

AUSZEICHNUNGEN FÜR TGLER BEI DER KARBENER SPORTLEREHRUNG

Viel Erfolg, viel Ehr!

Am 07. 11. 2015 war es wieder so weit: In der Petterweiler Sporthalle ehrten die Stadt und die örtliche Arge Sport die erfolgreichsten jungen Sportler aus Karben. Unter den Geehrten befanden sich zahlreiche TGLer aus den Abteilungen Turnspiele, Leichtathletik und Wettkampfturnen. Eingangs begrüßte das Moderatorduo Oliver Becker und Boris Boy, letzterer auf Stelzen immer hoch über dem Geschehen, die im Publikum sitzenden Vertreter des Stadtparlaments und der Parteien sowie ganz besonders den langjährigen Vorsitzenden der

Arge Sport (und der TG Groß-Karben) Martin Menn und Bürgermeister Guido Rahn, der anschließend höchst persönlich die einzelnen Ehrungen vornahm.

Einleitend betonte der Bürgermeister, wie wichtig die Stadt den Jugendsport nimmt und wie viel Geld sie alljährlich in die Sportförderung steckt. Und er versicherte den Anwesenden, trotz der aktuell schwierigen Lage bei der Unterbringung von Flüchtlingen werde man alles tun, die Sporthallen weiter für den Sport freizuhalten.



Moderator Oliver Becker mit dem erfolgreichen Ringtennisnachwuchs der TG: Paul Thrun, Noemie Müller, Josephine Bolowich und Oliver Elsner (v.l.n.r.)

tennisspieler des TV Okarben. Dann gab es eine Pause, unterhaltsam gefüllt von der Tanzgruppe »Hurricanes« des KSV mit einem »Kirmestanz«.

Nach der Pause war zunächst Leichtathletik das Thema. Unter den Ausgezeichneten viele Sportler des TV Rendel und auch drei von der TG Groß-Karben: Finn Stavenow, Kreismeister im Weitsprung, Moritz Gubitzer, Kreismeister im Hoch- und Weitsprung, sowie Thorben Jungclaus, Regionalmeister über 400 m Hürden (→ S. 16f.). Als der Beifall für den Handballnachwuchs des gastgebenden TV Petterweil verklungen war, gingen die Moderatoren über zum Geräteturnen und damit zu einer Paradedisziplin der TG. Geehrt wurden für ihre tollen Platzierungen auf Gau-, Bezirk- und Landesebene Kimberly Herbold, Catharina Rickers und Lena Wilcke, Felina Gräf, Janna Dettingmeijer, Tilda Duchscherer, Miriam Edel, → S. 21

Anschließend begannen die Ehrungen, wie immer begleitet von einer informativen Powerpoint-Präsentation, die – wie seit Jahren schon – der Ehrenvorsitzende der TG, Richard Diegel, beisteuerte. Gleich nach den Tennisspielern des KSV Klein-Karben war der Ringtennisnachwuchs aus Groß-Karben an der Reihe. Ausgezeichnet für ihre jüngsten Erfolge auf Landes-, Süddeutscher und nationaler Ebene wurden Josephine Bolowich, Noemie Müller, Paul Thrun, Christian Darie, Jonas Kruse und Oliver Elsner. Nach den Schützen folgten die Tisch-

Inhaltsverzeichnis

Titelthema	I	Leichtathletik: Jugend ...	15
Leopold	II	Turnspiele	18
Kinderturnen	1	Freizeit	21
Wettkampfturnen	2	Verein	21
Fitness & Gesundheit	5	Terminkalender	24
Volleyball	7	Vereinsbeiträge	24
Badminton	9	Kontakt	III
Leichtathletik: Laufen	11	Impressum	III
Alle Sportangebote	12	Pinnwand	IV

Letzte Meldungen +++ Letzte Me

WETTKAMPFTURNEN

TG-Team auf Platz drei in der Landesliga

[30. 11. 2015] Das junge Turnerinnen-Team der TG hat sich in seinem zweiten Jahr in der Landesliga 3 immer weiter gesteigert, in den letzten beiden Wettbewerben Platz zwei erreicht und ist insgesamt auf Platz drei gelandet. → S. 4

VOLLEYBALL

In der Regionalliga gut behauptet

[29. 11. 2015] Mit zuletzt zwei Heimsiegen hintereinander hat sich das neuformierte Volleyball-Team der TG in der Regionalliga Südwest über Erwarten gut behauptet und hält kurz vor Ende der Hinrunde Platz sechs, nur drei Punkte hinter der Tabellenführung. → S. 7

VEREIN

Finanzierung des Outdoor-Fitness-Parcours kommt voran

[30. 11. 2015] Der Mehrgenerationen-Outdoor-Fitness-Parcours der TG kommt voran. Mittlerweile sind acht von 16 Geräten finanziert, so dass zu hoffen ist, dass der Parcours im Jubiläumsjahr 2016 fertig wird. → S. 16

Hallo, liebe Leute,

nach einem herrlichen Sommer hat sich auch der Herbst bisher von seiner eher schöneren Seite gezeigt. Das hat einen Vorteil: Man konnte länger bei angenehmen Bedingungen Sport im Freien treiben. Da aber jetzt die Tage noch kürzer werden und der Übergang zum Winter bevorsteht, gibt es sicherlich wieder mehr Gelegenheiten, die TG-ZETT zu lesen und die Ereignisse der vergangenen sechs Monate nochmals an sich vorüber ziehen zu lassen.

