

Vereinsnachrichten
Weihnachten

2007

Turn- und Sportgemeinde 1848

Ober - Ingelheim

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Der Vorstand im Jahre 2007.....	5
Bericht des Vorsitzenden..... Gerd Rebmann	7
Bericht des Oberturnwartes Peter Knopper	11
Die neue Halle Traude Rebmann	14
Kursangebote Sigrid Jassenkoff	17
Spaß mit Ballen – Jonglierkurs.....Klaus Fleischmann	18
Die Zeit in Budapest..... Tamara und Cilli	19
Jugendliche aus Tatabanja..... Traude Rebmann	21
1. Spaßolympiade Cäcilia Kuhlmann	23
Wandern in Sachsen Elke Liebetrau	25
Ski-Spaß..... Ute und Werner Wenzel	28
Die Gruppe Skin Deep.....	31
Lust auf Ball ?.....Cäcilia Kuhlmann	33
Mixed-Volleyball Mathias Müller-Thies	35
Walking.....Rosemarie Endriss-Kaminski	39
MädchenturnenCäcilia Kuhlmann	39
Karate Sebastian Illgen	41
Herzsport Trainingsgruppe.....Helmut Pillau	42
Herzsport ÜbungsgruppeGerhard Spieß	43
KinderseiteCäcilia Kuhlmann	44
Förderturnen Kindergarten Gabriele Schmitt	45
Eltern-Kind-Turnen Vera Neumann	47
Kinderturnen..... Cäcilia Kuhlmann	48
Bambino-Bubenturnen..... Martin Haas	49

Bubenturnen 6-7jährige	Martin Haas	49
Pluspunkt		50
Kleinkinderturnen West	Heidi Linn	51
Partnerturnen	Werner Klein	53
Bubenturnen 7- und 8-jährige	Martin Haas	54
Spiel – Sport – Spaß.....	Martin Haas	55
Donnerstagsfrauen	Ute Wenzel	66
Schwertfechtgruppe Einherjer.....	Ralf Pitzer	61
Freitagsmänner.....	Hans-Jürgen Dietz	62
Wirbelsäulengymnastik	Traude Rebmann	63
Gymnastik am Morgen	Brigitte Jennerich	64
Fechten	Fabian Nillius	66
Schwimmen- Wasserspringen.....	Kerstin Menk	67
Gerätturnen weiblich 11 – 12 Jahre.....	Kerstin Menk	69
Gerätturnen weiblich 9 – 13 und 14 – 17 Jahre.....	Jutta Kleemann	70
Nachwuchsgruppe Kunstturnen weiblich	Anja Reimers	74
und auch von	Laura Reinheimer	75
Aktivturnen	Peter Knopper	76
Gerätturnen männlich ab 15 Jahre – Ligamannschaft	Peter Knopper	77
Gerätturnen weibliche Leistungsriege 8-9 Jahre.....	Nataly Knopper	79
Gerätturnen männliche Leistungsriege 9 – 14 Jahre.....	Peter Knopper	83
Besondere Geburtstage im Jahre 2007		84
Veranstaltungen 2008.....		84
Übungsplan		85
Impressum		87
Mitteilungen der Geschäftsführung		88

Der Vorstand im Jahre 2007

Amt:	Name:	Anschrift:	Telefon:
1. Vorsitzender	Gerd Rebmann	Stiegelgasse 64	2207
2. Vorsitzende	Ute Wenzel	Wilh.-Leuschner Str. 57	3553
Oberturnwart	Peter Knopper	Bolandenstraße 7	432976
Protokollführerin	Nadja Graf	Bahnhofstraße 111	790420
Frauenwartin	Jutta Kleemann	Friedhofstraße 26a 55271 Stackeden-Elsheim	06130- 945536
Jugendwart	Jochen Körber	Bahnhofstraße 109	75594
Skiwart	Werner Wenzel	Wilh.-Leuschner-Str. 57	3553
Wanderwart	Joachim Mucha	Neuweg 21	2089
Spielwart	Mathias Müller-Thies	Heimesgasse 30	719511
Zeugwart	Ralf Pitzer	Mühlstrasse 61	3468
Archivar	Günter Buchholz	Am Römergrab 7	3018
Pressewartin	Traude Rebmann	Stiegelgasse 64	2207
Wirtschaftsführerin	Renate Krämer	Neuweg 51	2565
Wirtschaftsführer	Uwe Starke	Mühlstraße 20	75019
1. Beisitzer	Holger Wasem	Edelgasse 3	2220
2. Beisitzer	Willi Zausch	Am Römergrab 1	7398
3. Beisitzerin	Heidi Linn	Im Herstel 19	432581
Geschäftsführer	Martin Haas	Bahnhofstraße 68	621510
Rechnungsprüfer	Friedrich Leonhard	Oestricher Straße 20	85627
	Sven Reimers	An der Burgkirche 1	41782
	Peter Weiland	St. Kilianstraße 17	75686
Ehrenvorsitzender	Heinrich Maasbroek	Taunusstraße 12	3325

Bericht des Vorsitzenden

Das große Thema in diesem Jahr ist der Neu- und Umbau der Vereinsanlagen. Der Neujahrsempfang musste ausfallen; jeder Euro wird gebraucht und die Wirtschaftsräume waren noch belegt.

Deshalb möchte ich an dieser Stelle allen Spendern und Helfern herzlichen Dank sagen.

Der Januarball zu Beginn des Jahres zeigte wieder einen Querschnitt der aktiven Arbeit im Verein, war gut besucht und wurde als voller Erfolg gewertet. Der Turnbetrieb musste einige Einschränkungen verkraften, von den Übungsleitern mit viel Geduld gelöst. Auch die Teilnehmer hatten Verständnis. Dafür sei allen gedankt.

Über viele turnerische Erfolge, u. a. auch der Liga-Mannschaft, kann unser Oberturnwart berichten. Auch das „Burgbeben“ der Gruppe Skin-Deep ist wieder gelungen. Allen Übungsleitern, auch denen, deren Erfolge nicht einzeln aufgeführt sind, sei hier nochmals für ihre hervorragende Arbeit gedankt.

Die Geschäftsstelle mit Martin Haas, Cilli Kuhlmann, Sigrid Jassenkoff und Traude Rebmann leistete im Hinblick auf die Baumaßnahme erhebliche Mehrarbeit. Vielen Dank!

Bei allen Vorstandsmitgliedern und dem Bauausschuss möchte ich mich ebenfalls für die Unterstützung bedanken.

Die Ungarnbegegnung mit der Zentralen Sportschule: aktive Turnerinnen und Turner mit Betreuern unseres Vereins besuchten in den Osterferien Budapest. Der Rückbesuch erfolgte in der ersten Sommerferien-Woche und wurde mit einem Schauturnen als Höhepunkt beendet.

Auf Wunsch der Sportjugend Rheinland-Pfalz beherbergten Gasteltern unseres Vereins eine weitere ungarische Jugendgruppe aus Tatabanja. Die Programmgestaltung wurde ebenfalls von Verantwortlichen des Vereins organisiert. Viele Gasteltern brachten sich hervorragend bei der Organisation ein.

Allen Gasteltern der Ungarnbegegnungen sei ganz herzlich gedankt.

Mit dem Bau der Gerätturnhalle und der Nebengebäude haben wir uns eine große Aufgabe gestellt. Im Hinblick auf die Zukunft wurde eine gute Grundlage zur Weiterentwicklung des Vereins geschaffen.

Am 1. September konnten wir die Einweihung begehen.

Neben dem Dank an die Planer und ausführenden Firmen möchte ich die ehrenamtlichen Helfer erwähnen, die immer zur Stelle waren, wenn Hilfe nötig war; für alle Helfer stellvertretend nenne ich Werner Wenzel, Karlheinz Stelzer und Jürgen Berr.

Die Ehrungen, die ich dabei vom Sportbund Rheinhessen und dem Rheinhesischen Turnerbund erfahren durfte, betreffen nach meinem Verständnis den gesamten Vorstand und die ehrenamtlichen Helfer.

Der gemütliche Teil der Einweihung für die offiziellen Gäste wurde abgerundet

mit leckeren Schnittchen – von Ute Wenzel vorbereitete, den Donnerstagsfrauen unter ihrer Leitung zubereitete und gespendete – zu vom Weingut Wasem gespendetem Prosecco.

Wir hoffen sehr, noch in diesem Jahr mit der Gestaltung der Außenanlagen beginnen zu können. Mit der Fertigstellung wäre eine hervorragende Sportanlage geschaffen.

Dabei sind wir nach wie vor auf finanzielle und aktive Hilfe angewiesen – ein solches Projekt ist nur gemeinsam zu meistern.

Ab Oktober wird der Verein mit Sigrid Jassenkoff als angestellte Teilzeitkraft im aktiven Bereich und der Geschäftsstelle unterstützt.

Die Geschäftsstelle hat inzwischen ihre neuen Räume bezogen, die bekannten Bürozeiten können ab jetzt in den Vereinsräumen genutzt werden.

Auf einen regen Turnbetrieb in den alten und neuen Räumen unserer Vereinshalle freue ich mich zukünftig.

Allen Mitgliedern und Freunden unseres Vereins wünsche ich eine gesegnete Adventszeit, Zeit der Besinnung, frohe Weihnachten und ein gesundes, erfolgreiches Neues Jahr.

Gut Heil

Gserd Rebmann, Vorsitzender



Einweihung



Januarball, Ehrungen der Jubilare

Bericht des Oberturnwartes

Das Turnjahr 2007 wurde durch die Inbetriebnahme unserer neuen Turnhalle mit modereren Umkleide- und Duschrakten, Büroräumen und der Schaumstoffgrube für die Turnerinnen und Turner geprägt.

Die drangvolle Enge, die teilweise in unserer Vereinsturnhalle herrschte, wenn bis zu drei Leistungsturngruppen gleichzeitig in einer Halle trainierten, gehört nun der Vergangenheit an.

Die Trainingsbedingungen für das Leistungsturnen sind nahezu optimal. Dazu trägt auch die neue Strukturierung der Turngruppen bei. Bei den Turnerinnen ist uns eine durchgängige Dreiteilung nach Leistungsebenen gelungen. Im Allgemeinen Turnen können turnfreundige Mädchen einmal die Woche unter fachkundiger Anleitung turnen und auch spielen. Beim Gerätturnen können begabte Mädchen in zwei Übungseinheiten pro Woche Wettkampfübungen erlernen und im Kunstturnbereich lernen die ehrgeizigsten und leistungsstärksten Mädchen die schwierigen Übungen der Meisterstufe in drei Trainingseinheiten wöchentlich.

Ermöglicht wurde diese neue Struktur, die einen hohen Trainereinsatz zum Wohle der Kinder mit sich bringt durch den Zusatzbeitrag, den die Eltern der Leistungsturnerinnen und -turner für die besondere Förderung ihrer Kinder entrichten.

TuS 1848 Ober-Ingelheim Struktur Turnen weibl.

Kunstturnen	Gerätturnen	Allg. Turnen
Kunstturnen ab 14 J. Mo 19.00-21.00 GTH -> J.Körper Mi 19.00-21.00 Pesta -> J.Körper Fr 19.00-21.00 GTH -> U.Leich	Gerätturnen weibl. ab 14 J. Di 19.00-21.00 Pesta -> J. Kleemann +1x Aktiventurnen	ab 15 J. zum Aktiventurnen
Kunstturnen weibl. 10-13 J. Mo 15.30-17.30 GTH -> K.Menk Di 17.00-19.00 Pesta -> K.Menk Do 17.00-19.00 GTH -> K.Menk	Gerätturnen weibl. 11-13 J. Di 18.00-20.00 Pesta -> J.Kleemann Do 18.00-20.00 GTH -> J.Kleemann	Mädchenturnen 10-14 J. Fr 17.00-19.00 VTH -> C.Kuhlmann

Kunstturnen weibl. 8-10 J. Di 16.00-18.30 GTH -> N.Knopper Mi 17.30-19.30 Pesta -> N.Knopper Fr. 17.00-19.00 Gym -> N.Knopper	Gerättturnen weibl. 8-10 J. Mi 15.30-17.30 GTH ->Li. Reinheimer Sa 10.00-12.30 Pesta -> "+M.Herrmann	Mädchenturnen 7-9 J. Di 17.00-18.30 VTH -> M.Deufel, K.Reithofer
--	--	--

Kunstturnen weibl. 5-8 J. Di 15.00-17.00 VTH-II -> A.Reimers, J.Haynert Sa 10.00-12.30 Pesta -> La. Reinheimer, M.C.Arends	Mädchenturnen 6-7 J. Mo 16.00-17.30 Gym -> K.Reithofer / M.Zerfaß
--	--

Kinderturnen bis 6 J.
Kleinkinderturnen
Eltern-Kind-Turnen

Bei den Jungen fahren wir zweigleisig. Gerättturnen und Kunstturnen werden hier innerhalb der Gruppe nach Begabung differenziert. Das allgemeine Turnen läuft ohne Zusatzbeitrag gesondert.

TuS 1848 Ober-Ingelheim Struktur Turnen männlich

Kunstturnen	Gerättturnen	Allg. Turnen
--------------------	---------------------	---------------------

Kunstturnen + Gerättturnen männl. ab 15 J. Mo 19.00-21.00 GTH-> P.Knopper Mi 19.00-21.00 GTH-> P.Knopper Fr 19.00-21.00 GTH-> P.Knopper	verschiedene Vereinsgruppen
--	--------------------------------

Kunstturnen männl. 9-14 J. Mo 17.00-19.00 GTH -> P. Knopper, T. Ranly Mi 17.00-19.00 GTH -> J.Körper, D. Hofstetter Fr. 17.00-19.00 GTH -> P.Knopper, A. Seemer	Gerättturnen männl. 9-14 J. (s. Kunstturnen männlich)	Spiel, Sport, Spaß ab 9 J. Do 18.00-20.00 VTH -> M.Haas
---	--	--

Kunstturnen/ Gerättturnen männl. 6-8 J. Mo 16.00-18.00 GTH -> P.Otte, T. Lunkenheimer Fr 15.00-17.00 GTH -> A.Weil, P. Weil, J.H.Britsemmer	Bubenturnen 7-8 J. Do 16.30-18.00 VTH -> M.Haas Bubenturnen 6 J. Do 15.00-16.30 VTH -> M.Haas
---	--

Kinderturnen bis 6 J.
Kleinkinderturnen
Eltern-Kind-Turnen

Auch andere Sportgruppen wie Volleyball, Gymnastik und ein umfangreiches Kursprogramm sind Nutznießer der neuen Räumlichkeiten. Die Mixed-Volleyballer betreiben in der neuen Halle unter anderem ihren Nachwuchsaufbau. Das Kursprogramm wartet mit vielen attraktiven Angeboten aus den Bereichen, Yoga, Tai-Chi, Chi-Gong, Pilates, Jonglage auf.

Die Karateabteilung unter der Leitung von Sebastian Illgen entwickelt sich sehr gut und wird um einige Angebote erweitert.

So ist es nicht verwunderlich, dass wir uns über steigende Mitgliederzahlen freuen dürfen. Diese brauchen wir auch, denn mit der Erweiterung unserer Turn- und Sportstätten kommen auf unseren Verein auch größere Belastungen zu.

An Erfolgen war das abgelaufene Turnjahr nicht minder reich als die vorangegangenen. Die Gerätturner durften sich über Rheinland-Pfalz-Meister und viele Rheinessenmeistertitel vor allem im männlichen Bereich in Mannschafts- und Einzelwettkampf freuen. Die Mehrkämpfer konnten 10 Aktive auf die Deutschen Meisterschaften schicken, die sich größtenteils im Vorderfeld platzierten.

Die Kunstturn-Männerriege verpasste nur knapp den Aufstieg in die Regionalliga und verschaffte unserem Verein mit zahlreichen Schauturnen überregionales Ansehen, ebenso wie die Showtanzgruppe Skin deep, die auch wieder „Die Burg bebt“ mit großer Resonanz ausrichtete.

Durch den großen Kraftakt des Hallenbaus werden wir in Zukunft sicher den Gürtel bei den Ausgaben enger schnallen müssen und so freuen wir uns, dass z.B. die Skiabteilung durch eine großzügige Spende den weiteren Ausbau unterstützt hat und die Gerätturner mit den aktiven Eltern über Ausrichtung und Bewirtschaftung von Wettkampfveranstaltungen Geld für Gerätanschaffungen hereinbringen.

Aber auch die Zuwendungen und die Hilfe durch die vielen Vereinsmitglieder, die nicht genannt werden möchten, aber durch Kuchenspenden, Helferdienste oder auch Geld- und Sachspenden dem Verein bei der Bewältigung seiner wichtigen Aufgaben für die Kinder, Jugendlichen aber auch Erwachsenen helfen, verdienen an dieser Stelle einen herzlichen Dank!

Gemeinsam sind wir stark und solange wir tatkräftige und überzeugte Vereinsmitglieder und Turner haben, solange werden wir alle Herausforderungen meistern und können einer erfolgreichen Zukunft getrost entgegensehen.

*Peter Knopper
Oberturnwart*

Die neue Halle

Das große Thema im Berichtszeitraum war die Fertigstellung der Gerätehalle mit Umkleide- und Duschräumen und die Sanierung der bestehenden Toilettenanlagen.

