

Liebe Leserinnen und Leser!

Tor! Tor! Torte! Ja, es gibt etwas zu feiern: 50 Jahre Bundesliga! Sollten Sie zu den wenigen Menschen gehören, die noch nicht vom Medienhype zu diesem epochalen Ereignis mitgerissen wurden, können Sie dies nun nachholen. Unser Breitensportler verweist auf die wichtigste Fachliteratur zum Thema.

Apropos Unterhaltung: Waren sie kürzlich mal in Northeim? Dort gibt es nämlich neben bekannter Idylle so einiges mehr zu entdecken. Zum Beispiel das Theater der Nacht, auf das wir dieses Mal in unserer Rubrik »entdeckungen« einen näheren Blick geworfen haben.

Weniger märchenhaft und dafür schweißtreibend ist das Leben eines Sportsoldaten, über das uns Kersten Thiele in unserem Portrait berichtet. Wie er Militär und Radsport unter einen Helm bringt und welche Möglichkeiten sich für Leistungssportler im Allgemeinen und für ihn persönlich durch die Förderung bei der Bundeswehr eröffnen, erzählt er uns im Interview.

Weniger Aufmerksamkeit kommt der Sportart zu, über die wir in unserer Trend-Rubrik berichten: Tischtennis. Trotz der sportlich überragenden Erfolge deutscher Mannschaften in den letzten Jahren, gibt sich Wolfgang Böttcher, Vorsitzender des Tischtennis-Kreisverbands Göttingen, gelassen und erklärt dabei, dass es eben genau darum beim Tischtennis geht: Cool bleiben.

Nicht erst seit dem Bestseller »Vegan for Fit« wird laut: Wer gesund sein möchte, muss sich auch gesund ernähren. Mit der Frage, ob der mittlerweile boomende Veganismus dafür den geeigneten Weg ebnet, was für Vor- und Nachteile eine rein pflanzliche Ernährung mit sich bringt, beschäftigen wir uns diesmal in der Rubrik »gesund«. Und in der Rubrik »lecker« finden Sie gleich Rezepte zum Nachkochen vom Chefkoch des Biohotels Werratal.

Gesund und frisch ausgezeichnet ist schließlich die Saunalandschaft im Badeparadies. Im fünfzehnten Jahr ihres Bestehens erhielt sie das »Premium-Zertifikat« des Deutschen Sauna-Bundes (DSB) und gehört damit zu insgesamt nur 100 derart prämierten Saunaanlagen in Deutschland.

Und Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünschen wir nun ausgezeichnete Unterhaltung!



GoeSF und Badeparadies auch bei Facebook!!!
www.facebook.com/goesf oder
www.facebook.com/badeparadies



fitnesskurse
Winter 2014 11



gesund + lecker
Vegan leben und essen 16 und 28



entdeckungen
Northeim: Theater der Nacht 24

inhalt

goesfnews

- Prämiert saunen_4
- Reifen los!_6
- Rutschmeisterschaft_7
- Sportentwicklungsplanung_8
- Aquadance in der Eiswiese_9

was ist eigentlich ...

- ... Cross-Shaping?_10

fitnesskurse

- Winter 2014_11

gesund

- Veganes Leben_16
- stadtsportbund
- Sportgutscheine für Erstklässler_18
- Moonsport_18
- Trendsport Cube_19

portrait

- Kersten Thiele_20

trends

- Tischtennis_22

entdeckungen

- Theater der Nacht in Northeim_24

kontakt zur goesf_27

impresum_27

lecker_28

bilderrätsel_29

gehirnjogging_30

bekenntnisse eines breiten sportlers_31