Die TG-ZETT bietet wieder eine Zusammenfassung der Vereinsereignisse in den vergangenen Monaten. Die Fülle an positiven Nachrichten macht mich sehr froh, zeigt sie doch, dass der Verein sehr lebendig ist und den Erwartungen seiner Mitglieder mit seinen sportlichen Angeboten gerecht wird. Viele dieser positiven Ergebnisse waren auch ein Grund dafür, dass die Turngemeinde bei den soeben stattgefundenen Ehrungen der Stadt Karben für erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler wieder mit einer großen Anzahl vertreten war. Dazu gibt es weitere Details in dieser Ausgabe der TG-ZETT.

Der größte Teil unserer sportlichen Aktivitäten liegt aber im Breitensport. Hier geht es nicht darum, sich im Wettkampf mit Anderen zu messen. Ziel einer jeden Sportlerin oder eines Sportlers ist es, mit der Teilnahme an unseren Sportangeboten einen Beitrag zur eigenen Gesundheit, zur Fitness und zum persönlichen Wohlbefinden zu leisten. Diese Ziele kann man in unserem Verein erreichen, ganz ohne Ehrungen und Urkunden.

Jetzt möchte ich auf das Highlight des kommenden Vereinsjahrs 2016 eingehen: **Den 125. Geburtstag unseres Vereins, der Turngemeinde Groß-Karben 1891 e.V.** Ich hatte schon in meiner Kolumne in der letzten Ausgabe der TG-ZETT darüber berichtet. Inzwischen sind die Planungen konkreter geworden und bis zum 01. 01. 2016 sind es auch nicht mehr so viele Tage.

Die Feiern starten am **24. 01. 2016**. An diesem Tag richtet die TG den **Neujahrsempfang des Turngaus Wetterau-Vogelsberg** aus. Dieses ist eine Veranstaltung des Turngaus für geladene Gäste. Es ist eine Ehre für unseren Verein, diesen Empfang ausrichten zu dürfen, und er ist der richtige Start in unser Jubiläumsjahr. Im Rahmen des Empfangs werden auch erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler aus dem Turngau der letzten beiden Jahre geehrt. Unser Verein wird dabei durch Turnen und Ringtennis vertreten sein.

Wie bereits in der letzten Ausgabe erwähnt, findet am **12. 03. 2016** im großen Saal des Bürgerzentrums unsere **Festveranstaltung zum Jubiläum** statt. Wir erwarten eine große Zahl illustrierter Gäste, an ihrer Spitze den Präsidenten des Hessischen Landessportbundes Dr. Rolf Müller und unseren Landrat Joachim Arnold. Die **Schirmherrschaft** für diesen Festakt und alle Jubiläumsveranstaltungen im kommenden Jahr hat unser **Bürgermeister Guido Rahn** übernommen. Natürlich werden uns auch die Vertreter der Sportverbände, bei denen die TG Mitglied ist, gratulieren. Und nicht zuletzt werden wir viele Gäste aus anderen Sportvereinen der Stadt, den Parteien und anderen Einrichtungen begrüßen können. Umrahmt wird die Feierstunde durch musikalische Bei-

träge des Jugendorchesters »Attacca« der Stadtkapelle Karben. Ein Höhepunkt wird ein Festvortrag von Prof. Dr. Christopher Heim vom Institut für Sportwissenschaften der Goethe-Universität Frankfurt zum Thema **»Der Sportverein als Institution der Zivilgesellschaft«** sein.



Ab dem 12. 06. 2016 werden wir in unserer Vereinshalle mit einem umfangreichen Festprogramm unser Jubiläum feiern. Dieses wird bis zum 27. 06. dauern. Es sind aktuell folgende Events geplant:

- 12. 06.: Ökumenische Andacht, anschließend Frühschoppen und ein Familien- und Kinderfest
- 17. 06.: Jugenddisko
- 18. 06.: Ü35-Party mit Live Band
- 24. 06.: ZUMBA-Party
- 19. – 23. 06.: eine Reihe von Veranstaltungen rund um das Thema Gesundheitssport und außerdem eine Poetry-Slam-Veranstaltung (singgemäß: Dichterswettbewerb oder Dichterschlacht) zum Thema Sport
- 25./26. 06.: Süddeutsche Meisterschaften im Ringtennis

Unser Jubiläum ist ein Ereignis, welches unseren gesamten Verein mit allen Mitgliedern betrifft. Ein solches Jubiläum wird im Regelfall nur alle 25 Jahre stattfinden und stellt daher sicherlich auch für jeden einen Höhepunkt seiner Vereinsmitgliedschaft dar. **Daher sollten wir alle gemeinsam daran arbeiten, das Jahr 2016 zu einem »Sommermärchen« für unseren Verein zu machen.**