Wie viele Vorstandssitzungen und Besprechungen nötig waren, trotz sorgfältiger und gewissenhafter Planung der Architekten Brendel und Strobel und ihrem Mitarbeiterstab, die immer wieder auftretenden Schwierigkeiten und Probleme zu lösen, wurden nicht gezählt.

Unendlich viele E-Mails wurden geschrieben und Telefongespräche geführt.

Endlich, am 1. September diesen Jahres war es dann soweit: die Einweihung konnte stattfinden. Alle geladenen Gäste aus Politik, Sport, die Ehrenmitglieder, viele Mitglieder des Vereins und Interessierte waren zur Feierstunde gekommen. Der von schwerer Krankheit genesene Vorsitzende Gerd Rebmann hieß freudig Alle willkommen unter dem Motto „Eine Investition in die Zukunft – die TuS feiert Einweihung“!

Ein knapper Abriss über die Geschichte des Turnhallenbaues innerhalb unseres Vereins, die 1873 mit dem bescheidenen Bau eines Turnsaales mit Küche und Sitzungszimmer begann, 1890 erweitert, 1928 vergrößert, ein weiterer Anbau 1963 folgte, war Bestandteil seiner Ansprache. Der Dank an die Planer, die Architekten, den Statiker Josef Borrmann, den Ingenieur Sand, die Vertreter der Stadtverwaltung Ingelheim, namentlich Oberbürgermeister Dr. Joachim Gerhard und alle, die den Verein in dieser Sache ideell, materiell und finanziell unterstützten, gehörte natürlich hierher.

Schließlich zeigten die aktiven Turnerinnen und Turner die Funktion der Schnittelgrube unter der bewährten Leitung des Oberturnwartes Peter Knopper.



Die Showtanzgruppe Skin Deep demonstrierte ihr Können und brachte alle Anwesenden mit flotten Rhythmen in Schwung. Musikalisch umrahmte die Singgemeinschaft GV Einigkeit 1885 und GV Germania 1862 eV Ingelheim mit Stücken aus der Deutschen Volksmusik die Feierstunde.

Bei guten Gesprächen wurde auf das Wohl des Vereines im Anschluss angestoßen. Zur Stärkung hatten die Donnerstagsfrauen, vorbereitet und geplant von Ute Wenzel, leckere Schnittchen zubereitet.

Der Nachmittag bot viel Abwechslung für Alt und Jung in allen Hallen.

Das reichliche Kuchenbuffet, von Vereinsmitgliedern gespendet, ließ keine Wünsche offen.

Für die Verantwortlichen war es ein langer, ereignisreicher aber auch erfolgreicher Tag.

Es gilt jetzt noch die Außenanlage zu gestalten.

Traude Rebmann



Kurs-Programm

Mein Name ist Sigrid Jassenkoff. Seit 10 Jahren bin ich Vereinsmitglied und Übungsleiterin bei der TuS Ober-Ingelheim.

Im Januar dieses Jahres begann ich, einige Stunden in der Woche in der Geschäftsstelle zu helfen.

Um auf die anfallenden Tätigkeiten im Verein vorbereitet zu sein, habe ich die Vereinsmanager-Ausbildung beim Sportbund Rheinland-Pfalz absolviert.

Das Aufgabengebiet umfasst hauptsächlich die Erarbeitung des neuen Kursprogramms mit allen notwendigen administrativen Tätigkeiten.

Nach den Sommerferien haben wir mit 5 Kursen begonnen und nach den Herbstferien kamen 4 weitere dazu.

Zur Zeit bieten wir folgende Kurse an: **Pilates für Anfänger und für Fortgeschrittene, Hatha-Yoga und Yoga 55+, Tai Chi, Jonglage, Beckenbodengymnastik für Frauen, Rückenfit für Männer und Die 5-Tibeter.**

Es freut mich sehr, dass die neuen Kurse so gut angenommen werden.

Besonders positiv finde ich, dass wir zwei langjährige Vereinsmitglieder als Übungsleiter gewinnen konnten: Klaus Fleischmann bietet den Jonglier-Kurs an und Regine Müller hat inzwischen ihr Hobby – Yoga – professionalisiert und hält die Yoga-Kurse.

Vielleicht schlummern ja noch mehr Talente in unseren Vereinsmitgliedern ?

Das Kurs-Angebot soll abwechslungsreich und aktuell bleiben.

Neue Ideen sind immer willkommen!

Hier noch ein paar **Informationen zur Anmeldung:**

Die Kurse sind sowohl für Vereins- als auch für Nicht-Mitglieder gedacht.



Vereins-Mitglieder zahlen einen reduzierten Kurs-Beitrag.

Anmelden müssen sich alle Teilnehmer – auch die Vereinsmitglieder – vor Beginn des Kurses in der Geschäftsstelle (telefonisch, per Mail oder mit Formular).

Um den Verwaltungsaufwand so gering wie möglich zu halten, ziehen wir den Kursbeitrag der Vereins-Mitglieder von dem uns bekannten Konto ein.

Für Fragen, Informationen und Anregungen stehe ich gerne zur Verfügung.

Mich erreicht man am einfachsten per e-Mail unter

verwaltung@tus-ober-ingelheim.de oder telefonisch in der Geschäftsstelle.

Sigrid Jassenkoff

Jonglierkurs - Spaß mit Bällen

In diesem 10 Stunden umfassenden Kurs flogen uns die Bälle nur so um die Ohren!

Anfangs waren unsere Bälle noch ein wenig eigensinnig, aber schon nach wenigen Stunden konnte man sie schon zu Dritt in der Luft antreffen. Unsere altersmäßig sehr gemischte Gruppe hat hier schnell Fortschritte erzielt und dabei auch noch mächtig Spaß gehabt.

Wir haben gelernt, die kompliziert anmutenden Bewegungsabläufe in Teilbewegungen zu zerlegen und für sich zu üben, um sie dann zu einem Bewegungsmuster wieder zusammen zu fügen. Hierzu waren Ausdauer, Konzentration und die Gleichberechtigung beider Hände wichtig.

Es wurden sowohl die Grundformationen der 3-Ball-Jonglage, als auch Variationen daraus geübt - musikbegleitend im Kurs und jeder zu Hause für sich. Hierzu konnte man sich entweder Bälle kaufen oder selbst Lederbälle herstellen. Wie das geht - auch das haben wir im Kurs behandelt. Wie jeder Teilnehmer seine Fähigkeiten weiter entwickelt hat, haben wir schließlich noch auf Videos festgehalten.

Leider ist der Kurs zu Ende

Klaus Fleischmann



FLEISCHEREI MARTIN

Plattenservice · Fleisch- u. Wurstspezialitäten

Rinderbachstr. 1 · Tel. (0 61 32) 20 69 · 55218 Ingelheim

Gedicht über die Zeit in Budapest

Am Donnerstagmorgen um halb fünf
hieß es schnell rein in die Strümpf,
Koffer nehmen und dann los,
zum Flughafen mit Klein und Groß.
Für die Eltern einen Abschiedskuss,
weil man schnell zum Flieger muss.
Und bald schon saßen alle drinnen,
das Abenteuer kann beginnen!
Nach zwei Stunden, HURRA! HURRA!,
waren wir endlich alle da.
In Budapest ging es dann zum Hotel,
nur leider lief das nicht so schnell.
Die Turnhalle war gut und groß,
doch es ging noch gar nicht los!
Erst am zweiten Tag machten wir was jeder
mag.
Ich weiß gar nicht was sie alle machten,
sie turnten, tanzten, sprangen, lachten,
Alle? Nein, nur eine nicht,
die saß im Krankenhaus, der arme Wicht.
Ja wer hätte das gedacht,
die Schranktür war ihr auf den Kopf gekracht.
Am Nachmittag machten wir allerlei,
Basilika, Burgpalast und Fischerbastei.
Im "Étterem" haben wir abends gegessen,
und Fleisch mit Rosa-Kirsch-Soße gegessen.
"Auch an wunderschönen Tagen,
könnten alle etwas Kultur vertragen",
dachte sich der Martin Haas,
als er im Reiseführer las.
Und er fasste den Entschluss,
dass jeder jetzt zum Statuenpark muss.
Die meisten fanden es nicht so toll,
und wollten wissen was das jetzt soll.
Abends dann das war auch nicht nett,
mussten wir schon um elf ins Bett.
Am Sonntagmorgen, was ein Glück,
gab's auch noch Frühstück.
Eine lange Busfahrt durch Budapest begann,
und nach 1 1/2 Stunden kamen wir am "Tropicarium" an.
Dort gab es Vögel, Fische aus der Heimat hier,
und sogar vom Nil
mehr als nur ein einziges Krokodil.
Ganz faszinierend war ein Gang,
der lief unter einem Hai-Aquarium entlang.

Und in das große Rochenbecken,
konnte man sogar seine Arme stecken.
Die Tage vergingen Schlag auf Schlag,
schon war der 2. April der nächste Tag.
Im Hochleistungszentrum durften wir alles
sehen,
wie Spitzensportler im Training an die Geräte
gehen Disziplin, Kraft und Spagat
hielten uns Beobachter in Atem
am Nachmittag konnten wir im Museum mit
ausgestopften Tieren,
ein Teil von uns, durch die großen Ruinen spa-
zieren.
Ein gigantisches Skelett vom Wal und ein Rie-
sen- Mammut im Museumssaal
ließen die Augen sich weiten
und in die Urzeit zurück uns geleiten.
Zum Austausch großer Gastlichkeit mit
Umtrunk und Geschenken,
konnten wir uns gemeinsam Nachmittag der
Völkerverständigung lenken.
Das Parlament hielt uns in Bannen,
am Mittwoch den ganzen Vormittag lange.
Leibesvisitation und strenge Kontrolle,
brachte uns nicht aus der Rolle.
Am Nachmittag nahmen wir den Palast der
Wunder in Kauf,
und ließen Experimente und Völkerverständi-
gung ihren Lauf.
Zu schnell verging die gemeinsame Zeit
ungarischen und deutschen Kindern,
so war's doch gemeint
und am Abend standen die Koffer zur Abreise
bereit.
Pünktlich um 6 hob die Maschine zum Himmel
Um 2 Stunden später zu landen am Hahn im
Gewimmel
„So, das war's“

Tamara und Cilli

Jugendliche aus Tatabanja, Komitat Komárom-Esztergom

Jugendliche aus Tatabanja, Komitat Komárom-Esztergom weilten 11 Tage in Ingelheim als Gäste der Turn- und Sportgemeinde 1848 Ober-Ingelheim und der Sportjugend Rheinland-Pfalz.

Beim Empfang durch den Bürgermeister der Stadt Ingelheim wurde das große Engagement der Gastfamilien und des Vereins hervorgehoben. Vertieft wurde der Dank durch den Vorsitzenden Werner Hölzer und stellvertretenden Geschäftsführer Steffen Grummt der Sportjugend Rheinland-Pfalz. Die Gasteltern hatten sich in vorbildlicher Weise bei der Erstellung und Durchführung des Programms eingebracht.

Lebensweise, Besonderheiten und kulturelles Brauchtum unserer Stadt wurde so den ungarischen Gästen näher gebracht: Besichtigung der Kaiserpfalz und der Ausgrabungen im Saal, Burgkirche und Stadtmauerrundgang in Ober-Ingelheim, Keller- und Weingutsführung, Besuch des Altstadtfestes, Schifffahrt nach Koblenz, Besuch des Niederwalddenkmals und Rüdesheim, Abkühlung und Erholungen in den Bädern Ingelheims, Gestütsführung auf dem Westerberg, u.v.a.m.

Organisiert von Oberturnwart Peter Knopper und Jugendwart Jochen Körber wurde in der zweiten Woche für die aktiven Schülerinnen und Schüler der TuS ein Trainingslager in der Vereinshalle mit Übernachtung durchgeführt.

Ein gemeinsamer Abschiedsabend, an dem Ausschnitte aus dem Trainingsprogramm gezeigt wurden, war der Höhepunkt dieser Begegnung.

Eltern der Turnerinnen und Turner und die Gasteltern hatten ein Salatbuffet gezaubert, das die Herzen höher schlagen ließ und das Grillen zu einem wahren Festessen aufwertete.

Zufrieden traten die ungarischen Gäste am kommenden Morgen ihre Heimfahrt an.

Traude Rebmann



1. Spaßolympiade der TuS 1848 Ober-Ingelheim

Bei strahlendem Wetter konnten wir am 13. April 2007, dem letzten Freitag in den Osterferien, unsere erste Spaßolympiade starten.

Begrüßt durch ein Banner der Superlative und ausgerüstet mit Olympischem Feuer liefen 65 Olympioniken in das Stadion im Blumengarten ein.

Spaßdisziplinen wie Bohnenspucken, Toilettenrollenschlagen und Wasserspritzen standen ebenso auf dem Programm wie die klassischen Disziplinen fürs Sportabzeichen.

Es war eine Wonne, mit anzusehen, wie über 60 Kinder auf der Tartanbahn ihren 800 m Lauf absolvierten. Dank der hervorragenden Betreuung durch Riegenführer und Helfer konnten alle leichtathletischen Wettkämpfe harmonisch absolviert werden und jedes Kind bekam am Ende eine Teilnahme- und Fairness-Urkunde überreicht .

Für das leibliche Wohl war durch Kuchen- und Suppenspenden der Eltern bestens gesorgt. Viele Kinder erlebten, vielleicht zum ersten Mal, wie gut Kartoffelsuppe im Freien schmecken kann. Unsere Küchenfee Traude Rebmann hatte sichtlich ihre Freude daran, die leeren Teller der Kinder ein zweites Mal zu füllen.

Wetter himmlisch, Stimmung super, Essen und Trinken ausreichend, Helfer zufrieden, Kinder glücklich.

Fazit für die Organisatoren : Das machen wir im nächsten Jahr wieder.

Also bis dann ...

Martin Haas und Cäcilia Kuhlmann



Wandern in Sachsen

Geschichte, Kunst, Kultur und Natur in Dresden und der Sächsischen Schweiz bot die Wanderabteilung unter der bewährten Leitung von Ilse und Joachim Mucha. Dazu glänzte mit hervorragenden Kenntnissen der örtliche Reiseführer, Herr Neubert, beheimatet in der 775 Jahre alten Handelsstadt Pirna. Vom Hotel „Zur Post“ in Pirna, einst Ausspannstation auf der alten Poststraße Dresdn – Teplitz startete das tägliche Programm.

Die Landeshauptstadt Dresden stand zuerst auf dem Plan: Rundfahrt innerhalb der Stadt und durch die Vororte links- und rechtselbisch. Zu Fuß ging es durch das historische Zentrum mit Zwinger, Semperoper, Residenzschloß, Fürstenzug, Hofkirche, Brühlsche Terrasse. Der Besuch des Neuen Grünen Gewölbes mit seinen Kostbarkeiten zählte ebenso zum Höhepunkt wie die Besichtigung der Frauenkirche.

Am folgenden Tag bekam die Gruppe einen ersten Eindruck vom romantischen Nationalpark „Sächsische Schweiz“, dem Sandsteingebirge mit über 1000 Gipfeln. Es begann mit einem geführten Rundgang auf der mächtigen Festung Königstein, gelegen auf dem 9,5 ha großen Tafelberg. Man staunte über die mehr als 30 verschiedenen Bauwerke – Zeugen vergangener Jahrhunderte der einst unbezwungenen Wehranlage und genoss die phantastische Aussicht, insbesondere ins Elbtal und auf den imposanten Tafelberg Lilienstein, Wahrzeichen der Sächsischen Schweiz.

Entlang der Elbniederung über Bad Schandau und des Lachsbachtales führte die Route zum gewaltigen Felsmassiv Bastei. Atemberaubend waren die Ausblicke während des Spazierganges: bizarre Felsen, schroffe Wände, enge Schluchten, das liebliche Elbtal – ein Naturgenuss.

Eine lohnenswerte Reise erlebten einige Teilnehmer am nächsten Tag: Mit dem Raddampfer auf der Elbe von Pirna nach Bad Schandau und zurück.

Von Sachsen nach Böhmen zu wandern lockte jedoch die meisten Mitglieder. So reisten sie per Bus über Hohnstein (wer kennt die Hohnsteiner Puppenspiele?) und Sebnitz (Stadt der Kunstblumen) in die hintere Sächsische Schweiz (Umgebende/Webhäuser) nach Hinterhermsdorf. Hier startete eine gemütliche 14 km-Rundwanderung über Mikulasovice mit Grenzübertritt im Wald, gekennzeichnet mit Schlagbaum, Pollern und Staatswappen.

Den letzten Urlaubstag in Sachsen nutzten alle Teilnehmer zur Fahrt mit der Nationalparkbahn ab Pirna. An der Station Großdorf-Kohlmühle teilt sich die Gruppe auf, da einige Mitglieder weiterreisten nach Schönau in Böhmen. Die trittsicheren Teilnehmer erwanderten den herrlichen Pfad namens Mühlweg-Kohllichtgraben entlang der Ochelwände zur Mittagsrast in der Weitzdorfer Schönte und weiter zur Ortschaft Hohnstein. Rückfahrt mit dem Bus nach Pirna zur Führung durch die historische Altstadt mit seinen Renaissance- und Barockbauten, größtenteils herrlich restauriert.

Rückblickend war man sich einig, mit Dresden und der Sächsischen Schweiz besitzt Deutschland einen herrlichen Flecken Erde!

