaus

So. 05.11.2023 EMKA-Sportzentrum  
 18:00 BO Damen HSG V/H - Phönix Essen/DJK Werden II

### Volleyball Velberter SG

So 05.11.2023 EMKA-Sportzentrum  
 BZL wU20 Velberter SG – SG Langenfeld

### Basketball Velberter SG

Freitag, 03.11.2023 Nikolaus-Ehlen Gymnasium  
 20.15 Uhr Herren 1  
 Sonntag, 5.11.2023 Nikolaus-Ehlen Gymnasium  
 10:00 Uhr U12mix-1 Baskets Velbert  
 12:00 Uhr U16m-2 Baskets Velbert  
 14:00 Uhr U14mix-1 Baskets Velbert  
 16:00 Uhr U18m Baskets Velbert

Sa 04.11.23 VSG Rollkunstlauf-Kürpokal

Sa 04.11.23 ÜL-Erste Hilfe Kurs

**Noch 4 Plätze frei!**

Sa 18.11.23 kinder Joy of Moving 11-13 Uhr  
 EMKA-Sportzentru  
 Tag des Kinderturnens 2023Mi  
 29.11.23 Adventskaffeetrinken  
 für Senioren

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

## Ergebnisse

### Sa. 28.10.2023 Handball

KL gJE	HSG V/H a.K. – W'kirchener TV	20:27
KL Ju B	HSG V/H - Haaner TV II	28:21
KL gJD	HSG V/H - W'kirchener TV	7:29
BO Damen	TV Beyeröhde II - HSG V/H	14:16
KL Ju B	HSG V/H II - W'kirchener TV II	30:29
KL Männer	HSG V/H II – C'berger TG IV	28:23
KL Männer	HSG V/H III - HC Hasslingh'en	27:24

### So. 29.10.2023 Handball

KL Mädchen A	Fortuna D'dorf - HSG V/H	18:21
KL Jungen C	SSG /HSV Wuppertal - HSG V/H	24:21
LL Männer	HSG V/H - TV Ratingen	39:27

### So 29.10.2023 Volleyball

So 29.10.2023		
LL Damen	VSG 1 – VV Humann Essen III	0:3