Dafür brauchen wir aber die Mithilfe von jedem von Euch! Ich rufe Euch daher auf: Meldet Euch, um uns schon bei der Planung der einzelnen Veranstaltungen zu unterstützen. Dafür stehen Euch die Telefonnummer **06039/ 93 11 99** oder die E-Mail-Adresse **info@tg-gross-karben.de** zur Verfügung. Natürlich könnt Ihr Euch auch bei einem Vorstands- oder Vereinsratsmitglied melden. **Ich freue mich auf Eure aktive Beteiligung.**

Für alle, die schon jetzt an der Organisation unseres Jubiläumsfestes arbeiten, wird die anstehende Advents- und Weihnachtszeit und auch der Jahreswechsel nicht so besinnlich wie in anderen Jahren sein. Dennoch wünsche ich ihnen und Euch allen eine gute Zeit und für unser Jubeljahr 2016 viel Glück, Gesundheit und Wohlergehen. Bis bald,

Euer Leopold

KINDERTURNEN

Jetzt eine selbständige Abteilung mit großer Nachfrage

Die Turnabteilung der TG Groß-Karben ist im März 2015 aufgeteilt worden in die beiden Bereiche Kinderturnen, zu dem auch das Eltern-Kind-Turnen gehört, und Wettkampfturnen, dem auch das Ballett-Angebot zugeordnet ist.

Die Abteilung Kinderturnen wird seit der Aufgliederung

von Eva Dettingmeijer geleitet. Simone Marx ist ihre Vertreterin. Die beiden Abteilungsleiterinnen sind bei der Mehrzahl der Kurse auch als Übungsleiterinnen aktiv, und zwar schon seit 2013. Im März 2014 haben sie beim Hessischen Turnverband die Prüfung für ihre Übungsleiter C-Lizenz im Bereich Kinderturnen bestanden. Die beiden hatten nach dem Motto »ganz oder gar nicht« schon früh beschlossen, die Ausbildung beim Turnverband zu absolvieren, denn sie wollten in ihren Stunden nicht nur ein paar Bewegungsspiele anbieten, sondern für ihre Gruppen sinnvolle Stunden planen können.

Die Übungsleiterinnen sind über ihre Kinder zur TG gekommen und fanden es schade, dass es 2013 zeitweise keine Betreuung für das Kinderturnen und damit auch keine Stunden mehr gab. Eva Dettingmeijer: »Die Lizenz wollte ich machen, da ich sozusagen ins kalte Wasser geworfen wurde. Mittlerweile und auch durch die Ausbildung ist mir klar geworden, wie



Simone Marx (l.) als Übungsleiterin



Eva Dettingmeijer in einer Stunde mit den Kleinsten, den »Turnmäusen«

wichtig solche Bewegungsangebote für Kinder sind, und mein Anspruch ist größer geworden. Ich hoffe, dass ich den Kindern Spaß am Sport vermitteln kann und so einen Grundstein für ein gesundes Verhalten im Alltag lege.«

Das Kinderturnen ist bei der TG ein ständig laufendes, kostenloses Angebot für Vereinsmitglieder, das es »schon ewig« gibt und das derzeit von 60 bis 70 Kindern zwischen ein und sieben Jahren wahrgenommen wird. Da die Nachfrage vor allem bei den Jüngsten manchmal größer ist als die Aufnahmefähigkeit der Gruppe, wird dort ggf. eine Warteliste geführt. Das ist ein zusätzlicher Grund dafür, dass für alle Angebote dieser Abteilung eine Anmeldung erforderlich ist.

Die Übungsstunden finden durchweg in der vereinseigenen Turnhalle am Park statt. Jenseits der normalen Stunden gibt es zwei Mal im Jahr etwas Besonderes: eine »Mucki-Olympiade« als Abschluss vor den Sommerferien und im Dezember einen Nikolaus-Besuch.

Anzeige

THERMOSMART

Hochwertige Alu-Haustüren mit exklusiver Wärmedämmung und Ausstattung

Sparen Sie **20%**
Jubiläumsaktion!
gültig bis 31.12.15
auf bestimmte Modelle
und Farben



- Aluminiumhaustür 1-teilig
- aus 10 Farben wählbar
- freie Auswahl aus 3 Gläsern
- 48 mm Füllungsstärke
- Verglasung U-Wert 0,7
- 3-fach Verriegelung mit Schwenkhaken
- Profilzylinder mit Not- und Gefahrenfunktion
- Aluminium-Innendrücker
- Edelstahl-Außengriff
- Sonderausstattungen gg. Mehrpreis möglich

50
JAHRE JUBILÄUM
Romi Fenster GmbH

Fragen Sie uns. Gerne beraten wir Sie.