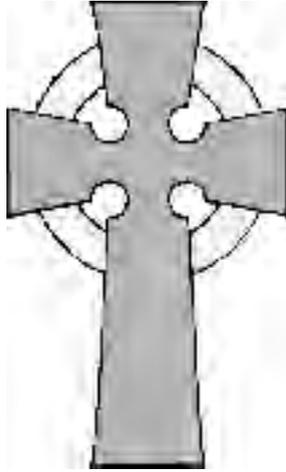
Elke Liebetrau

Die Wanderungen werden von Mitgliedern der Wander-Abteilung organisiert und finden jeweils am 3. Sonntag im Monat statt.



Jürgen Guth
Schreinermeister
Schulstr. 1
55270 Bubenheim
Tel./ Fax 0 61 30 / 86 76
Mobil: 01 63 / 9 25 28 08

- > Innenausbau
- > Vollholz- & Einbaumöbel
- > Parkett- & Laminatböden
- > Trockenbau
- > Haustüren & Fenster
- > Holzbödenaufarbeitung



Todesfälle

im Jahre 2007

Else Dapper

Hans Dorn

Ruth Eckart

Heinz Harstick

Hildegard Haus

Dr. Klaus Heinrich

Sigrid Kreuziger

Hella Niedecken

Renate Seyler

Katharina Weinbrod

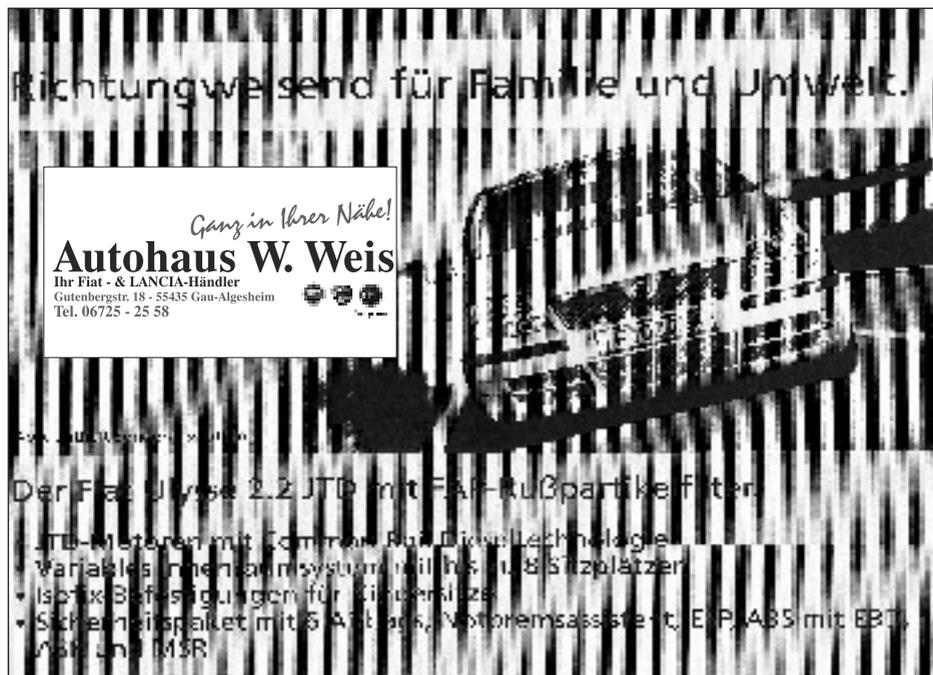
Skispaß mit der TuS immer ein Genuss Aktuelles von der Ski – Abteilung 2007/2008

Dienstags von 20 – 21 Uhr Ski-Gymnastik in der Vereinsturnhalle an der Burgkirche. Übungsleiterin Marina Haynert macht uns fit für den neuen Skiwinter. In den Sommer-Ferien Nordic-Walking oder Jogging auf der Waldeck.
Treffpunkt: Kreisel an der Altengasse 19,30 Uhr.
Sonntags 9 Uhr Nordic Walking mit Werner Wenzel
Treffpunkt: Turnhalle an der Burgkirche: Schnuppern möglich, Stöcke können ausgeliehen werden.

Korsika

Im April dieses Jahres waren wir zu einer Wanderwoche in Korsika. Die Insel zeigte sich von ihrer schönsten Seite. Traumwetter, schöne abwechslungsreiche Wanderungen, Wanderführer Pluto war Spitze, blühende Landschaft, unberührte Natur machten diese Woche zu einem besonderen Erlebnis. Hotel und Essen waren gut, die Wandergruppe von 21 Personen passte gut zusammen.

Da alles so gut geklappt hat planen wir für 2008 eine **Wanderwoche in Sardinien (Termin nach den Osterferien 2008)**



Richtungweisend für Familie und Umwelt.

Ganz in Ihrer Nähe!
Autohaus W. Weis
Ihr Fiat - & LANCIA-Händler
Gutenbergstr. 18 - 55435 Gau-Algesheim
Tel. 06725 - 25 58

Der Fiat Ulysse 2.2 JTD mit FAP-Rußpartikelfilter:

- JTD-Motoren mit Common Rail-Dieselschneidtechnologie
- Variables Innenraumsystem mit bis zu 8 Sitzplätzen
- Isofix-Befestigungen für Kindersitze
- Sicherheitspaket mit 5 Airbags, Notbremshilfe, ESP, ABS mit EBD, ASR und MSR

Wanderwochenende in Heyweiler

Bereits zum 6. Mal fanden wir uns Ende Juli im Hunsrück ein, um mit Doris David und Reinhard Wagner ein Wochenende mit Wandern und Nordic Walking zu verbringen. Die Wanderung auf gutem Weg führte uns fast bis an die Mosel. Ein gemütlicher Grillabend mit Lagerfeuer ließ uns gemütlich beisammen sein. Am Sonntag Vormittag besuchten wir noch Kastellaun und nach dem Mittagessen wurde die Heimreise angetreten.

Vielen Dank Doris und Reinhard, wir kommen gerne wieder.

Das Sommerfest fand im September bei Wenzels statt.

Wie immer wurden Salate und Nachtisch mitgebracht, die Männer sorgten für Getränke. Bilder von allen Aktivitäten betrachteten wir und gedachten besonders der schönen Tage auf Korsika. Das neue Winterprogramm wurde bei dieser Gelegenheit vorgestellt.

Wir bieten auch in diesem Jahr wieder zwei Ski-Freizeiten an.

Seit mehr als 25 Jahren beteiligen wir uns an der Pfälzer-Skiwoche in Zermatt Vom 16. bis 24. November 07 ist es wieder so weit.

Busreise – Unterbringung in Apartments

Im November vergangenen Jahres wurden mehrere Teilnehmer an unserer Zermattfahrt für langjährige Teilnahme vom Verkehrsverein Zermatt geehrt: Heinz Schupp, Heinz Rothkegel, Liane Schneider, Karlheinz Meissner und Werner Wenzel.

Schlechte Schneeverhältnisse im Januar ließen uns um unsere Skifreizeit in Avoriaz bangen. Einige gemeldete Teilnehmer haben sogar abgesagt. Die Unentwegten, die sich nicht abschrecken ließen, wurden dann doch von annehmbaren Verhältnissen überrascht. Unser Skigebiet ist ein richtiges Schneeloch und so konnte jeden Tag Skigelaufen werden. Mitte der Woche fing es an zu schneien und die Verhältnisse wurden noch richtig gut. Man soll sich also nicht abschrecken lassen. Aus diesem Grunde sind wir im kommenden Jahr wieder **vom 19. bis 26. Januar 08 in Frankreich im Skigebiet „les Portes du Soleil“.**

Das Skigebiet bietet Pisten für jedes Können und jedes Alter. Auch für Langläufer gibt es Möglichkeiten in Avoriaz und Morzine (Skibus-Transfer). Wir wohnen in Apartments mit 2, 3 oder 4 Zimmern für 2-4, 4-6 oder 6-8 Personen. Die Wohnungen sind zwar klein aber zweckmäßig und vorrangig ist ja das totale Skivergnügen.

Damit der Urlaub stressfrei beginnt, reisen wir mit einem modernen Reisebus. Ausschreibungen und Anmeldeformulare bei Werner und Ute Wenzel

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme an allen Aktivitäten und stehen für Rückfragen gerne zur Verfügung

Ansprechpartner und nähere Auskünfte: Skiwart der TuS, Werner Wenzel, 55218 Ingelheim, E-mail werner-ute.wenzel@t-online.de, Tel 06132 /3553

Showtanzgruppe Skin Deep

Wer kennt sie nicht, die berühmten Hits der 80er Jahre? „Footlose“ aus dem gleichnamigen Tanzfilm, „She’s a maniac“ u. v. a. bilden garantiert den musikalischen Siedepunkt einer jeden guten Party oder Disco!

Sich dessen wohl bewusst schlugen Pia Weinmann und Nadine Jost der Gruppe diese Musikepoche im Frühjahr 2006 als neues Tanzthema vor. Auch in unseren Reihen war die Musik-Begeisterung sofort da. Was jedoch im Detail daraus werden würde und wie man das Thema tänzerisch umsetzen könnte war damals noch lange nicht klar! Über den Sommer hinweg reiften in unseren Köpfen die Ideen, wurde die Musik zusammengestellt und als es im August letzten Jahres mit der Choreografie losging, entdeckten wir die Freude am Tanzen völlig neu! Seit dem ersten Schritt war klar: das geht direkt ins Blut – das ist SKIN DEEP!

Die Idee, als Requisite den authentischen Nachbau einer Musikbox oder auch Jukebox einzusetzen, lieferte dann fast wie von selbst den Titel zum Tanzthema. Die Umsetzung erfolgte durch die fachkundigen Hände der **Schreinerei Sinning** in Ingelheim – wir danken an dieser Stelle nochmals ganz herzlich für die Planung, den Bau sowie den Materialeinsatz – die massive Jukebox wurde uns vollständig gespendet!

In der Choreografie ist sie fester Bestandteil und wir rockten als JUKEBOX HEROES – sogar mit entsprechend beschrifteten Kostümen - die Bühnen. Und derer waren es einige in diesem Jahr! Seit der Premiere beim TuS-Januarball bis zum Jahresende werden wir mehr als 25 Auftritte – fast ausschließlich am Wochenende - absolviert haben. Die beiden abendlichen Trainingstage pro Woche sowie zahlreiche Sondertrainings eingerechnet, wird den Tänzerinnen und Tänzern insgesamt schon ein recht hoher Freizeiteinsatz abverlangt.

Aber die pure Tanzlust ist nach wie vor ungebrochen! Denn bei jedem Auftritt springt der Funke ins Publikum über, die Zuschauer tanzen in den Reihen und singen die Liedtexte teilweise sogar lauthals mit, was uns auf der Bühne dann erst so richtig in Fahrt bringt! Der Applaus den wir ernteten entlohnt alle Mühen, Kosten, blaue Flecken und schweißtreibende Trainingseinheiten!

So ließen sich in 2007 auch große Erfolge verzeichnen: wir erreichten am 24. Februar das Finale des Showtanzturnier des VFL Frei-Weinheim und konnten das Turnier am Ende sogar für uns entscheiden. Dr. Joachim Gerhard überreichte uns den Wanderpokal der Stadt Ingelheim, welchen wir bis zum kommenden Turnier – am 09. Februar – in Ehren halten. Die Erinnerung an dieses Erlebnis ist nicht in Worte zu fassen! Wie schön, dass unser Jubel und unsere Glückstränen auf Video festgehalten wurden! Tausend Dank an Familie Weinmann für die anschließende Feier mit Siegertorte und Jumbo-Pizza im liebevoll geschmückten Wohnzimmer!!

Beim Rheinhessischen Showtanzturnier in Klein-Winternheim belegten wir

Platz 6 und erlangten den 2. Platz beim Showtanzturnier der Gruppe Enjeue aus Gau-Algesheim – ebenfalls tolle Erfolge auf die wir sehr stolz sind!

Unser Showtanz-Event „**Die Burg bebt!**“ war dieses Jahr – auch dank des wunderbaren Wetters und vielen fleißigen Helfern – der absolute Wahnsinn! Völlig ausverkauft war die Veranstaltung, für uns das Highlight des Jahres! Auch hier gilt: sämtliche Anstrengungen sind in dem Moment vergessen, in dem buntes Licht die Burgkirchenmauer in Szene setzt und die Musik beginnt.....

Erstmals beteiligten wir uns am Programm des Kinderferienspaß und boten Kindern zwischen 6 und 10 Jahren an zwei Nachmittagen die Möglichkeit Showtanz-Luft zu schnuppern. Erlernt wurde eine Kurzversion unseres eigenen Tanzes. Als „SKIN DEEP – Minimäuse“ durften die Kids dann sogar bei unserem Showtanzabend auf der Bühne einen richtigen Auftritt präsentieren! Für die meisten war das Publikum eine ganz neue Erfahrung und die Aufregung war natürlich groß!

Auf welchen Veranstaltungen in nah und fern man uns übers Jahr erleben kann, steht immer auf unserer Homepage:

www.skindeep-ingelheim.de

Auch sehr viel Interessantes rund um unsere Leidenschaft für den Showtanz sowie eine umfangreiche Fotogalerie ist dort zu finden - schaut doch mal rein - über einen netten Eintrag in unser Gästebuch würden wir uns sehr freuen!

Fürs Tanzthema 2008 trainieren wir derzeit bereits wieder fleißig - natürlich wird wie immer noch nichts verraten! Auf die Premiere am kommenden Januarball am 12.01.2008 darf man wie immer gespannt sein – nur soviel vorab: im kommenden Jahr gibt's nicht nur wieder gehörig was auf die Ohren sondern auch richtig was auf die Augen!!

Viele Grüße aus der Abteilung Showtanz

P.S.: Und hier noch ein Kommentar von den Trainern an die Gruppe: Ihr seid die beste Truppe, die man sich nur vorstellen kann und wir sind unglaublich stolz auf Euch! Danke für alles!



Lust auf Ball ?



Alles dreht sich um den Ball, wenn freitags um 14:30 Uhr quirlige Kinder nach einer anstrengenden Schulwoche in die Turnhalle an der Burgkirche stürmen.

Werfen, Fangen, Prellen, Zielen, Springen und Laufen geben Möglichkeit, Luft abzulassen. Neben den klassischen Mannschaftsspielen wie Völkerball und Brennball, werden viele eigene Spielideen der Kinder umgesetzt. "Dr. Kitzelberger", "Zombie", "Wer ist der Fänger"... , erlaubt ist was den Teamgeist fördert, Koordination und Reaktion schulen und vor allen Dingen Spaß macht. Spaß gemacht haben auch der Besuch im Bowlingcenter und die Außenspiele während der Fastnachtspause. Es ist eben immer bei den Ballspielkindern was los.

Los geht's freitags um 14:30 Uhr für die Kinder der 1-3 Klasse, ab 15:30 Uhr gehört die Halle den älteren Jungen und Mädchen der 3-5 Klasse.

Und? Lust auf Ball?

Cäcilia Kuhlmann



Mixed-Volleyball, alles beim „Alten“ und doch ein wenig neu ...

Wir sind immer noch die „Alten“, aber was ein wenig neu ist, sei gleich vorab erwähnt:

Wir haben - seit September 2007 - durch eine zusätzliche Trainingseinheit am Dienstag in der Gerätturnhalle die Möglichkeit bekommen, junge, angehende Erwachsene - ab 16 Jahren - an unsere geliebte Sportart „Volleyball“ heranzuführen. Damit wollen wir den schon länger gehegten Gedanken an eine Nachwuchs-Mannschaft konkret unterstützen.

Zusätzlich haben wir ein paar neue Gruppenmitglieder gewinnen können, die sich - wie wir - im Training fleißig einsetzen, weiterhin von Lorenz Strenge und Peter Mazurek gestaltet. Damit haben wir die Möglichkeit, unter engagierter Anleitung über uns hinaus zu wachsen oder manchmal auch unsere Grenzen zu erfahren.

Zudem wurde der „unregelmäßige aber umfassende“ Newsletter wieder reaktiviert, der die Ereignisse unserer Gruppe – natürlich aus meinem Blickwinkel beleuchtet – für alle Aktiven und manchen Ehemaligen enthält.

Wir haben wieder an der Freizeitrunde vom Rheinhessischen Turnbund teilgenommen und unseren Platz in der ersten Gruppe (sozusagen die 1. Liga) viel besser als in der letzten Saison verteidigen können. Und darüber hinaus konnten wir in Ganztagesturnieren sogar zweimal den - durchaus beliebten - 1. Platz erkämpfen. Also eine wirklich erfolgreiche Saison für uns!

Freizeitaktivitäten und Feiern gab es auch in diesem Jahr, auch wenn es nicht immer die Gewohnten waren. So haben wir statt der Weihnachtsfeier Anfang des neuen Jahres bei Bowling, italienischem Essen und einem bis in den Morgen ausgedehnten Club-Besuch im Anschluss gefeiert.

Anstatt Familien-Zelten (unsere Kinder werden eben immer größer, selbständiger und haben bereits einen eigenen Terminkalender) waren wir erneut mit einer kleinen Gruppe Wandern, diesmal 4 Tage im Gebiet des Zahmen/Wilden Kaisers. Vielen Dank an Jürgen Theis für die Organisation und Durchführung.

Unsere interne Mannschaftsversammlung am 10.05.2007 gab allen Teilnehmern die Möglichkeit, Sachen anzusprechen, die uns auf dem Herzen liegen. Hier wurde unter anderem auch beschlossen, wieder an der Freizeitrunde 2007/2008 teilzunehmen.

Es können leider nicht alle Namen genannt werden, die unsere Gruppe im Großen und in Kleinigkeiten unterstützen, aber Allen sage ich an dieser Stelle einen herzlichen Dank!!!

Details, wer ruft hier nach Details??? Wer es lesen mag, hat jetzt die Möglichkeit dazu ...

Freizeitrunde 2006/2007:

Vorab sei gesagt, dass die Organisation der Freizeitrunde von Tobias Wenig (19 Jahre), unserem „Küken“ - oder auch oft, weil er so groß ist und lange Arme

hat, die „Krake“ genannt, komplett übernommen wurde. Damit durfte ich einfach mal „nur“ mitspielen .

21.09.2006 Heimspiel gegen RV Klein-Winternheim, ein spannendes Spiel, das wir in einer engagierten Aufholjagd mit 3:2 für uns entscheiden konnten. Eine kleine Revanche für das Auswärtsspiel ein Jahr zuvor, das wir mit 3:1 verloren hatten.

25.10.2006 Auswärtsspiel gegen TuS Gausheim, im ersten Satz zeigten wir Zähne und gewannen, mussten dann aber die letzten 3 Sätze knappe Niederlagen einstecken, 3:1 für Gausheim. Anschließend beim Chinesen konnten wir trotzdem mit Stäbchen ganz entspannt essen und plaudern.

16.11.2006 Heimspiel gegen TV Nieder-Olm, die Chance auch ohne „Blitzlichtgewitter“ den Heimvorteil zu nutzen. Und was taten wir? Genau das ... 3:1 für die TuS Ober-Ingelheim.

14.12.2006 Auswärtsspiel gegen TSV Gau-Odernheim, die in der letzten Saison Meister waren. Auch wenn jeder Satz knapp ausgegangen ist und beide Seiten gleichwertig spielten, das End-Ergebnis mit 3:0 für Gau-Odernheim spiegelt das leider nicht wieder.

25.01.2007 Heimspiel gegen TV Selzen, diese Mannschaft ist immer für eine Überraschung gut, die sie an diesem Abend aber nicht mitbrachten, 3:0 für uns ...

06.03.2007 Pokalspiel gegen TV Schwabenheim. Das ist ein extra Schmankerl der Freizeitrunde, indem alle teilnehmenden Mannschaften im KO-System gegeneinander spielen. Da wir in der „ersten Liga“ J spielten, stiegen wir erst in der zweiten Runde ein. Der Gegner war allerdings für uns keine unbekannte Größe. Wir haben knapp verloren.

22.03.2007 Heim- bzw. Auswärtsspiel gegen Uni Mainz II, normalerweise wären wir nach Mainz gefahren, aber auf eigenen Wunsch (Probleme mit der Hallen Kapazität) fand das Spiel bei uns statt. Was das Ergebnis nicht wesentlich veränderte J Machen wir es kurz und schmerzvoll, wir haben diesmal nicht



„knapp“ verloren ...

26.03.2007 Auswärtsspiel gegen TV Laubenheim, unseren „heimlichen“ Angstgegner. Es sah anfangs Alles nach einer weiteren Niederlage aus, denn Laubenheim führte bereits mit 2:0. Was dann genau geschah, kann keiner sagen, wir fanden in das Spiel zurück und rissen es tatsächlich noch zu unseren Gunsten herum. Wir gewannen am

Ende knapp, aber mehr als verdient mit 3:2! Das musste natürlich gefeiert werden ...

Mit diesem krönenden Abschluss war die Freizeitrunde beendet. Es gab – wie bereits im letzten Jahr - kein Endturnier. Wir landeten auf Platz 4 von 8, nach Platz 7 im letzten Jahr eine eindeutige Verbesserung.

Turniere 2006/2007:

Wenn man das Wort Turniere auseinander nimmt, hört man hier das Wort „Turner“ heraus, was soviel wie „Turnen“ heißen könnte. Als Volleyballer, aber eben auch „Turnspieler“, bestehen wir natürlich grundsätzlich auf unserer Eigenständigkeit, wobei so mancher Hechtbagger (ohne Verletzungen) fast an das Turnen erinnern mag.

Ganztagesturnier, Ober-Olm am 30.09.2007:

Ein kleiner Schritt für den Menschen, aber ein großer Schritt ... Stopp, das verwechsle ich gerade ... Es war trotzdem ein großer Schritt für uns, ein Schritt aus dem Schatten der hinteren Plätze der letzten Saison, einfach ein tolles Erfolgserlebnis.

Spielmodus: Vorrunde mit jeweils 2x 4 Mannschaften, die Gruppen-Ersten spielen um Platz 1, usw.

Es war eine spannende Vorrunde mit Spielen gegen TV Mombach, Ober-Olm und die Globetrotter. Im 2. Spiel verletzte sich eine Spielerin von uns und wir bekamen Unterstützung von einer bereits an TV Mombach ausgeliehenen Spielerin J Man darf anmerken, dass Andreas (Andi) - der bei uns inzwischen fest mitspielt - und Anna überall aushalfen und so ganztags jedes Spiel – ohne Pause – spielten! Ok, die Beiden sind etwas jünger als unser Altersdurchschnitt, trotzdem eine tolle Leistung J

Am Ende konnten wir als Gruppen-Erster in einem beherzten Endspiel gegen TV Kostheim den Wanderpokal mit 2:1 Sätzen für uns entscheiden.

Ich werfe gerade mal einen Blick auf den Pokal auf der Fensterbank, denn am 28.09.2007 versuchen wir ihn in Ober-Olm zu verteidigen!

Ganztagesturnier, Heidesheim/Wackernheim („obbe un unne“) am 05.11.2006
Dieses Turnier besuchen wir immer sehr gerne, zumal es ja direkt um die Ecke liegt. Aber davon abgesehen, hat diese nette und freundliche Mannschaft einfach unser Herz gewonnen. Apropos gewinnen, mal sehen ...

Besonderheit diesmal, wir waren 2 Ingelheimer Mannschaften. Werner Klein (montags) hatte die Mail auch aus der Geschäftsstelle erhalten und trat mit seiner Mannschaft an. Da jeder gegen jeden spielte, kam es auch zu einem Ingelheimer Duell ... Es war spannend und ging knapp zu unseren Gunsten aus. Auch wenn wir an diesem Tag viele Spiele beherzt knapp gewonnen (erinnern wir uns an die Aufholjagd gegen TV Schott!!!) oder verloren hatten, am Ende des Tages standen wir tatsächlich erneut auf dem begehrten 1. Platz

Ganztagesturnier, TV Bodenheim am 13.05.2007:

Wir versuchten ein neues Spielsystem aus und gingen damit – fast erwartungsgemäß – ein wenig baden. Aber was soll es, auf kurz oder lang haben wir es uns - in der Mannschaftsbesprechung - als Ziel gesetzt von der Zwei zu Stellen. Fazit: Platz 8 von 10 Mannschaften.

Freiluftturnier, TV Gimbsheim am 30.06.2007

Nachdem man uns letztes Jahr vergessen hatte einzuladen, waren wir diesmal mit der Anmeldung am schnellsten und bekamen dafür offiziell bei der Eröffnung des Turniers Essens/Getränke Gutscheine, die wir natürlich dankbar einlösten.

Der Turniertag selbst lief – wie immer – unter dem Motto „Freiluftturniere haben ihre eigenen Gesetze“. Wir konnten uns in der entscheidenden Zwischenrunde nicht ganz vorne platzieren und spielten in der Endrunde „just for fun“. Das Ganze ausnahmsweise unter dem Namen „TOI TOI TOI“, in dem man – wenn man genau hinschaut – Tus Ober-Ingelheim wieder findet.

Wer bis hierhin gelesen hat - das spricht für Ausdauervermögen - und sich für unsere Sportart „Volleyball“ mit Herzen begeistert, der ist herzlich eingeladen bei uns vorbei zu schnuppern ...

Viele Grüße

Mathias Müller-Thies



Walking

„Walking ist ein Ausdauersport, der für fast jedermann geeignet ist. Walking stärkt das Gefäßsystem, das Herz arbeitet besser und das Risiko der Arterienverkalkung verringert sich.“ So wird unsere Sportart angepriesen. Doch auch wer einfach nur sich in frischer Luft bewegen und unsere schöne Landschaft genießen will, ist bei uns gut aufgehoben. Wir treffen uns – Sommer wie Winter – dienstags um 18.30 Uhr vor der Turnhalle in Ober-Ingelheim. Nach kurzem Aufwärmen starten wir dann je nach Wetterlage auf verschiedenen Routen, z.



B. durch die Weinberge, über den Berg oder entlang der Selz. Abhängig vom Trainingsgrad des einzelnen bleibt auch noch Zeit, sich während des Sports mit anderen auszutauschen. Als Abschluss darf natürlich das Stretchen der beanspruchten Muskelpartien nicht fehlen. Komm doch mal vorbei. Wir freuen uns über neue Mit-Walker.

Rosemarie Endriss-Kaminski

Mädchenturnen

Balken, Boden, Reck oder Sprung, alles kommt mal dran freitags von 17 Uhr - 19 Uhr. Unsere Turnstunde ist für Mädchen ab 10 Jahren, die Spaß am Geräteturnen haben, aber nicht auf Leistung turnen wollen. Rad, Handstand und Rolle kann man bei uns lernen oder bereits vorhandenes Können verbessern. Durch den Bau der Gerätehalle sind wir in den Genuss gekommen, dort zu trainieren. Mehr Platz und somit andere Möglichkeiten, wie z.B. das Einbeziehen der Ringe, sind ein Gewinn für unsere Stunde.

Ein weiterer Gewinn ist Tine (Marie-Christin Ahrends), die uns als Vorturnerin Dehnübungen zeigt und Hilfestellung leistet; echt Klasse!

Cäcilia Kuhlmann



KARATE

... ist eine fernöstliche Kampfkunst, deren Ursprünge bis ins 5. Jh. n. Chr. zurückreichen. Übersetzt bedeutet „Kara Te“ soviel wie „leere Hand“ und gibt zu verstehen, dass bei dieser Kampfkunst generell keine Waffen zur Selbstverteidigung verwendet werden.

Stattdessen bedient man sich verschiedener Schläge, Stöße, Fußtritte und dergleichen mehr.

Aufgrund seiner vielseitigen Anforderungen an Körper und Geist ist Karate ideal als Ausgleich zu den Anforderungen des Alltags:

Im Karate werden Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit trainiert. Mit Entspannungstechniken, Atemübungen und Meditation wird die Konzentrationsfähigkeit gesteigert und die Wahrnehmung für den eigenen Körper, sowie für den Partner, geschult. Ob Ausgleichsport, allgemeine Fitness oder Selbstverteidigung, Karate bietet ein breites sportliches Betätigungsfeld für alle in jedem Alter.

Unsere Karate Schule (Dojo) ist als Abteilung der TUS 1848 Ober-Ingelheim seit November 2006 angegliedert. Der Einstieg in den laufenden Unterricht ist jederzeit möglich.

Schauen Sie einfach mal bei uns vorbei: immer donnerstags von 16.30 – 18 Uhr in der Sporthalle Präsident-Mohr-Schule.



Bitte beachten Sie die neuen Trainingszeiten und Kursangebote zu finden unter der Vereinshomepage www.tus-ober-ingelheim.de

Weitere Information:

Sebastian Illgen Karate Lehrer, 1. Dan

Tel.: 06 71 / 7 90 29 65

Handy: 01 79 / 9 11 66 35

Email: LittleWolf1@gmx.de

Herzsport-Trainingsgruppe

Dieser Gruppe ist es eine „Herzessache“, Sport zu treiben. Dies aber weniger aus Begeisterung für den Sport, als vielmehr aus Sorge um das eigene Herz. Bevor sie also richtig in Bewegung kommt, geht es erst einmal strikt medizinisch zu: Elke misst bei allen den Blutdruck, um den Weg für das Folgende frei zu machen. Als fachkundige Supervisoren fungieren überdies Ärzte, nämlich Frau Dr. Burgard-Kling, die Herren Dr. Zimmermann, Dr. Hegemann und Weitzel.

Der Dank dafür kann ja bei dieser Gruppe nur „von Herzen“ kommen! Nach dem ernstesten medizinischen Einstieg geht es dann lockerer weiter, etwa mit Ausdauertraining, Bodengymnastik, Dehnübungen, Muskelentspannung und gelegentlich recht turbulenten Mannschaftsspielen. Zwischen den einzelnen Programmpunkten soll man auch einmal „Onkel Doktor spielen“ und sich selbst den Puls fühlen. Danach defilieren alle brav an Elke vorbei, um ihren Kommentar über die Pulsmessung zu hören. Bevor weitere Runden gedreht werden, müssen die Gruppenmitglieder sogar noch die ermittelten Daten in ihre Tabellen eintragen. Da es sich aber bei Elke um eine lebensfrohe Saarländerin handelt, geht es trotz aller Wohlorganisiertheit im ganzen recht vergnügt zu – manchmal auch mit musikalischer Untermalung. Auf ihren Höhepunkt soll die Ausgelassenheit jeweils zu Beginn des Monats gelangen, wenn man sich noch in Trainingsanzügen und leicht verschwitzt zur abendlichen Erquickung in einem Ingelheimer Lokal zusammenfindet.

Helmut Pillau



Herzsport-Übungsgruppe

Dienstags abends von halb sieben bis acht, ist in der Turnhalle Herzsport angesagt.

Nach dem Blutdruck so um sieben wird die Aufwärmrunde betrieben.

Jeder läuft dann kreuz und quer, bis er meint: "... dies schlaucht ja sehr..."

Unsere Leiterin ist zur Stell und verlangt den Puls recht schnell.

Suchen, finden und ...los !

Wir sind in Gruppen, zu zweit oder viert und spielen Ball ganz unbeirrt,

bis Frau Kuhlmann Einhalt bietet, weil sie die Gesundheit hütet.

Dies war genug und jetzt geht's munter, auf die Bänke rauf und runter.

Ist das vorbei kommt dann der Reif, wir bilden einen großen Kreis.

Der Reif dreht sich erst links, dann rechts, bis der Vordermann ihn fallen läßt.

Bei der Ausdauer gehen wir im Rechteck oder Diagonal, wie herum ist ganz egal.

Nach einer Minute heißt es dann Puls fühlen – der schon hoch sein kann.

In zehn Minuten ist es vorbei; jetzt noch dehnen, – einwandfrei.

Den Kopf nach rechts den Arm nach links, bis auf den Rücken, – so nun stimmt's.

Ein Bein nach vorne das Hintere gestreckt, – spüren Sie die Wirkung war die Dehnung perfekt.

Die Zeit ist um, wir gehen nach Haus und machen eine schöne Woche daraus.

Bis zum nächsten Dienstag dann um sieben, wenn wieder Herzsport wird betrieben.

Gerhard Spieß



Kinderseite 2007

Buchstabensalat:
Welches Wort wird gesucht?

Partner gesucht!



Die Strümpfe sind beim Waschen völlig durcheinander geraten. Kannst Du sie sortieren? Male die zusammengehörenden in derselben Farbe an.



Hexe Gundula

Wie zaubert der Hovv Gardu zum Mitgeessen? Was ist die Perle?



Mami, Mami, ich habe die Leiter umgestoßen, die ans Hausdach gelehrt war! Sag es bitte Papa, ich habe gerade keine Zeit. Aber der klammert sich gerade an der Dachrinne fest!

Handwritten signature

Förderturnen Kindergarten Burgkirche

Der „Kindergarten An der Burgkirche“ mit insgesamt 62 Kindern, die in 4 Gruppen eingeteilt sind, nimmt mittwochs von 9 bis 12 Uhr in der Vereinsturnhalle an einem speziellen Training teil.

Zu viele Kinder leben heute in einer „Sitzwelt“ und leiden als Konsequenz unter Bewegungsarmut. Gemäß vieler Studien weiß man, dass der sportliche Leistungsabfall enorm hoch ist.

Wir versuchen mit viel Spaß die Grob- und Feinmotorik, die Koordinationsfähigkeit und das soziale Verhalten zu verbessern.

Besonderer Dank gilt dem Förderverein des Kindergartens und der Kreisverwaltung, die dieses Förderturnen ermöglichen.

Einschließen in meinen Dank möchte ich das sportliche Engagement der acht Erzieherinnen, die mit Begeisterung „mitturnen“.

Gabriele Schmitt



Eltern-Kind-Turnen (Mittwoch 10.45-11.45 Uhr)

Ob Sonne, oder Regen,
ein jedes Kind will sich bewegen !

Wo kann es vieles ausprobieren
und manch´ Neues „einstudieren“ ?

Wo kann es hüpfen, klettern, springen
und einen Mattenberg erklimmen ?

Natürlich hier im Turnverein,
wir laden schon die Kleinsten ein.

Auch wer noch gar nicht laufen kann,
fängt hier schon mit dem Turnen an.

Auf „allen Vieren“ geht es los,
und bald schon sind die Kleinen groß.

Wer Lust hat mit dabei zu sein,
schaut einfach mal bei uns herein !

Na klar, willkommen ist uns Jeder,
wir grüßen euch, vielleicht bis später?

Andrea Weiß und Vera Neumann



55218 Ingelheim/Rhein

Rheinbachstraße 7 · Telefon (06 32) 32 79

Kinderturnen

Hüpfen, springen, balancieren und Geräte erobern macht den Kindergartenkindern riesigen Spaß.