Romi Fenster GmbH
Industriestraße 18, 61184 Karben
Tel. 06039 92200 www.romi-fenster.de

Romi fenster
technik ■ kompetenz ■ design

WETTKAMPFTURNEN

Landesturnfest: viel Spaß und tolle Platzierungen

Vom 13. bis 17.05.2015 fand in Gießen das 15. Landesturnfest statt – mit 21 Turnerinnen und Turnern der TG Groß-Karben, die an insgesamt elf Wettkämpfen teilnahmen. Und das Karbener Team war dabei sehr erfolgreich. Hervorzuheben unter den vielen guten Platzierungen: Ida Gubitzer, die sich im Wettkampf der Kür LK3 der 16-bis-17-Jährigen in einem starken Feld gegen 31 Konkurrentinnen durchsetzte und so Landesturnfestmeisterin wurde. Hervorzuheben auch Wolf-Dietrich Meier aus der Ü40-Gruppe der TG, der im Mischwettkampf der Altersklasse M65–69 mit zwei Turn- und zwei Leichtathletikdisziplinen Vizemeister wurde.



In dem Wettkampf von Ida Gubitzer (Foto links) schafften es zwei weitere TGlerinnen unter die Top Ten: Yanina Tena auf Rang sechs und Alina Jaux auf Rang sieben. Svenja Posthaus wurde 13.

Im Wettkampf der 14- bis-15-Jährigen in der Kür LK3 erreichte Felina Gräf Platz 16 in einem großen Teilnehmerfeld von 48 Turnerinnen. Larissa Hillen wurde 41. und Lea Reich, die verletzt war

und nur an einem Gerät antreten konnte, belegte immerhin noch den 47. Platz. Julia Zimmermann knickte leider beim Einturnen um und konnte nicht antreten. Sie verbrachte die restlichen Tage teilweise auf Krücken oder von den anderen Mädchen getragen, wollte aber auf keinen Fall die Gruppe und die tolle Stimmung vermissen.

Die weiteren Ergebnisse: Im Wahlwettkampf, Fachwettkampf Gerätturnen der Mädchen W12–13, belegte Lena Wilcke einen guten 14. Platz in einem Teilnehmerfeld von sage und schreibe 151 Starterinnen. Im Wahlwettkampf, Mischwettkampf W14–15, traten insgesamt 79 Mädchen an. Hervorragende Platzierungen auch hier für die TG mit Lea Suppes auf Rang 11 und Christina Honndorf auf Rang 19.

Im Wahlwettkampf, Fachwettkampf Gerätturnen der Mädchen W16–17, ebenfalls super Ergebnisse für die TG. Catharina Rickers kam auf Platz sechs und Michelle Kraut auf Platz neun. Johanna Oehne wurde 24. Das Teilnehmerfeld umfasste hier 54 Starterinnen.

Wettkampfpremiere hatte die schon erwähnte Ü40-Gruppe, die erst seit knapp einem Jahr unregelmäßig trainiert, denn der Spaß steht bei ihr im Vordergrund. Aber Ziele braucht man auch hier – darum die Teilnahme am Wettkampf. Und der zweite Platz von Wolf-Dietrich Meier zeigte, dass man auch als Best Ager noch Erfolg haben kann.

Gute Platzierungen bei den Bezirksmeisterschaften

Am Wochenende 26./27.09.2015 fanden in Dillenburg die diesjährigen Bezirksmeisterschaften im weiblichen Gerätturnen des Bezirks Hessen Mitte statt. Die TG trat zu den Wettkämpfen, die ein außerordentlich hohes Niveau aufwiesen, mit drei Teams an. Die beste Platzierung erreichten dabei die »alten Hasen« Laura Semdner, Yanina Tena, Alina Jaux, Ida Gubitzer und Svenja Posthaus. Sie kamen im schwierigsten im hessischen Gerätturnen geturnten Kürwettkampf (Schwierigkeitsstufe LK II) auf Platz drei. Die Karbener Trainerinnen Corinna Kaltwasser und Anke Tena waren nicht nur von ihren Turnerinnen sehr beeindruckt und meinten: »Wir haben in all den Jahren noch nie so hochklassige Leistungen auf dieser Ebene erlebt. Der Bezirk Hessen Mitte ist auch erfahrungsgemäß sehr stark, viel stärker kann im Prinzip auch auf Hessenebene nicht mehr geturnt werden.«

Die drei Mannschaften der TG hatten sich im ersten Gaurenden-Wettkampf für Dillenburg qualifiziert. Die Pflichtwettkämpfe fanden am Samstag statt. Mit dabei die jüngsten Turnerinnen der Jahrgänge 2004 und jünger, welche die Pflichtstufe

Anzeige



Sabine Jost – Heilpraktikerin, Sportwissenschaftlerin

Praxis für Naturheilkunde – Sprechstunde nach Vereinbarung
Ramonvillestraße 5–7, 61184 Karben, Tel.: 06039/4889 10, Fax: 06039/932408

Osteopathie und **Bowen-Therapie** sind sanfte Behandlungsmethoden, die ausschließlich mit den Händen ausgeführt werden. Behandelt werden können damit u. a. alle akuten und chronischen orthopädischen Probleme, wie zum Beispiel **Rücken-, Schulter-, Knie-schmerzen, Karpaltunnelsyndrom, Kopfschmerzen/Migräne**, aber auch **Trigeminus-neuralgie, Beschwerden nach Zahnbehandlungen** oder **nach Operationen (incl. Narben)**.