Montags von 15 Uhr - 16 Uhr turnen die 4-5 jährigen, von 16 Uhr - 17 Uhr die 5-6 jährigen.

Wer zur ersten Stunde "fünf Minuten vor der Zeit" kommt, ist hier klar im Vorteil.

Er hat die Möglichkeit, frei nach Lust und Laune, jedoch nicht ohne auffangende Hände, die Geräte zu erkunden. Unsere "auffangenden Hände" haben nach den Sommerferien gewechselt: Julia de Francesco musste aus beruflichen Gründen ihre Tätigkeit aufgeben. Mit Cora Gercek haben wir jedoch eine engagierte neue Helferin dazubekommen. Vielen Dank Euch beiden.

Mit einer Begrüßungs-Vorstellungsrunde, die Neankömmlinge schnell integriert, beginnen wir die Turnstunde.

In der anschließenden Aufwärmphase bestimmen die Kinder Tempo und Gangart weitestgehend selbst wenn sie sich wie Autos oder Fußgänger fortbewegen. Sie freuen sich, hier Chef zu sein, der nicht überholt werden darf.

Nach kurzen gymnastischen Übungen oder Spielen geht es dann in zwei Gruppen an die bereits aufgebauten Gerätelandschaften.

Muskeln stärken und Gleichgewichtssinn trainieren stehen ebenso auf dem Programm wie die Förderung von koordinativen Fähigkeiten. Pädagogik lebt vom Wiederholen, so dass jedes Kind seinen Parcours einige Male durchläuft, bis ein Gruppenwechsel stattfindet.

Es macht riesigen Spaß mit anzusehen wie sich kleine und große Erfolgserlebnisse auf den Gesichtern der Kinder widerspiegeln.

Ein Spiel und Abschiedslied beenden unsere Stunde. Na dann, tschüss bis nächste Woche.....

Cäcilia Kuhlmann



Bambino - Bubenturnen (5- und 6-jährige)

Auch unsere "kleinen Turner" haben bereits ihren Spaß, wenn sie donnerstags von 15.30 Uhr bis 17 Uhr in der Vereinsturnhalle aktiv sind. Hier werden die ersten Übungen an den Geräten ausprobiert. Bei gezielten Kräftigungsübungen werden die Muskeln aktiviert und der Bewegungsablauf verbessert. Klettern, Springen, Hüpfen und vieles mehr wird zum „Kinderspiel“ und somit zur Erfahrung vieler Möglichkeiten der Bewegung. Dabei haben alle viel Spaß und bringen die Halle zum Beben.



Durch die Bewegung, den sportlichen Ehrgeiz und das Zusammenspiel erlernen die Kinder viele soziale Aspekte, die sie im Alltag so manche Situation leichter bewältigen lassen. Jedes neue Kind heißen wir herzlich willkommen.

Im neuen Jahr freuen wir uns wieder auf die vielen schönen Turnstunden und wünschen allen Kindern weiterhin viel Spaß und Freude beim Turnen.

Marcus Rösch & Martin Haas

Bubenturnen (6-7 jährige)

Hier haben wir unseren Spaß! Wir treffen uns jeden **Donnerstag von 15.00 Uhr bis 16.30 Uhr** in der Vereinsturnhalle. Bereits bei Beginn sind wir mit viel Energie dabei und schaffen es auch die Halle zum „Beben“ zu bringen. Da kommt sogar unser Trainer manches mal ins Schwitzen. Hier werden Spiele gemacht, „kleine Wettkämpfe“ absolviert und an den Turngeräten die ersten Übungen ausprobiert. So passiert es schon mal, dass wir das eine oder andere Gerät missbrauchen und aus den Ringen eine Affenschaukel bauen. Erste Erfahrungen des Geräteturnens werden gesammelt, die Beweglichkeit erprobt und gemessen, wer der schnellere ist. Nach all den vielen Aktionen wird auch gezielt trainiert. Unsere Teilnahme am Kinderturnabzeichen war wieder ein großer Erfolg. Mit 25 Kindern ging es dieses Jahr nach Heidesheim. Alle konnten stolz mit einer Medaille nach Hause gehen.

Martin Haas



Der Pluspunkt Gesundheit

wird verliehen vom Deutschen Turnerbund, unterstützt vom Deutschen Sportbund und der Bundesärztekammer, für Präventive Gesundheitsangebote und Herzsport.

Seit 1995 bilden sich unsere Übungsleiterinnen regelmäßig fort, um die geforderten Kriterien zu erbringen und der alle 2 Jahre stattfindenden Überprüfung zur Verlängerung des Qualitätssiegels standzuhalten.

Mit großer Freude überreichte Oberturnwart Peter Knopper anlässlich des Schauturnens mit der KSI Budapest den Übungsleiterinnen

Cäcilia Kuhlmann

Elke Eifler

Ursula Poetting

Traude Rebmann und

Ada Schäfer



die Verlängerung des „Pluspunkt Gesundheit“.



Kleinkinderturnen in Ingelheim-West

montags **15-16 Uhr** **für die 5- und 6-Jährigen**
 16-17 Uhr **für die 3- und 4-Jährigen**

Wer montags einen Blick in die Turnhalle wagt, kann viele freudige Kinder in Bewegung sehen und hören. Egal ob „1,2,3 im Sauseschritt“, „Schubidua-Fingertanz“, „Jahresuhr“ oder „Dinosaurier-Song“, die Singspiele und Bewegungslieder sind fester Bestandteil einer Turnstunde. Die größeren Kinder spielen auch gerne „Hexe, Hexe aus dem Haus“, „Feuer, Wasser, Blitz“ oder „Brückenfangen“.

Danach startet die Erwärmungsphase. Dabei kommen Bälle, Seile, Reifen, Schwungtuch oder Stäbe zum Einsatz. Auch Mattentransportspiele mit Aufwärmgymnastik machen den Kindern Spaß.

Danach geht es ans Turnen. Die Gerätelandschaften laden die Kinder zum Hangeln, Klettern, Rollen, Springen, Schwingen und Balancieren ein. An manchen Stationen werden auch erste „echte“ turnerische Elemente wie Rolle rückwärts und vorwärts, Rad, Schwingen und Stützen im Barren und Aufschwung am Reck vorbereitet und geübt. Bei den 3- und 4-Jährigen stehen die Grundlagen im Vordergrund: Balancieren, Sprünge mit geschlossenen Beinen, Stehen und Hüpfen auf einem Bein. Bewegungserfahrungen werden beim Rollen und Schwingen gemacht. Die Kinder selbst sind oft sehr erfinderisch wie die Übungen variiert werden können.

Schon bald heißt es: „Letzte Übung!“ und jedes Kind turnt seine Lieblingsübung.

Dann geht es schon an das Abbauen der Geräte. Die Kinder räumen gemeinsam die „blauen Matten“ auf den Wagen, während Vorturner Javel und ich die Großgeräte wegräumen. Manchmal helfen uns auch Eltern dabei. Zum Schluss der Stunde darf das Abschlussspiel nicht fehlen.

Für das Jahr 2008 freue ich mich auf alle die Kinder, die mit ihrem Spaß und ihrer Freude an der Bewegung eine Turnstunde lohnenswert machen.

Heidi Linn



Partnerturnen

Montags ab 20 Uhr treffen sich in der Vereinshalle nicht nur Paare, auch Singles sind herzlich willkommen.

Die erste Stunde gestaltet sich mit Gymnastik abwechslungsreich: nach dem Aufwärmen betreiben wir Konditionsaufbau, Problemzonentraining und Dehnung, und letztlich tragen Entspannungsübungen zum Wohlbefinden bei.

In der zweiten Stunde folgen Ballspiele, überwiegend Volleyball. Dieser sportliche Ausgleich über 2 Stunden lässt den Alltag vergessen und sorgt für neuen Schwung. In den Sommerferien unternehmen wir zur gewohnten Übungszeit Radausflüge in die nähere Umgebung.

Weitere soziale Kontakte untereinander und mit anderen Vereinsfreunden pflegten wir bei einer 10-tägigen Donau-Radtour von Passau, entlang der Donau und durch die Wachau, vorbei an historischen Burgen, Kirchen und Klöstern, nach Wien.

Wer uns und unsere Aktivitäten kennen lernen möchte, ist herzlich eingeladen.

Werner Klein



Bubenturnen (7- und 8-jährige)

Bewegung, Gruppenspiele und Sport ist bei vielen Kindern ein Fremdwort. „Unsere Kinder bewegen sich zu wenig“, heißt es in vielen Studien. Das ist bei uns nicht der Fall. Hier werden Gruppenspiele gemacht, Kräftigungs- und Dehnübungen eingefügt, an verschiedenen Geräten die unterschiedlichsten Turnübungen ausprobiert.

Wir bewegen uns und haben dabei noch sehr viel Spaß.

Es gilt, besonders die Koordination von verschiedenen Bewegungsabläufen zu erlernen und dabei die Muskelkraft gezielt einzusetzen. Durch gymnastische Übungen werden die Voraussetzungen für das Turnen an verschiedenen Geräten erlernt. Sport ist nicht nur Muskelkraft, es zeigt sich, dass in der Turnstunde auch das Sozialverhalten und das Selbstbewusstsein unserer Kinder gestärkt wird.

Damit der Sport nicht zu einem Leistungszwang wird, sind die Übungen in einen spielerischen Ablauf eingebunden. Auch Spiele kommen nicht zu kurz. Auf viele tolle Turnstunden mit Euch freut sich....

Martin Haas



Spiel – Sport - Spaß

Eine interessante Alternative zum Leistungssport gibt es für Buben im Alter von 9 - 13 Jahren, für alle, die nicht gerade das Gerätturnen lieben und dennoch gerne etwas Sportliches mit anderen Jungs unternehmen möchten.

Die Turnstunde wird zur Erlebnis-Stunde mit einem bunten Programm. Das Ziel der Stunde ist es, dass die Jungs durch Schnelligkeit, Kräftemessen und Spiele, den Spaß an der Bewegung haben und das „Turnen“ auf eine andere Art kennenlernen.

Auch Aktivitäten außerhalb der Turnhalle werden geboten. So haben wir den tollen Sommer genutzt und für das Sportabzeichen trainiert. Wir gingen ins Schwimmbad, waren im Blumengarten und haben Wurfübungen auf dem Festgelände an der Burgkirche gemacht und haben alle das Sportabzeichen absolviert. Unser Fahrradausflug ging dieses Jahr nach Stadelcken-Elsheim, dort gibt es leckeres Eis.

Auch im nächsten Jahr werden wir wieder ein buntes und abwechslungsreiches Programm gestalten. Bei all den Aktionen in der Gruppe werden auch soziale Aspekte berücksichtigt. Dabei darf die Disziplin der Kinder nicht in den Hintergrund geraten. Dies ist ein wesentlicher Punkt für all die gemeinsamen Aktivitäten in der Gruppe.

Wer Lust hat hier mit zu machen, der kommt

am Donnerstag von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr in die Vereinsturnhalle.

Auf diesem Wege möchte ich mich auch bei meinen Buben herzlich bedanken, die in diesem Jahr so regelmäßig und eifrig dabei waren.

Martin Haas



Bei den Do – Fras ist immer was los

Wer es noch nicht weiß, DO - FRAS sind die Donnerstags-Gymnastikfrauen der TuS. Sie besuchen regelmäßig donnerstags die Übungsstunden von 20 – bis 21.30 Uhr. Nun in der schönen neuen Turnhalle, bewegen sich zwischen 25 und 35 Frauen zu toller Musik.

Unsere Übungsleiterin ist seit vielen Jahren Ada Schäfer. Dass wir so fit sind, verdanken wir ihrer vorbildlichen und abwechslungsreichen Übungsstunde.

Sie wurde schon mehrfach mit dem Plus-Punkt Gesundheit ausgezeichnet, was uns zu gute kommt. Unter dem Motto „Fit für alle“ trainiert sie unsere kleinen Problemzonen, Beine, Po, Arme, vor allem den Rücken usw., dadurch sind wir gut in Form für weitere gesellige Aktivitäten und Ausflüge.

Seit 30 Jahren erkunden wir zu Fuß die Berge, ob im Allgäu, auf den schönen Inseln im Mittelmeer oder auf den Kanaren. Einige Teilnehmer waren 29 x dabei.

Zum 30 jährigen Jubiläum ging die Reise nach Oberndorf am Wilden Kaiser. Die 5 Tage waren für jeden etwas: Wanderungen mit traumhaften Ausblicken, Nordic-Walking vor dem Frühstück, Waldfrühstück, Fahrradtour entlang der Ache, Kaiserschmarrn aus der Riesenpfanne. Das gutgeführte Hotel bot uns ein tolles Programm und sicher waren wir nicht das letzte mal dort.

In der Weihnachtszeit werden regelmäßig Weihnachtsmärkte besucht und wir können nicht genug davon bekommen. Zuletzt ging die Reise nach Augsburg und Ulm. Stadtführungen und Besichtigungen zeigten uns, was so alles hinter der Autobahn, auf der man ja meist dort vorbei fährt, für schöne Städte liegen, deren mittelalterliche Stadtkerne in der Weihnachtszeit ein besondere Atmosphäre ausstrahlen.



In diesem Jahr führt uns die Weihnachtsmarktreise in unser Nachbarland Belgien, nach Brügge und Gent. Auch hier sind Führungen geplant und eine Genever Brennerei wird besichtigt. Gerne fahren hier auch Gäste aus den anderen Gruppen mit.

Während der Sommerpause wird am Donnerstagabend geradelt. Oft sind wir dabei zum privaten Einkehr-Schwung eingeladen. Geselligkeit und Zusammenhalt wird großgeschrieben. So trifft man sich auch zu runden Geburtstagen. Unseren Verein unterstützen wir mit Kuchenspenden, helfen bei Veranstaltungen, füllen die Weihnachtstüten für die Kinder. In diesem Jahr mussten wegen der Hallen-Bau-Phase mehrfach Putzeinsätze geleistet werden. Wir haben für die Eröffnungsfeier der neuen Halle das Buffet gerichtet und gesponsert.

Also alles in allem, die Do-Fras gehören zu den guten Geistern des Vereins.

Ute Wenzel

Heinz Harstick, der leider in diesem Jahr verstorben ist, dichtete vor über 20 Jahren:

DO-Fras sind Frauen, auf die kann man bauen,
doch restlos vertrauen? Da lasst uns erst schauen.

Sind sie
Nie an Durst leidende,
immer bescheidene,
stets sportlich nüchterne, manchmal fast schüchterne,
Berge erklimmende,
Abzeichen schwimmende,
im Tanze sich wiegende,
stets richtig liegende,
Fahnen nähende, Festzuggestaltende,
auf Würde haltende,
Turnvereinsstärkende,
Saalschmuckwerkende,
Kaffeeausschenkende,
Programmbedenkende,
Weiblein mit Herz ? Oder ist das ein Scherz?

Sind sie
Spät nachts heimkehrende
Übungsleiterin verehrende,
ihr Kekse schenkende,
Hüftenverrenkende,
beim Jazztanz springende,

überlaut singende,
Berghüttenstörende,
Männer betörende,
Beifallerheischende,
ganz schrill kreischende,
Halbe petzende,
manchmal auch hetzende,
Alter verschweigende
Zur Fülle neigende,
Abfahrt sich brüstende,
Kaffee-gelüstende,
Apres-Ski süchtige,
aber sonst richtige
Sportkameraden?

Wo bleibt da der rote Faden?

Sie sind
Feste gern feiernde,
nie Sprüche leiernde,
fast immer fest stehende,
immer klar sehende,
Hartkernerprobe,
darum gelobte,
nicht definierbare
und trotzdem spürbare
Frauen, die passen.

Die kann man so lassen!



Simon Fetzner
Maler-, Putz- und Stuckarbeiten
Boehringerstraße 10
55218 Ingelheim
Tel.06132/4344940 Mobil:0163/7842580
Fax:06132/4344941

Schwertfechtgruppe Einherjer

Da unser Samstagstraining schon wegen unserer Engagements auf Mittelalterfesten nicht regelmäßig stattfinden kann, sind wir sehr froh über die zusätzliche Hallenzeit donnerstags. Dadurch können wir den Kampf mit Einhandschwert und Schild nun zusätzlich üben. Samstags bleibt der Schwerpunkt weiterhin beim langen Schwert.

Die Gruppenstärke im Training ist langsam aber stetig am Wachsen.

Am Januarball und zur Eröffnung der neuen Halle haben wir mit Schaufechtstücken zum Programm beigetragen.

Unsere Gruppe war dieses Jahr auch aktiv auf Mittelalterfesten z.B. in Bacharach, Oppenheim, Kronberg, Stromberg, Nack, Breuberg und Nördlingen vertreten und erntete viel Begeisterung seitens der Zuschauer.

Im Training legen wir sehr viel Wert auf Sicherheit und Ausführung der verschiedenen Techniken. Wir kennen z.B. verschiedene Paraden, um einem Schwertschlag zu begegnen. Zusammen mit dem Ausweichen, den Hebeltechniken und Entwaffnungen ergeben sich (noch durch verschiedene Schlagtechniken, Stiche, sonstige Techniken) zahlreiche Möglichkeiten.

Wer also denkt, es wurde einfach nur aufeinander eingepugelt, ist auf dem Holzweg.

Die deutsche Schwertfechtschule braucht keinen Vergleich mit anderen Kampftechniken zu scheuen.