Mit naturheilkundlicher Labordiagnostik lassen sich **Allergien, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Mineralstoffdefizite** (z. B. bei Konzentrationsschwäche, Müdigkeit), **Infektanfälligkeit** (z. B. bei häufigen Erkältungen oder häufigen Blasenentzündungen) oder **Darmbeschwerden** (z. B. nach Antibiotikagabe) diagnostizieren. Behandelt werden diese Beschwerden mit Osteopathie, Neuraltherapie (»Quaddeln«), Eigenbluttherapie oder Infusionen.



P5 turnen. Für die TG traten in dieser Mannschaft Miriam Edel, Helena Simon, Emma Zenser, Maya Gräf, Janna Dettingmeijer und Tilda Duscherer an. Alle fanden es spannend, zum ersten Mal »Bezirksluft« zu schnuppern und zu sehen, wie die weiteren qualifizierten Turnerinnen aus den anderen Turngauen so turnten. Im Zehnerfeld der teilnehmenden Teams zeigten die TGlerinnen (Foto oben) gute Leistungen und konnten sich am Ende über einen achten Platz freuen.

Im Anschluss trat die stark dezimierte TG-Mannschaft der Jahrgänge 2002 und jünger in der Pflichtstufe P6 an. Für die Turngemeinde gingen nur Lil Horinek, Lucia Fischer und Lena Linn Gubitzer an die Geräte. Keines der drei Mädchen hatte damit die Chance, an einem der Geräte auszusetzen, ein Patzer ging direkt – ohne die Möglichkeit der Streichwertung – in das Mannschaftsenergebnis ein. Aber die Drei zeigten einen bemerkenswerten Teamgeist, bauten sich gegenseitig auf und unterstützten sich. Sie ließen sich auch von den Spitzenleistungen der teilweise fünf Jahre älteren Konkurrenz nicht einschüchtern. Am Ende sprang im Feld der neun Teilnehmer fast erwartungsgemäß der neunte Platz heraus, doch großer Beifall begleitete die Drei und sie freuten sich über ihre erste Bezirksmedaille, als gäbe es einen Treppchenplatz zu feiern.

Sonntagnachmittag gingen dann die alten »TG-Hasen« an den Start und zeigten, was sie können. Das Niveau war besonders in diesem Wettkampf wahnsinnig hoch. Tolle Übungen und starke Leistungen sämtlicher Turnerinnen gab es zu sehen. Die TG-Mädchen zeigten auch hier solide Leistungen und wurden belohnt. Mit nur 0,4 Punkten Vorsprung landeten sie auf Platz drei. Riesiger Jubel bei der Siegerehrung. Nicht nur bei den Turnerinnen, sondern auch bei den mitgereisten Fans aus eigenen Reihen. Die Qualifikation für die Hessenmeisterschaften war mit dieser Platzierung geschafft.

Zwei Titel bei den Mannschaftsmeisterschaften des Turngaus

Am Samstag, dem 10. 10. 2015, fand in der Großsporthalle der Karbener Kurt-Schumacher-Schule die zweite und entscheidende Runde der diesjährigen Mannschaftsmeisterschaften des Turngaus Wetterau-Vogelsberg statt – mit starker Beteili-

gung der TG Groß-Karben. Und die Teams der TG konnten sich über zwei Meistertitel und weitere gute Platzierungen freuen. Für die Turnerinnen der Leistungsklasse III stand der Titelgewinn schon vorher fest, denn sie bildeten das einzige Team in diesem Wettbewerb. Die Mannschaft der Leistungsklasse II turnte klasse, baute ihren Vorsprung gegenüber der ersten Runde am 11.07. in Niederflorstadt weiter aus und wurde so souverän Gaumeister.

Überzeugend auch der Auftritt der Jüngsten im Pflichtwettkampf P3/P4. Sie strengten sich mächtig an und konnten sich von Platz vier auf Platz drei verbessern. Ganz knapp wurde es für die etwas Älteren im Pflichtwettkampf P4. Die TGlerinnen turnten einen tollen Wettkampf, wurden in dieser Runde Dritte, aber da das Gesamtergebnis aus beiden Wettkämpfen zählt, reichte es nicht ganz, und sie verfehlten das Treppchen um 0,55 Punkte. Ebenfalls einen guten Wettkampf lieferte das P5-Team, doch die Konkurrenz war diesmal stärker als in der ersten Runde und so reichte es am Ende nicht ganz, um Platz eins zu verteidigen. Platz zwei ist aber auch kein schlechtes Ergebnis. Das P5/P6-Team wollte seinen zweiten Platz aus der Vorrunde behaupten, doch am Balken klappte es diesmal nicht so richtig. So wurde es schließlich Rang drei.

Viel Spaß beim Abschluss der Gaurunde in Karben



Erfolgreich auch bei den Landesmeisterschaften

Die jungen Turnerinnen der TG Groß-Karben eilten 2015 von Erfolg zu Erfolg. Bei den Landesmeisterschaften in Limburg erreichten sie am 07. 11. im Mannschaftsfinale LK II (jahrgangsoffen) einen hervorragenden sechsten Platz unter zwölf Teams aus ganz Hessen. Obwohl verletzungs-, erkältungs- und sogar OP-geschwächt lieferte die Mannschaft, die diesmal mit Svenja Posthaus, Ida Gubitzer, Felina Gräf, Alina Jaux, Yanina Tena und Laura Semdner (Foto unten v.l.n.r.) antrat, einen tollen Wettkampf ab und musste sich dem Fünftplatzierten, der Frankfurter Eintracht, nur äußerst knapp geschlagen geben. Ganze 0,60 Punkte trennten die beiden Teams am Ende.

Die Mannschaft zeigte wieder einmal eine außergewöhnliche Teamleistung, die Mädchen unterstützten sich gegenseitig, bauten sich auf und hatten einfach Spaß am gemeinsamen Turnen, um mit ihren jeweiligen Geräteinsätzen die meisten Punkte für die TG zu sammeln. Sie wirkten sehr nerven- und wettkampfstark. Nach Meinung ihrer Trainerinnen Corinna Kaltwasser und Anke Tena mit ein Grund dafür, dass sie in einem solchen Starterfeld überhaupt bestehen können.

Das erste Gerät in Limburg war der von den meisten gefürchtete Schwebebalken. Yanina Tena musste als erste Turnerin des gesamten Wettkampfs hinauf und turnte gewohnt nervenstark und so gut wie ohne Wackler, was dem Rest der Mannschaft gleich eine gewisse Sicherheit verlieh. Auch



Svenja Posthaus, Alina Jaux und Ida Gubitzer zeigten gute Leistungen. Für was die erturnten Punkte reichen sollten, sah man erst später bei der Siegerehrung: Platz vier am Balken!

Danach ging es an den Boden. Hier turnten Felina Gräf, Yanina Tena, Svenja Posthaus und Alina Jaux. Die Mädchen zeigten die Schwierigkeiten, die sie können, sicher und ausdrucksstark und wurden am Ende mit Platz sieben am Boden belohnt. Um die Punkte am Sprung kämpften Laura Semdner, Alina Jaux, Svenja Posthaus und Felina Gräf, die diesmal mit den Bedingungen am besten von allen zurechtkam und zwei tolle Sprünge ablieferte. Auch ihre Mitstreiterinnen boten solide Leistungen. Das Resultat am Sprung: der achte Platz.



Letztes Gerät war der Stufenbarren, und es turnten Ida Gubitzer, Yanina Tena, Svenja Posthaus und Alina Jaux. Im hessischen Vergleich ist der Stufenbarren leider das schwächste Gerät der Gruppe, aber auch hier turnten die Mädchen das, was sie können, ohne große Patzer durch – Rang zehn an diesem Gerät.

Spannung herrschte vor der Siegerehrung. Für welchen Platz in der Gesamtabrechnung würde die Leistung gereicht haben? Oft entscheiden in einem solchen Feld nur ein paar Zehntel. Umso größer dann der Jubel und die Freude: die entscheidenden Zehntel kamen diesmal der TG Groß-Karben zugute. Es wurde Platz sechs mit nur 0,60 Punkten Rückstand auf Rang fünf und mit 0,60 Punkten Vorsprung auf Rang sie-

ben, den der TSV Cappel einnahm, der sich wiederum mit nur 0,30 Punkten vom TV Münster absetzen konnte. Platz eins in dem starken Starterfeld ging an den GSV Eintracht Baunatal.

In der Landesliga auf Platz drei

Die Mannschaft der jungen TG-Turnerinnen hat sich in ihrer zweiten Landesliga-Saison kontinuierlich gesteigert und zu einem Spitzenteam entwickelt. Sie startete schon am 11.10. in Bad Homburg überraschend gut und landete auf Platz drei. Am 01.11. in Wellerode bei Kassel dann eine weitere Steigerung und Platz zwei. Im dritten und letzten Wettkampf der Saison, der am 21.11.2015 in Nidderau-Windecken stattfand, wuchs das Team noch einmal über sich hinaus und belegte erneut Platz zwei. In der Endabrechnung aller drei Wettkämpfe schrammte es damit nur ganz knapp an Platz zwei vorbei, den der TV Dillenburg, wie eine Überprüfung der Windecker Ergebnisse am 29.11. gezeigt hat, bei gleicher Tabellenpunktzahl nur aufgrund der höheren Anzahl der Bewertungspunkte verteidigen konnte.