Wegen der Gefährlichkeit der Techniken gibt es keine Meisterschaften. Also kann man diese nur über abgesprochene Choreographien zeigen. So können



wir auch Außenstehenden das traditionelle Schwertfechten näher bringen.

Wenn nun Lust bekommen hat, hereinzuspüren: wir beißen selten. Ansonsten sind wir auch auf unserer Homepage gefahrlos unter www.dieeinherjer.de zu finden.

Die Schwertfechtgruppe grüßt euch mit ihrem Schlachtruf: Drei, Zwei, Einherjer!

Ralf Pitzer

Freitagsmänner auf Tour 2007

vom 17.05 bis 20.05 „Ins“ Markgräflerland

Zum traditionellen Vatertagsausflug starten 12 Freitagsmänner schon früh ins südlichste und wärmste deutsche Weinbaugebiet. Gegen 9 Uhr gibt es in der Grillhütte am Wasserturm im „Bienwald“ eine kräftige Vesper. Vorbei an Strassburg und Belfort, leider in Wolken, erreichen wir Badenweiler.

Nach Zimmerbezug im Hotel „Wilder Mann“ mit Blick auf die Burg des Markgrafen von Baden ist nach einem kleinen Rundgang im Städtchen Kurbad im Cassiopeia-Thermalbad angesagt.

Am Freitag stehen Geschichte, Kultur und Wanderung auf dem Programm. Treffpunkt im Ort ist für viele Anlässe die imposante „Römische Badruine“ Die sachkundige und kurzweilige Führung informiert über die römische Bäderkultur und die Geschichte des Ortes, als ältestes Thermalbad in Baden. Es schließt sich die einstündige Wanderung zum Mittagstisch bei Cafe Neumatt in Schweighof an.

Frisch gestärkt geht es dann auf schönen Waldwegen rund ums Weilertal über die Ruine Neuenfels in einer ausgedehnten Wanderung zum bekannten Weinort Britzingen. Hier, in der Kulturmetropole des Gutedel, widmet man sich



besonders der Qualitätsverbesserung und experimentiert zusammen mit den französischen und schweizer Anbauern. Neueste Kreation ist hier der „Chasslie“, ein Gutedel mit besonders langer Hefelagerung und typischem Geschmack, den wir natürlich bei der anschließenden Weinprobe zusammen mit anderen charaktervollen Weinen verkosten. Der Wein ist so bekömmlich, dass eine starke Truppe den langen Fußweg zum Hotel vorzieht.

Am Samstag ist Gipfelerstürmung auf den dritthöchsten Berg des

Schwarzwaldes, den „Belchen“ bei echtem Kaiserwetter angesagt. Die Schweizer schneebedeckten Alpen sind in ca. 150 km so gut wie selten sichtbar. Wir wandern von der Talstation zum Belchenhaus und haben anschließend eine ausgiebige naturkundliche Führung auf dem Gipfel, der eine besondere alpine Flora zeigt. Mit Bärwurzwasser (während der Führung selbst hergestellt) und natürlich einem Glas Gutedel verabschieden wir uns zur Fahrt ins Münstertal mit Kloster St. Trudpert und Klostercafe.

Beim gemeinsamen Abendessen im „Wilder Mann“ werden die Tagesereignisse lebhaft diskutiert.

Der Sonntag ist Rückreisetag, und - mit der Besichtigung des Domes in St. Blasien, der größten Domkuppel nördlich der Alpen - auch wieder ein Höhepunkt. Nach einem badischen Mittagessen fahren wir in unsere schöne Heimat Rheinhessen.

Die übrige Zeit im Jahr trainieren wir fleißig freitags Abends von 20 bis 22 Uhr unsere Muskeln und spielen Volleyball.

Wenn Ihr Lust bekommen habt, mitzumachen, kommt einfach in die Übungsstunde!

Hans-Jürgen Dietz

Wirbelsäulengymnastik

Rückenschmerzen stellen das gravierendste Schmerzproblem unserer Zeit dar. Körperliche Bewegung gilt hinsichtlich dieser Schmerzen als idealer Präventionsansatz. Sich körperlich zu betätigen ist kostengünstig, zeitlich und örtlich flexibel umzusetzen, bedingt bei richtiger Wahl der Sportart geringe koordinative und konditionelle Voraussetzungen und hat über die Schmerzprävention hinaus weitreichende positive Wirkungen.

Unser Verein bietet folgende Gruppen an:

Montags, 20 – 21 Uhr, Wirbelsäulengymnastik mit Anja Oder
(Gymnastikhalle)

Mittwochs, 20 – 21,30 Uhr, Rücken fit mit Traude Rebmann
(Gymnastikhalle)

Freitags, 9 – 10 Uhr, Wirbelsäulengymnastik mit Sigrid Jassenkoff
(Vereinsturnhalle)

Für weibliche und männliche Teilnehmer jeden Alters.

Seit Oktober 2007 ein Kursangebot Rücken fit für Männer:

Mittwochs, 20 – 21 Uhr mit Anja Oder (Fitnessraum).

Sinnvolle Ergänzung zu diesem Training ist Nordic Walking.

Traude Rebmann

Gymnastik am Morgen

Dass es wichtig und gesund ist, sich in jedem Alter zu bewegen, lesen wir inzwischen in allen Zeitungen: von der Apotheker – bis zur Allgemeinen Zeitung. Am Dienstag in der Frühe ab 9:30 Uhr finden sich Frauen in der Vereinshalle zusammen um ihre Muskeln zu stärken und zu dehnen, ihre Fitness zu trainieren. Hin und wieder traut sich sogar ein Mann mit uns gemeinsam zu üben. Abwechselnd kommen Handgeräte wie Chiball, Therapieball, Dynaband, Hanteln, aber auch die klassischen Geräte wie Stab, Keule oder Ball zum Einsatz. Die Übungen am Boden sind bei manchen Teilnehmerinnen nicht mehr so beliebt, bringen sie doch mit zunehmendem Alter auch Kreislaufschwierigkeiten mit sich. Spaß haben wir immer zusammen und manche Unternehmung planen wir im laufenden Jahr gemeinsam.

Hast Du Lust auf Bewegung am Morgen - komm doch mal vorbei, vielleicht gefällt es Dir bei uns!

Traude Rebmann

Dazu ein Gedicht von Brigitte Jennerich zu unserem Jahresabschlusstreffen:

Auf, auf, hört alle einmal her:
das Weihnachtsfest steht vor der Tür
und jedes Jahr um diese Zeit
da treffe mer uns, so wie heut.
Um Rückblick uff des Jahr zu halle,
was neu war, intressiert doch alle.
Gymnastik am Morgen, wie es jetzt heißt,
findet statt jeden Dienstag, wie jeder weiß.
Pünktlich 9.30 finden wir uns ein –
Es sei denn, e Umleitung musste sein.
Is de Marktplatz gesperrt, do kehrt mer halt um –
Ich bin schon mal über Winternum kumm.
Unter Traudes Anleitung geht es dann los,
unser schee Figur fällt uns net in de Schoß.
Der Neueste ist Pilatus, mit seine saubere Händ,
in Unschuld gewaschen, wie ihn jeder kennt,
tät uns gern ein ‚E‘ für ein ‚U‘ vormache –
oder ist der des garnet, jetzt tut emol net lache.
Ach nee, Pilates heißt ja der Mann,
der uns richtig schnaufen lerne kann.
Richtig ausatmen macht uns noch einmal so fit.
Mir glawes halt und mache mit.
Drei Highlights derf mer net vergesse:
Am Fassenachtdienstag gehen mir Esse,

wir wandern nach Gau-Algesheim
und kehre in de Ratsstub' ein.
Dann gucke mer de Fassenachtszug
Un hammer dann noch net genug
Gehen mir zu Elga oder Ruth
wer de beste Kaffee koche dut.

De Heimweg ist dann noch emol so lang
weil mer einfach nicht mehr kann.
Die schönste Feste weit und breit
machen Traude und Gerd zur Sommerzeit.
Nach einem Spaziergang laden sie uns ein
zu sich in de Garten mit Weck, Worscht und Wein.
Was kann mer dort so gemütlich sitze
im Schatte, mer braucht net zu schwitze.
Dort hocke mir dann bis in die Nacht
Unn de Gerd uffsteht unn Ordnung macht.
Als Drittes dann zu guter Letzt:
Das Treffen vor dem Weihnachtsfest.
Wie des jetzt werd und wie es war
Erfahren wir im nächsten Jahr.

freundlich
& fair = 



Das Team vom SB-Center
Ingelheim ist jeden Mittwoch
von 8 – 12 Uhr für Sie da!

Entdecken Sie das Girokonto mit null Gebühren, null Haken, null Ösen.

Ohne Gebühren, ohne Mindesteingang, ohne versteckte Kosten, aber mit Kontowechselservice. Werden Sie Mitglied und entdecken Sie das kostenlose Girokonto der Banken mit den zufriedensten Kunden.



www.sparda-sw.de
Telefon: 01805 / 915 550
(0,14 EUR/Min. im dt. Festnetz,
abweichende Preise aus dem Mobilfunk)

Sparda-Bank Südwest eG
Binger Straße 38 · 55218 Ingelheim
Salzstraße 1 · 55411 Bingen
Im Benediktusgarten 1 · 55411 Bingerbrück

Sparda-Bank

freundlich & fair

Das Fechtjahr im Rückblick

Die Fechtabteilung kann auf ein gutes Jahr zurückblicken. Wie auch schon in den vergangenen Jahren focht Michaela Fischer eine gute Saison und ist auch in diesem Jahr bereits vor dem Abschluss der Qualifikationsphase nicht mehr von einem Startplatz für die Deutschen Meisterschaften zu verdrängen.

Für diese wünschen ihr alle Fechter viel Erfolg und gutes Gelingen.

Auch Peter Axt konnte dieses Jahr an seine Erfolge vom letzten Jahr anknüpfen. Dabei soll hier vor allem der erste Platz auf einem Ranglistenturnier in Neckargemünd hervorgehoben werden.

Bei den Anfängern konnte die Fechtabteilung Zuwachs verzeichnen. Sowohl durch gezielte Werbung in den Ingelheimer Zeitungen zu Beginn des Jahres, als auch durch ein attraktives Mitmachprogramm bei der Eröffnung der neuen Sporthalle, erhielten die Fechter neuen Zulauf.

Wer einmal in diesen abwechslungsreichen Sport hinein schnuppern möchte, ist herzlich eingeladen, das Training am Donnerstag von 17 bis 19 Uhr zu besuchen. Die Übungsstunde richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 8 bis 18 Jahren.

Fabian Nillius



Schwimmen- Wasserspringen

Seit August treffen sich Mehrkämpfer und andere schwimm- und springbegeisterte Jugendliche zwischen 8 und 16 Jahren jeden Niveaus mittwochs von 18 - 19:30 Uhr im Ingelheimer Freibad. Bei teilweise sehr frischen Temperaturen steht uns neuerdings die komplette Sprunggrube zur Verfügung, in die wir ungestört Saltos, Schrauben, Strecktechniken oder auch nur einfache Abfaller trainieren können. Bei nicht allzu viel Badebetrieb dürfen wir auch die



Startblöcke für Vorübungen oder die 25-m-Bahnen zum Schwimmen nutzen.

Gute Ergebnisse erzielten bereits nach nur kurzem Training Jan-Hendric Britsemmer mit 4,86 Punkten und Bettina Menk mit 5,94 Punkten im Wasserspringen bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften 2007 in Gelnhausen.

Herzlichen Glückwunsch!

Ab der neuen Freibad-Saison 2008 werden wir wieder auf den Brettern stehen und freuen uns über weitere Interessenten!

Kerstin Menk



Elektrohandwerk
nahe
so wichtig
wie möglich

H. G. BRACK ELEKTROANLAGEN

Hermannstraße 4 · 55718 Ingelheim am Rhein
Telefon 0 61 32 / 8 61 33 · Telefax 8 73 91

Geländemeter mit SAT-Anlagen · ISDN und Telefon Anlagen
E-Check · Hygienische Staubsaugeranlagen

Gerätturnen weiblich 11-12 Jahre

Im Frühjahr 2007 bekamen sieben turnbegeisterte Mädchen eine neue Trainerin und üben seit August mit etwas verstärktem Zuwachs (wir sind momentan zu neunt) montags, dienstags und donnerstags fleißig an allen vier Geräten. In den Sommerferien haben wir bereits über eine Woche ein Trainingslager absolviert, bei dem neue Kürübungen erarbeitet wurden und der Spaß natürlich nie zu kurz kam. Das geplante Training Wasserspringen im Ingelheimer Freibad fand leider nur am letzten Tag statt, weil das Wetter nicht, wie gewünscht, mitspielte. Hier noch einmal herzlichen Dank an die betreuenden Eltern, die kurzfristig einspringen konnten! Einen runden Abschluss fand unser Trainingslager bei einem gemütlichen Grillfest mit Auszeichnungen für die vielseitigste und motivierteste Turnerin, sowie die Turnerin mit dem größten Leistungsfortschritt (Helen Brillmayer, Denise Müller und Samantha Ackermann). Nun sind wir gespannt auf unsere ersten gemeinsamen Wettkämpfe und ich wünsche meinen Mädels schon jetzt viel Erfolg und weiterhin so viel Spaß am Turnen wie bisher!!!

Kerstin Menk



Gerätturnen weiblich 9-13 Jahre und 14-17 Jahre

Dienstag 18-20 Uhr in der Turnhalle der Pestalozzi-Schule (9-13 Jahre)
Dienstag 19-21 Uhr in der Turnhalle der Pestalozzi-Schule (14-17 Jahre)
Donnerstag 18-20 Uhr in der Gerätturnhalle der TuS-Halle (9-13 Jahre)

Das vergangene Jahr ließ uns wenig Zeit für besondere Aktivitäten, da sich durch einige Neuzugänge das Training veränderte und gleichzeitig auf die bevorstehenden Wettkämpfe hingearbeitet wurde. Insgesamt trainieren in dieser Gruppe zur Zeit 21 Mädchen im Alter von 9 - 17 Jahren, was das Training durch den unterschiedlichen Alters- und Könnensstand natürlich nicht immer einfach gestaltet, aber trotzdem eine Menge Spaß und Herausforderung mit sich bringt.

Der Bericht ist dieses Mal in drei Abschnitte gegliedert: Die Aktivitäten im Mehrkampf, das Gerätturnen und die sonstigen Ereignisse.

Das Mehrkampfjahr

Mit insgesamt sieben Mädchen fuhren wir zu den Rheinland-Pfalz-Mehrkampfmeisterschaften, die am 24.06.2007 in Koblenz stattfanden.

Kristin Weis startete im Deutschen Sechskampf der 16-17-jährigen, Laura



Sparkassen-Finanzgruppe

Schneller ans Ziel mit dem Sparkassen-Finanzkonzept.

Sicherheit, Altersvorsorge, Vermögen.

 **Sparkasse Rhein-Nahe**

Sie wollen Richtung Zukunft starten? Gemeinsam bestimmen wir zuerst mit dem Finanz-Check Ihre Position und legen dann mit dem Sparkassen-Finanzkonzept ihren individuellen Kurs fest. So bringen wir Sie auf dem schnellsten Weg an Ihr Ziel. Mehr dazu in Ihrer Geschäftsstelle und unter www.sparkasse.net. **Wenn's um Geld geht - Sparkasse.**

Wammes, Nina Wollscheid, Nora Lüpke und Victoria vom Bauer starteten im selben Wettkampf der 12-13-jährigen Mädchen. Julia Hirschwald und Cora Gercek nahmen am Jahn-Sechskampf teil, der außer Turnen und Leichtathletik noch Schwimmen und Kunstspringen enthält. Der Wettkampf von Laura, Nina, Victoria und Nora verlief im Turnen recht gut, in der Leichtathletik spielte das Wetter leider nicht so mit, denn es goss wie aus Kübeln. Am Ende konnten sich Nina Wollscheid und Laura Wammes für die Deutschen Meisterschaften qualifizieren. Kristins Wettkampf verlief soweit gut; am Ende belegte sie den 7. Rang und verfehlte leider die Qualifikation.

Julia bestritt im Turnen und Leichtathletik einen gelungenen Wettkampf, konnte jedoch im Kunstspringen nicht so viele Punkte erreichen. Sie belegte Platz 8. Cora patzte leider bei der Stufenbarrenübung und konnte dies nicht so schnell wieder „gut“ machen. Sie belegte aber immerhin noch den 7. Platz und erreichte, wie Julia, ebenfalls die Qualifikation zu den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften im September.

Für Kristin bekam ich im Nachhinein noch die Startberechtigung für die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften, da sie sich zwar nicht über die Punktzahl, jedoch über einen Quotenplatz des Rhein Hessischen Turnerbundes qualifiziert hatte! Leider konnte sie dort dann verletzungsbedingt nicht teilnehmen.

Die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften fanden im September in Gelnhausen statt. Julia konnte sich nach den Disziplinen im Turnen und in der Leichtathletik noch im sehr guten Mittelfeld halten, verlor aber leider zu viele Punkte im Kunstspringen, was sie selbst mit guten Schwimmleistungen nicht wieder wett machen konnte. Am Ende belegte sie Platz 32, Cora Gercek kam in ihrer Altersklasse auf den 38. Rang. Nina Wollscheid und Laura Wammes bestritten ihren Wettkampf im Dt. Sechskampf und belegten die Plätze 57 und 58. Trotzdem meinen herzlichen Glückwunsch zu den erbrachten Leistungen, und „dabei sein“ ist schließlich (fast) alles!

Das Gerätturnjahr

Natürlich starteten wir im vergangenen Jahr auch in reinen Turnwettkämpfen. Beim Hallenturnfest im März 2007 nahmen nicht alle Mädchen teil. Das Niveau im Bereich des Mädchenturnens liegt hier recht hoch, und so konnten sich nur Jana Haynert und Luisa Ucke mit einem 3. Platz für die Rhein Hessen Meisterschaften qualifizieren. Dies soll allerdings nicht den Erfolg der restlichen Mädchen schmälern, ganz im Gegenteil, auch sie schlugen sich hervorragend, doch leider reichte es nicht zu einem Platz unter den ersten Drei.

Bei den darauf folgenden Rhein Hessenmeisterschaften in Alzey belegte Jana Haynert den 7. Rang, Luisa Ucke erreichte einen hervorragenden 5. Platz.

Im September nahm ich mit vier Turnerinnen am Landes-Kinder- und Jugendturnfest in Nieder-Olm teil. Zwei ereignisreiche Tage erwarteten uns dort, der Wettkampf lief gut, das Mitmachangebot in der „turnfreien“ Zeit war riesig und die Sportschau am Vorabend für alle ein tolles Erlebnis.

Im Herbst fanden in unserer neuen Turnhalle die Mannschaftsmeisterschaften statt. Für die jüngeren Turnerinnen galt es Wettkampferfahrung zu sammeln. Sie belegten am Ende vor der TSVgg Stackeden-Elsheim den 2. Platz. Die älteren Mädchen wurden in ihrer Wettkampfklasse Gaumeister. Beide Mannschaften qualifizierten sich somit für die Rheinhessen-Meisterschaften im November. Zu erwähnen bleibt noch die Vereinsmeisterschaft im Dezember letzten Jahres. Sie bildete für alle Beteiligten eine schöne Abschlussveranstaltung für das Jahr 2006.

Alle Ergebnisse hier aufzuführen sei dem aufmerksamen Leser an dieser Stelle erspart. Die Ergebnis-übersicht auf der folgenden Seite gibt einen kurzen Überblick über alle Einzel- und Mannschaftsergebnisse der Turnerinnen.

Die sonstigen Ereignisse

Natürlich besteht unser Sportjahr nicht nur aus Wettkämpfen.

- Während der Osterferien nahm ich mit einem Großteil meiner Gruppe am Trainingslager in Budapest teil, bei dem die Mädchen, denke ich, viel Spaß hatten und ein paar neue Elemente mit nach Hause nehmen konnten.
- Im September 2006 beteiligten sich die Mädchen bei der Sammelaktion „Jugend sammelt für die Jugend“ der Sportjugend Rheinhessen. Ein prozentualer Anteil des Erlöses durfte in der eigenen Gruppenkasse verbleiben.
- Bei der diesjährigen Vorturnerausbildung des Turngaus Bingen nahmen Jana Haynert und Lara Jana Höpfner mit Erfolg teil.

Soviel zu den Ereignissen des vergangenen Jahres. Zu guter Letzt möchte ich mich bei allen Eltern bedanken, die die Kinder regelmäßig ins Training und zu den Wettkämpfen fahren, sowie den Kampfrichtern und Helfern, die sich für unseren Turnverein sehr engagieren!

Wettkampfergebnisse 2007

Gau-Gerätturn-Meisterschaften Einzel, 18.03.2007 in Heidesheim

Jahrgang 1991-1993, P-Stufe	3. Jana Haynert	28,40 Pkt.
	6. Julia Hirschwald	27,00 Pkt.
Jahrgang 1993/1994, Kür mod. III	3. Luisa Ucke	47,90 Pkt.
	7. Laura Wammes	41,65 Pkt.
Jahrgang 1995/1996, Kür mod. III	5. Nora Lüpke	42,55 Pkt.
	6. Nina Gercek	41,80 Pkt.
	7. Victoria vom Bauer	41,65 Pkt.
	9. Nina Wollscheid	40,65 Pkt.

Rheinhessen-Meisterschaften Einzel, 12./13.05.2007 in Alzey

Pflichtwettkampf P-Stufe (Jahrgang 91-93)	7. Jana Haynert	24,55 Pkt.
Kürwettkampf KMIII (Jahrgang 1989/1990)	5. Luisa Ucke	44,70 Pkt.

Nachwuchsgruppe Kunstturnen weiblich 5 – 7 Jahre

Seit April trainieren wir, Anja Reimers und Mira Herrmann, die Mädchen der Nachwuchsriege.

Unterstützt werden wir abwechselnd von Lina und Laura Reinheimer, Kerstin Menk und Anna-Lena Höpfner.

Jeden Mittwoch und Samstag üben zurzeit fast 20 Mädchen fleißig die turnerischen Grundelemente. Voraussetzung dafür ist Kraft, Spannung und Beweglichkeit. Dieses wird in dieser Gruppe den Kindern vermittelt. Dabei lernen die Turnerinnen auch das disziplinierte Üben an den Geräten und Körperbeherrschung.

In den Sommerferien fand erstmals ein Trainingslager für unsere Kleinsten in der Vereinshalle statt. Die Begeisterung war groß, besonders am 2. Trainingstag: da ging es am Nachmittag in die „Rheinwelle“ zum Schwimmen. Auch hier wurde der Mut erprobt. Erst auf dem 1-Meter- und dann auf dem 3-Meter-Turm. Mutig mit 5 Jahren! Das Seepferdchen wurde an diesem Tag von einigen Kindern absolviert. Es war ein erfolgreicher Nachmittag. Aber genauso schön war das Training an den anderen 4 Tagen, wo der Spaß ebenfalls nicht zu kurz kam.



An dieser Stelle möchten wir uns noch einmal recht herzlich bei den Müttern bedanken, die uns täglich mit Mittagessen versorgten. Gerne nehmen wir noch begabte Kinder, die Spaß am Turnen haben, in unsere Gruppe auf. Allen anderen Turnerinnen wünschen wir weiterhin so viel Spaß am Erlernen der Turnelemente wie bisher.

Anja Reimers

Nachwuchsgruppe Kunstturnen weiblich 5-7 Jahre

Seit einem guten Jahr trainieren wir, Laura Reinheimer und Anja Reimers, mit sehr viel Spaß die Mädchen der Nachwuchsriege. Tatkräftige Unterstützung bekommen wir auch von Jana Haynert, vielen Dank auch an sie.

Jeden Mittwoch und Samstag üben etwa 15 Mädchen fleißig und mit hoher Motivation turnerische Grundelemente. Außerdem machen wir uns mit den neuen „P“-Übungen vertraut, die es erst seit diesem Jahr gibt. Viele unserer Kinder meistern sie schon sehr gut, so dass sie erfolgreich - zum Teil erstmalig - an Wettkämpfen teilnehmen konnten.

In den Sommerferien fand zum zweiten Mal ein 4-tägiges Trainingslager für unsere Wettkampfkinder statt. Mit viel Eifer und Elan meisterten sie das Trainingslager! Dank unserer neuen Halle mit der Schnitzelgrube nahm der Eifer auch nach 2 Stunden anstrengendem Training nicht ab. Einige Mädchen hatten schon den Mut, mit den älteren Turnkindern in der Turnhalle zu übernachten.

An dieser Stelle möchten wir uns noch einmal recht herzlich bei den Müttern bedanken, die für 60 hungrige Mäuler jeden Mittag gekocht haben.

Allen Turnerinnen wünschen wir weiterhin so viel Spaß beim Turnen und, dass sie das erreichen, was sie sich vorgestellt haben!

Laura Reinheimer



Aktiventurnen

Mit der Eröffnung der neuen Turnhalle haben sich die Trainingsmöglichkeiten der ehemaligen "Mittwochsturner" verdreifacht.

Montags, mittwochs und freitags jeweils von 19.00-21.00 Uhr teilen sich die Turnbegeisterten ab 18 Jahren die Gerätturnhalle im Ober-Ingelheimer Turnzentrum mit Ligaturnern und teilweise Leistungsriegen weiblich und männlich. Da die Halle groß genug ist, entsteht dabei keine räumliche Bedrängnis mehr, zumal in totaler Freiheit die Aktiven je nach Geschmack und Laune dreimal, zweimal oder auch nur einmal pro Woche in der Turnhalle vorbeischaun und mehr oder weniger ausgeprägt trainieren, die Geräte warm halten oder einfach nur Neuigkeiten im sportlichen Ambiente austauschen.

Bei uns ist jeder willkommen! Ob Leistungsturner, Freizeitathlet, "Winter- oder Schlechtwetterturner" oder Wiedereinsteiger, jeder kann sich seiner Neigung gemäß betätigen. So sind wir mit 25 Turnerinnen und Turnern auch eine recht große Übungsgruppe und wenn wir alle gleichzeitig da wären, könnte es an den Geräten eng werden. Aber dieser Fall ist bisher noch nie eingetreten.

So freuen wir uns über jeden, der sich wie wir für das Gerätturnen begeistert und mit uns die Halle bevölkert.

Peter Knopper



Kunst- und Gerätturnen männlich ab 15 Jahre - Ligamannschaft

Während es bei vielen Turnvereinen in diesem Altersbereich hapert, haben wir hier doch einiges zu bieten. Die Turner des Leistungsbereichs ab 15 Jahre dürfen seit der neuen Struktur des Turnens im Verein bei den gestandenen Turnern mittrainieren. Montags, mittwochs und freitags wird in der neuen Turnhalle von 19-21 Uhr mit Peter Knopper trainiert.

Besonders der Mittwoch ist für die Ligaturner der Trainingshöhepunkt, kommt doch an diesem Tag Fritz Knopper, um mit seiner großen Erfahrung und seiner unübertrefflichen Motivationsgabe die Männer zu Höchstleistungen anzuspornen. In dieser Gruppe wird sich in besonderem Maße die Schnitzelgrube bezahlt machen, die ein relativ gefahrloses Erlernen höchster Schwierigkeiten ermöglicht.

Die Männermannschaft des Vereins errang mit Marco Eppelmann, Peter Knopper, Jochen Körber, Mario Loibl, Jakob Sievers und Roland Zaun 2006 nicht nur den Rheinhessen-, sondern auch den Rheinland-Pfalz-Meistertitel im Gerätturnen. Dazu kommt noch der Rheinhessenmeistertitel von Marco Eppelmann im Gerätturnen Einzel und der Rheinland-Pfalz-Meistertitel von Jochen Körber im Jahn-9-Kampf der Männer.

Zum Mannschaftskern der Landesliga I -Mannschaft, die 2006 knapp am Aufstieg in die Regionalliga scheiterte, gehören zur Zeit:

Erik Dolch, Dennis Hofstetter, Peter Knopper, Jochen Körber, Mario Loibl, Fabian Scheele, Andreas Seemer, Jakob Sievers, Harry Walter und Roland Zaun.

Dazu kommt noch "Youngster" Jan Hendric Britsemmer, der beim ersten Heimwettkampf 2007 seinen ersten Einsatz am Boden mit Bravour meisterte.

Marco turnt dieses Jahr für den Regionalligisten Eppertshausen und steht nur für die Verbandsmeisterschaften im Team der TuS. Mario musste beruflich bedingt nach Köln übersiedeln, Erik nach München zum Studium. Sie stehen aber bei einigen Wettkämpfen noch zur Verfügung. Schmerzlich für die Mannschaft sind auch der Weggang von Max Arends zum Studium nach Heidelberg und der USA-Aufenthalt von Nachwuchshoffnung Christian Fenner über die gesamte Ligasaison.



Dieses Jahr steht durch die Abgänge kein Aufstieg im Zentrum der Wünsche, sondern schlicht der Klassenerhalt. Daneben bleibt aber sicher noch Zeit für einige Schauturnen und Feiern, die den Zusammenhalt unserer Jungs stärken.

Peter Knopper

Gerätturnen weiblich Leistungsriege (8-9 Jahre)

Die Einführung der neuen Wettkampfübungen im letzten Jahr haben wir ganz gut gemeistert. Alle Mädchen dieser Gruppe sind im Pflicht-Programm Meisterstufe (P-Übungen Variante b) gestartet. Katharina Appel in der Altersklasse 8 und Amelie Schild, Anna Burger, Jana Wild, Lea Reinheimer, Patrizia Wertich und Theresa Junkermann in der Altersklasse 9 sind in der ersten Wettkampfsaison dieses Jahr an den Start gegangen. Lea Reinheimer erreichte bei den Rheinhessen-Meisterschaften einen sehr guten vierten Platz, Theresa Junkermann gelang es ebenfalls, sich unter der rheinhessischen Konkurrenz zu behaupten. Sie erreichte den 6. Platz von insgesamt 12 Teilnehmerinnen. Damit haben sich die Ober-Ingelheimerinnen der Herausforderung P8 Meisterstufe mit Erfolg gestellt. Sicherlich war noch nicht alles perfekt, aber dies galt ebenso für die Konkurrenz, was die hohen Anforderungen der Übungen widerspiegelt.

Das Pokalturnen am 3. Juni zeigte, dass nur zwei Vereine im ganzen Turngau Bingen sich an dieses Programm gewagt hatten. Ober- Ingelheim war der zahlenmäßig überlegene Verein, musste sich aber im Jahrgang 98 der TSVgg Stackeden-Elsheim punktemäßig geschlagen geben.

Lea Reinheimer und Katharina Appel stellten sich einer weiteren Herausforderung, den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften. Ihr erster Einsatz auf der höchsten Wettkampfebene stand dabei unter dem olympischen Motto: Dabei sein ist alles. Mit diesen beiden Starterinnen zeigte die TuS zum zweiten Mal in Folge, dass sie auch bei den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften im Gerätturnen olympisch ein Wörtchen mitzureden hat.

Die Sommerferien begannen mit der kirchlichen Trauung von Peter und mir, zu der die Mädchen ein wunderschönes Schauturnen einstudiert hatten. An dieser Stelle sei noch mal den Übungsleiterinnen Laura und Lina Reinheimer sowie Mira Herrmann für diese tolle Überraschung gedankt. Natürlich bedanke ich mich auch gerne bei meinen (ehemaligen) Turnerinnen. Wir haben uns sehr über euren Auftritt gefreut.

Der Auftritt kam auch bei den Gästen so gut an, dass die Mädchen ihren Tanz und Turnmix gleich dreimal auf verschiedenen Veranstaltungen vortragen „mussten“ (Ungarbegegnung 1 und 2, sowie zur Einweihungsfeier der neuen Halle).

Nach einer kleinen Sommerpause, die durch ein Trainingslager in der letzten Ferienwoche ein Ende fand, begannen die Vorbereitungen für die zweite Wettkampfsaison.

Viele neue Teile wurde gelernt, oder bereits gekonnte verfeinert, so dass wir optimistisch in den Mannschaftswettbewerb, der in den neuen Räumlichkeiten unseres Vereins stattfand, an den Start gingen. Der Wettkampf zeigte deutliche Verbesserungen bei den Turnerinnen auf. Eine ausgeprägte Schwach-

stelle war nicht zu übersehen: der Schwebebalken. In der Zeit, die uns jetzt noch bis zu den Rheinessen-Meisterschaften bleibt, gilt es, diese so weit wie möglich zu beheben.

Unsere Gruppe hat nun wieder Zuwachs bekommen von drei ausgewählten Nachwuchsturnerinnen: Anna Kies, Jule Meyke und Pauline Götz. Sie bereiten sich im Augenblick auf ihre ersten Rheinessenmeisterschaften vor. Anna Zerfaß und Lara Jana Höpfner stehen mir ab den Herbstferien tatkräftig bei den Übungsstunden zur Seite. Vielen Dank auch euch dafür.

Nataly Knopper





Löwenhof

WEITZEL OHG



Waldeckstraße 41
 55218 Ingelheim / Rhein
 Tel. 061 32 / 43 33-0
 Fax 061 32 / 43 33-29
www.loewenhof-weitzel.de

- Abbruch
- Entkernung
- Asbestsanierung
nach TRGS 510
- Erdarbeiten
- Transporte
- Baumleistungen
- Landwirtschaftliche Lohnunternehmer

Gerätturnen männlich Leistungsriege 9-14 Jahre

Im Zuge der Strukturierung des Turnbereichs entstand diese Riege, in der zur Zeit 26 Turner unter der Anleitung gestandener, noch aktiver Kunstturner trainieren. Sie bereiten sich größtenteils auf Wettkämpfe im Bereich der Meisterstufe oder des Cup-Kürprogramms vor.

Leider können wir nicht mehr jeden turnbegeisterten Jungen aufnehmen. Um Aufnahme zu finden muss man in Zukunft die vorausgehende Riege Gerätturnen männlich Leistungsriege 6-9 Jahre durchlaufen haben, wo die Grundlagen für eine erfolgreiche Turnkarriere gelegt werden. Wer dort die erforderlichen Grundlagenelemente und ein bestimmtes Beweglichkeits- und Kraftpotential aufgebaut hat, kann zu uns kommen. Quereinsteiger müssen wir prüfen, ob ihr Fertigungs- und Fähigkeitsniveau für ein Weiterlernen in der Riege ausreicht. Dreimal in der Woche wird bei uns trainiert. Montags mit Peter Knopper und Tobias Ranly, freitags mit Peter Knopper und Andreas Seemer werden alle sechs Geräte in fester Reihung geturnt und Grundlagen trainiert. Mittwochs gibt es ein zusätzliches Aufbautraining mit Jochen Körber und Dennis Hofstetter, in dem den Schwachstellen besonderes Augenmerk zugewandt wird.