In Windecken zeigten Yanina Tena, Julia Zimmermann, Svenja Posthaus und Alina Jaux schon an ihrem ersten Gerät, dem Stufenbarren, mit 45,05 Punkten was sie können. Beste hier: Yanina Tena mit 11,85 Punkten. Noch besser lief es am »Zitterbalken«, wo trotz eines Abgangs 46,50 Punkten zusammenkamen. Dabei überzeugte vor allem Ida Gubitzer, die an diesem Gerät an Stelle von Julia Zimmermann turnte, mit 12,30 Punkten. Sie holte auch am Sprung die meisten Punkte: 12,00. Und zu dem guten Ergebnis von 46,60 Punkten trug hier neben Svenja Posthaus und Alina Jaux auch Laura Semdner



Landesligafinale in Windecken: Svenja Posthaus am Schwebebalken (links) und Alina Jaux am Stufenbarren (rechts), beobachtet von den übrigen Teammitgliedern und den Trainerinnen

mit 11,55 Punkten bei. Beeindruckend nicht zuletzt die Leistungen beim Bodenturnen: Alina Jaux mit 12,00 Punkten und auch die anderen drei – Yanina Tena, Ida Gubitzer und Svenja Posthaus – mit Wertungen weit über 11,00 Punkten. In der Summe ergab das 47,10 Punkte und im Gesamtergebnis des Finales fast 185 Punkte, etwas weniger als der TV Hofheim auf Platz eins und nur wenige Zehntel mehr als der TV Dillenburg und der TV Münster auf Platz drei.

FITNESS & GESUNDHEIT

Im Gesundheitsforum: Sodbrennen und Schmerztherapie

Zum inzwischen sechsten Mal diente die Vereinshalle der TG Groß-Karben am 18.06.2015 nicht als Sporthalle, sondern als Vortragssaal für das Gesundheitsforum des Vereins. Unter dem Reihemotto »Wissen, was hilft« stellte der Chefarzt der Chirurgischen Abteilung am Kreiskrankenhaus Bürgerhospital Friedberg, Privatdozent Dr. med. habil. Ingo K. Schumacher, seinen Zuhörern die rhetorische Frage »Saures Aufstoßen und Sodbrennen: Muss ich damit leben?« Und natürlich lautete seine Antwort an das hochinteressierte Publikum »Nein«, denn er konnte Mittel und Wege aufzeigen, wie die »Volkskrankheit Sodbrennen« zu bekämpfen ist.

Bevor er auf die Therapiemöglichkeiten zu sprechen kam, erklärte Dr. Schumacher zunächst, was Sodbrennen bzw. medizinisch ausgedrückt die Refluxkrankheit ist, bei welcher der Schließmechanismus zwischen Magen und Speiseröhre nicht richtig funktioniert und daher Mageninhalt zurückfließt und so mehr oder minder gravierende Beschwerden auslöst. Und er begründete, warum in einem ausgelegten Folder des Gesundheitszentrums Wetterau – bei diesem Vortrag erneut Kooperationspartner der TG – von einer Volkskrankheit die Rede ist. 30 Prozent der Bevölkerung leiden schon heute an Refluxbeschwerden, und die Anzahl der Patienten nimmt weiter zu. Die Hälfte von ihnen hat eine Speiseröhrenentzündung. Das Spektrum ihrer Beschwerden reicht von Blutungen über verschiedene Entzündungen bis hin zu Bronchitis und Asthma und in seltenen Fällen sogar Karzinomen. Auch ohne Speiseröhrenentzündung führe die Refluxkrankheit zu einer deutlichen Minderung der Lebensqualität.

Nach der Aufzählung der Symptome, die auf die Krankheit hinweisen, und der möglichen Auslöser des Auftretens dieser Symptome kam Dr. Schumacher auf die Diagnosemöglichkeiten zu sprechen und stellte diese ausführlich mit auf die Leinwand projizierten Bildern vor: die Spiegelung von Speiseröhre,

Magen und Zwölffingerdarm, das Röntgen der Magen-Darm-Region, die 24-Stunden-Säuremessung in der Speiseröhre und die Speiseröhrendruckmessung.

Anschließend ging es um die therapeutischen Möglichkeiten, sowohl um die akuten zur Bekämpfung der Symptome und zur Heilung der Speiseröhrenentzündung als auch um die langfristigen. Dabei wies Dr. Schumacher (*Foto unten rechts, links TG-Vorsitzender Martin Menn*) einerseits darauf hin, dass die eingesetzten Medikamente zur Reduktion der Magensäure in den letzten Jahren immer besser geworden seien, ein dauerhafter Einsatz aber eher skeptisch zu beurteilen ist. Gerade jüngere Patienten, die sich in ihrer Lebensqualität stark be-



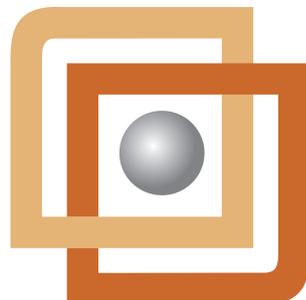
einträchtig sehen, sollten daher eine Operation in Erwägung ziehen. Die führe langfristig bei 70 Prozent der Operierten zu dauerhafter Besserung und sei inzwischen ein bewährter Eingriff. Wie ein solcher Eingriff praktisch vonstättengeht, machte der Referent, von Hause aus Chirurg, schließlich in allen Einzelheiten deutlich.