Besondere Höhepunkte waren dieses Jahr wieder der Aufenthalt in Ungarn und das Turnerlager in den Sommerferien in unserer Vereinsturnhalle, bei dem erstmals die neue Schnitzelgrube ausgetestet werden konnte. Außerdem drehte das Ingelheimer Stadtfernsehen einen sehenswerten Beitrag in dem unsere Gruppe sich präsentieren durfte.

An Erfolgen haben wir einiges aufzuweisen, besonders erwähnen möchte ich an dieser Stelle den Rheinhessen-Meistertitel unserer Jugendmannschaft (Erik Dolch, Julian Dufner, Christian Fenner, Tobias Ranly, Fabian Scheele und Andreas Seemer) und unserer Schülermannschaft Ak7-8 (Lucas Engelmann, Nepomuck Guth, Bünyamin Kadioglu, Erik Reifer, Thilo Schild, Patrick Stadler) im Spätjahr 2006. Die Schüler 1996 und jünger (Timo Engelmann, Lennart Horn, Samuel Klees, Tobias Menk, Jan Weil und Matthias Winterheimer wurden auf Rheinhessenebene Vizemeister, ebenso die Schüler 1992 und jünger (Darwin Bornschlegell, Jan Hendric Britsemmer, Tim Lunkenheimer, Peter Weil und Philipp Weitzel).

Bei den Einzelwettkämpfen im Gerätturnen taten sich aus unserer Riege besonders Jan Hendric Britsemmer mit dem Rheinhessencup in der Kür der Schüler Jg. '93-'94 und Nepomuck Guth mit dem Meistertitel bei den Schülern der Ak 9, sowie Lucas Engelmann mit dem 3. Platz in der Meisterstufe Ak8 hervor.

Jan Hendric setzte im Jahnkampf noch einen drauf und wurde Rheinland-Pfalz-Meister. Tim Lunkenheimer erreichte im Deutschen Sechskampf Rang 3. Beide Turner vertraten unseren Verein bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften.

Peter Knopper



Runde und Halbrunde Geburtstage im Jahre 2007

75 Jahre: Theo Bieser
Gernot Boos
Brigitte Jennerich
Eberhard Lehmann
Wilhelm Odernheimer
Ottmar Reiser
Gustav Schmitt

80 Jahre: Kurt Alsenz
Günter Buchholz
Theresia Löwen
Marlies May
Klaus Meissner
Irmgard Müller
Lotte Nadler
Else Pietschmann

85 Jahre: Anni Erbes

95 Jahre: Anton Karwatzki

Veranstaltungen 2008 in der Vereinshalle

Freitag, 11. 01. 2008	Weinprobe Bauern- und Winzerverein	19.30 Uhr
Samstag, 12. 01. 2008	Januarball der TuS	20.00 Uhr
Samstag, 19. 01. 2008	Sitzung ICV	20.11 Uhr
Sonntag, 20. 01. 2008	Kreppelkaffee ICV	14.11 Uhr
Donnerstag, 31. 01. 2008	Altweiberball ICV	20.11 Uhr
Freitag, 01. 02. 2008	Disco ICV	20.11 Uhr
Dienstag, 05. 02. 2008	Kindermaskenball	14.11 Uhr

Übungsplan TuS 1848 Ober-Ingelheim (Stand 10.11.2007)

Abt. Turnen:

Turnen im Elementarbereich:

Eltern-Kind-Turnen Di	Di	17:00-18:00	IGS	S. Schmidt
Eltern-Kind-Turnen Mi	Mi	10:45-11:45	Gym	V. Neumann, A. Weiß
Eltern-Kind-Turnen Do	Do	10:00-11:00	VTH	S. Schmidt
Kleinkinderturnen (3-4 J.) Mo	Mo	16:00-17:00	IGS	H. Linn
Kleinkinderturnen (3-4 J.) Di	Di	16:00-17:00	IGS	S. Schmidt
Kleinkinderturnen (3-4 J.) Mi	Mi	16:15-17:15	Gym	J. Gemünden
Kleinkinderturnen (4-5 J.)	Mo	15:00-16:00	VTH	C. Kuhlmann
Kinderturnen (5-6 J.) West	Mo	15:00-16:00	IGS	H. Linn
Kinderturnen (5-6 J.) O-Ing.	Mo	16:00-17:00	VTH	C. Gercek, C. Kuhlmann

Gerätturnen / Kunstturnen:

Mädchenturnen (6-7 J.)	Mo	16:00-17:30	Gym	K. Reithofer, M. Zerfaß
Mädchenturnen (7-9 J.)	Di	17:00-18:30	VTH	M. Deufel, K. Reithofer
Mädchenturnen (ab 10 J.)	Fr	17:00-19:00	VTH	C. Kuhlmann
Gerätturnen weibl. (7-10 J.) [Z] mer	Mi	15:30-17:30	GTH	M. Herrmann, L. Reinheimer
Gerätturnen weibl. (10-13 J.) [Z]	Sa	10:00-12:30	Pesta	
	Di	18:00-20:00	Pesta	J. Hirschwald, J. Kleemann
	Do	18:00-20:00	GTH	
Gerätturnen weibl. (14 - 17 J.) [Z]	Di	19:00-21:00	Pesta	J. Kleemann
Gerätturnen]	Di	14:30-16:30	GTH	A. Reimers
weibl. Leistungsriege (5-7 J.) [Z]	Sa	10:00-12:30	Pesta	L. Reinheimer
Gerätturnen	Di	16:00-18:30	GTH	L. Höpfner, N. Knopper
weibl. Leistungsriege 7-9 J. [Z]	Mi	17:30-19:30	Pesta	N. Knopper, A. Zerfaß
	Fr	17:00-19:00	Gym	N. Knopper, A. Zerfaß
Gerätturnen weiblich	Mo	15:30-17:30	GTH	K. Menk
Leistungsriege 10-12 Jahre [Z]	Di	17:00-19:00	Pesta	K. Menk
	Do	17:00-19:00	GTH	K. Menk
Gerätturnen	Mo	19:00-21:00	GTH	J. Körber
weibl. Leistungsriege (ab 13 J.) [Z]	Mi	19:00-21:00	Pesta	J. Körber
	Fr	19:00-21:00	GTH	U. Leich
Bambino Turnen (5 J.)	Do	15:30-17:00	Gym	M. Haas, M. Rösch
Bubenturnen (6 J.)	Do	15:00-16:30	VTH	M. Haas
Bubenturnen (7-8 J.)	Do	16:30-18:00	VTH	M. Haas
Spiel / Sport / Spaß für Jungs (ab 9 J.)	Do	18:00-20:00	VTH	M. Haas
Gerätturnen	Mo	16:00-18:00	Pesta	A. Weil, P. Weil,
männlich Leistungsriege (6-9 J.) [Z]	Fr	15:00-17:00	GTH	J. Britsemmer, T. Lunkenheimer, P. Otte
Gerätturnen	Mo	17:00-19:00	GTH	P. Knopper, T. Ranly,
männlich Leistungsriege (9-14 J.) [Z]	Mi	17:00-19:00	GTH	D. Hofstetter, J. Körber,
	Fr	17:00-19:00	GTH	J. Dufner, A. Seemer
Gerätturnen	Mo	19:00-21:00	GTH	P. Knopper
männlich Leistungsriege (ab 15 J.) [Z]	Mi	19:00-21:00	GTH	P. Knopper
	Fr	19:00-21:00	GTH	P. Knopper
Gerätturnen mixed Aktive (ab 18 J.)	Mo	19:00-21:00	GTH	P. Knopper, J. Körber
	Mi	19:00-21:00	GTH	P. Knopper
	Fr	19:00-21:00	GTH	P. Knopper, J. Körber
Kunstturnen männl. u. Männer-Liga	Mo	19:00-21:00	GTH	P. Knopper
	Mi	19:00-21:00	GTH	P. Knopper
	Fr	19:00-21:00	GTH	P. Knopper

Informationen: P. Knopper

Turnerische Mehrkämpfe:

Leichtathletik für Turn-Mehrk.	Sa	14:00-16:00	SZB	J. Körber
Wasserspringen / Schwimmen	Sa	16:00-18:00	FBI	K. Menk

Sportakrobatik

Sportakrobatik (Fördergruppe TuS)	Mo	15:00-17:00	GTH	U. Leich
Sportakrobatik (Grundschüler PMS-AG)	Do	15:00-17:00	GTH	U. Leich

Gymnastik / Gesundheitssport

Jonglieren f. Jugendliche [K]	Di	19:00-20:00	Fit	K. Fleischmann
Beckenbodengymnastik [K]	Mi	09:30-10:30	Fit	A. Oder
Hatha Yoga [K]	Mi	18:00-19:30	Fit	R. Müller
Rücken fit für Männer [K]	Mi	20:00-21:00	Fit	A. Oder
Qi Gong [K]	Do	10:00-11:00	GTH	K. Hemmen
Yoga 55+ [K]	Mo	10:00-11:30	GTH	R. Müller
5 Tibeter [K]	Mo	20:00-21:00	Fit	S. Jassenkoff
Pilates - Anfänger [K]	Mi	18:00-19:00	Gym	S. Jassenkoff
Pilates für Fortgeschrittene [K]	Mi	19:00-20:00	Gym	S. Jassenkoff
Thai Chi [K]	Fr	18:30-19:30	Fit	K. Hemmen
Step-Aerobic mit Kinderbetreuung	Do	09:00-10:00	Gym, VTH	U. Poetting, S. Schmidt
Step Aerobic [K]	Mo	19:00-20:00	VTH	U. Poetting
Kursangebot ab Jan. 2008				
Bodystyling	Mi	19:00-20:00	VTH	A. Oder
Fitneßgymnastik	Mi	20:00-21:00	VTH	U. Poetting
Rücken Fit am Morgen	Di	09:30-10:30	VTH	T. Rebmann
Folklore	Di	10:30-11:30	VTH	T. Rebmann
Soft-Gymnastik	Mo	09:00-10:30	Gym	S. Jassenkoff
Funktionsgymnastik	Do	20:00-21:30	GTH	T. Rebmann, A. Schäfer
Fit forever Gymnastik	Fr	19:00-20:30	Gym	A. Schäfer
Fit ab 65	Fr	10:00-11:00	VTH	S. Jassenkoff
Wirbelsäulengymnastik Mo	Mo	20:00-21:00	Gym	A. Oder
Rücken Fit Mi	Mi	20:00-21:30	Gym	T. Rebmann
Wirbelsäulengymnastik Fr	Fr	09:00-10:00	VTH	S. Jassenkoff
Herzsport - Übungs- u. Trainingsgruppe	Di	18:30-20:00	Gym, VTH	E. Eifler, C. Kuhlmann, A. Oder
Partnerturnen (Spiele/Gymnastik)	Mo	20:00-22:00	VTH	W. Klein
Freitagsmänner (Spiele/Gymnastik)	Fr	20:00-22:00	VTH	J. Berr, W. Zausch

Turnspiele

Tischtennis Junioren	Mi	17:00-19:00	VTH	A. Schmitz
Spiele Ballspiele (1.-3. Kl.)	Fr	14:30-15:30	VTH	C. Kuhlmann
Spiele Ballspiele (ab 3. Kl.)	Fr	15:30-17:00	VTH	C. Kuhlmann
Ballspiele Grundschüler	Do	16:00-18:00	THS	B. Baltes, A. Schmitz
Ballspiele Jungs (ab 12 J.)	Mo	18:30-20:00	SMG II	R. Müller, A. Schmitz
Ballspiele/ Volleyball Schülerinnen (12J.)	Mo	17:00-19:00	VTH	C. Kuhlmann
Volleyball gemischt II	Di	20:00-22:00	IGS	R. Matczak
(ehemals Volleyball Frauen)				
Mixed-Volleyball	Di	20:00-22:00	GTH	M. Müller-Thies
	Do	20:00-22:00	THS	M. Müller-Thies
Freizeit-Volleyball	Do	20:00-22:00	PMS	P. Weiland
Badminton Freizeitgruppe	Mi	20:00-22:00	Pesta	H. Böhringer
Tischtennis Senioren	Mi	08:45-10:15	Gym	H. Maasbroek
	Fr	08:45-10:15	Gym	H. Maasbroek

Wandern/Walking

Walking	Di	18:30-19:45	VTH	V. Galbraith
---------	----	-------------	-----	--------------

Nordic-Walking (So.)	So	09:00-10:15	VTH	W. Wenzel
Nordic-Walking (Do.)	Do	19:00-20:00	VTH	S. Reimers
Wandern	So	- (Info)	J. Mucha, T. Rebmann	

Jeweils 3. Sonntag im Monat Info Tel: 2089

Tanzen

Jazz Tanz	Mo	17:30-19:00	Gym	S. Diehl
Kids-Dance (8-10 J.)	Di	14:30-15:45	Gym	S. Diehl
Kids-Dance (6-8 J.)	Di	15:15-16:30	Gym	M. Diehl, S. Diehl
Schautanz	Di	20:00-21:30	Gym	N. Graf, N. Roßkopf
	Do	20:00-22:00	Gym	N. Graf, N. Roßkopf
Streetdance Hiphop	Mo	19:00-20:00	Gym	J. Allen
Tanzstunde Paare (Anfänger)	So	18:30-19:30	VTH	A. Reimers, S. Reimers
		(alle 2 Wo. gerade KW)		
Tanzstunde Paare (Fortgeschrittene)	So	19:30-21:00	VTH	S. Reimers
		(alle 2 Wo. gerade KW)		

Ski

Skigymnastik	Di	20:00-21:00	VTH	M. Haynert
--------------	----	-------------	-----	------------

Fechten

Degenfechten [Z]	Do	17:00-19:00	Gym	F. Nillius
Mittelalterliches Schaufechten	Do	21:00-22:00	VTH	R. Pitzer
	Sa	14:00-16:30	Gym	R. Pitzer

Leichtathletik

Schüler/innen	Di	17:30-19:00	Pesta	A. Simons
			Kooperation mit TG-Nieder-Ingelheim Tel: 2058	
Langstrecke	- -	(Info)	N. Zimmek	
			Information (T.: 76461)	
Lauftreff für Kinder	Di	17:45-18:45	SZB	U. Clausen, K. Kuschnereit,
			Treffpunkt: Spielplatz an der Selz (Kreisel Westerhaus)	
Lauftreff / Trimming 130	Mi	18:00-19:00	SZB	K. Thies, H. Schulz, H. Schweikhardt

Karate

Karate-Jugend [Z]	Do	18:15-19:15	Fit	S. Illgen
Selbstverteidigung [K]	Do	20:00-21:00	VTH	S. Illgen
Karate Kids (6-10 Jahre) [Z]	Do	16:30-18:00	PMS	S. Illgen

Impressum

Herausgeber: Turn- und Sportgemeinde 1848 Ober-Ingelheim
1. Vorsitzender Gerd Rebmann, Stiegelgasse 64,
55218 Ingelheim, Tel. 06132-2207

Verantwortlich: Nadja Graf, Christa Geier, Traude Rebmann
Bilder: Peter Weiland
Druck: cross effect, Eckoldt GmbH & CoKG
Bahnhofstraße 106, 55218 Ingelheim

Auflagenhöhe: 1.100 Exemplare

Die Vereinsnachrichten erscheinen einmal jährlich und werden kostenlos verteilt.
Bankverbindung: Mainzer Volksbank eG, BLZ 551 900 00, Kto-Nr. 466 760 014

Mitteilungen der Geschäftsführung

Höhe der Monatsbeiträge		EURO
Kinder, Jugendliche und Erwachsene		7,50
Familienbeitrag		15,00
Aufnahmegebühr	Einzel	15,50
	Familie	26,00

Nach Vollendung des 18. Lebensjahres ist der Verbleib im Familienbeitrag nicht mehr gegeben.

Ausnahmen: Wehrdienst, Ausbildung, Studium (bitte nachweisen).

Der Zusatzbeitrag für Kinder und Jugendliche in den Leistungsgruppen, die an mehr als 2 Übungseinheiten pro Woche teilnehmen, beträgt z. Z. € 5,00 pro Monat.

Alle Zusatzbeiträge werden ab 2008 versetzt vom Mitgliedsbeitrag jeweils im März und Oktober eingezogen.

Kündigungstermine: bis 31. 3. eines Jahres = wirksam zum 30. 06.
 bis 30. 9. eines Jahres = wirksam zum 31. 12.

Änderung der Adresse oder Bankverbindung bitte sofort an die Geschäftsstelle melden – Rückreichungen gegebener Kontenbelastungen verursachen Kosten von mindestens € 4,50. Wir sind gezwungen, diese Kosten zuzüglich Porto- und Bearbeitungskosten an die Mitglieder weiterzugeben.

Bitte, wenden Sie sich bei vermuteten Unklarheiten zunächst an die Geschäftsstelle um unnötige Kosten zu vermeiden.

Geschäftsstelle z. Z.: Martin Haas,
 An der Burgkirche 24, 55218 Ingelheim
 Telefon 0 61 32-62 15 10, Fax 0 61 32-43 11 78
 E-Mail: info@tus-ober-ingelheim

Geschäftszeit: donnerstags von 8 – 12 h

Internet-Adresse: www.tus-ober-Ingelheim.de