Nach der Sommerpause ging es am 30.09. im Gesundheitsforum um das Thema »Moderne Schmerztherapie«. Dr. med. Thorsten Fritz, Chefarzt der Klinik für Spezielle Schmerztherapie am Gesundheitszentrum Wetterau (GZW), das mit zu



Anzeige

Neue Apotheke



Peter-Geibel- Apotheke

Gemeinsam für Ihre Gesundheit

Luisenthaler Str. 2a
Groß-Karben
Öffnungszeiten:

Mo–Fr: 8.00–18.30 • Sa: 8.00–13.00

Rathausstr. 30–36
Klein-Karben
Öffnungszeiten:

Mo–Sa: 9.00–13.00 • Mo, Di, Do, Fr 13.00–18.00

diesem Vortrag eingeladen hatte, erläuterte einem interessierten Publikum die heute möglichen Methoden der Schmerztherapie in Diagnostik und Therapie am Beispiel des Rückenschmerzes. Dass dabei nicht Operationen und Tabletten im Vordergrund standen, sondern die Ursachenforschung und die anschließende Therapie stieß bei den Zuhörern auf sehr positive Resonanz.

Schmerzpatienten haben oft einen langen Leidensweg hinter sich. Etwa 800 000 bis eine Million Menschen in Deutschland leiden an komplizierten chronischen Schmerzkrankungen. Viele von ihnen mit dauernden Beschwerden beispielsweise an Kopf, Gelenken, Wirbelsäule oder Eingeweiden sind jahrelang in medizinischer Behandlung, bis sie eine adäquate

Therapie erhalten. Die Spezielle Schmerztherapie – die gebietsbezogene Diagnostik und Therapie von chronisch schmerzkranken Patienten – ist dennoch eine sehr junge Disziplin der Medizin. Unter anderem darauf ist es nach Aussage des Referenten Dr. Thorsten Fritz (*Foto links*) zurückzuführen, dass Ärzte mit dieser Spezialausbildung rar sind und Schmerzpatienten oft Wochen und manchmal Monate auf einen Termin warten müssen.

Rückenschmerzen sind nach Erkältungen die zweithäufigste Ursache für Arztbesuche. Statistiken zufolge leidet aktuell jeder dritte Bundesbürger daran. Vier von

fünf Menschen klagen mindestens einmal in ihrem Leben über Rückenschmerzen. Wegen der zunehmend sitzenden Lebensweise werden die Patienten zudem immer jünger; Kinder mit Rückenschmerzen infolge von Haltungsschäden sind keine Seltenheit mehr.

»Ausreichend Zeit für den Patienten zu haben« nannte Dr. Fritz als wesentliche Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie. Die Komplexität der Schmerztherapie beginnt mit der Einteilung des Schmerzes nach Ursachen. Unterschieden werden der Nozizeptorschmerz, der neuropathische Schmerz und der sympathisch vermittelte Schmerz. Der Nozizeptorschmerz – Nozizeptoren sind Schmerzrezeptoren – definiert sich, wie Dr. Fritz erklärte, durch ein intaktes Nervensystem bei Schädigung des Gewebes, dessen chronische Läsionen die Beschwerden verursachen. Beispiele hierfür sind Rheuma, Rückenschmerzen, Tumorschmerzen, Kopf- und viszerale, d.h. die Eingeweide betreffende Schmerzen.

Beim neuropathischen Schmerz ist das Nervensystem selbst erkrankt, so etwa bei Polyneuropathien, der Postzosterneuralgie, der Trigeminusneuralgie, den so genannten Phantomschmerzen oder der Querschnittlähmung. Der sympathisch vermittelte Schmerz ist Symptom, aber nicht Ursache der Erkrankung; es kommt zu »Kurzschlussreaktionen« des vegetativen mit dem schmerzleitenden Nervensystem. »Mixed Pain« schließlich bezeichnet eine Kombination aus unterschiedlichen Schmerzarten.

»Wichtig für die Therapie ist vor allem die eingehende körperliche Untersuchung«, stellte Dr. Fritz fest. Dazu gehöre eine möglichst genaue Definition des Schmerzes, den Patienten beispielsweise als brennend, kribbelnd, chronisch, ausstrahlend, einschließend oder elektrisierend empfinden könnten. Bei Festlegung einer auf den Patienten individuell zugeschnittenen Therapie müsse im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes das Vorhandensein von Begleiterkrankungen und Nebenwirkungen unbedingt berücksichtigt werden.

Zu den Behandlungsoptionen gehören Verfahren aus der Naturheilkunde wie die Schröpftherapie und die Akupunktur, physikalische Therapien wie die Wärmeträger- bzw. Kälte-trägertherapie, die Magnetresonanztherapie, Ultraschall und Phototherapie, Physio- und Elektrotherapie sowie der Einsatz von Medikamenten entsprechend dem WHO-Stufenschema nach Art des Schmerzes. Wirkungsvoll sind nach Angaben von Dr. Fritz auch die therapeutische Lokalanästhesie, d.h. die Injektion eines Mittels direkt in die schmerzende Stelle, die Neuraltherapie, lies die Einflussnahme auf lokale und übergeordnete Regelkreise des menschlichen Körpers durch Injektionen, die Transkutane Elektrische Nerven-Stimulation (TENS) bei akutem Schmerz, leichten Traumata, postoperativ, bei akuter Arthritis sowie bei chronischen Schmerzen im Rücken und schließlich die Interventionellen Verfahren, beispielsweise die Unterbrechung der Nervenbahnen (Denervation) der Facetten- oder der Ileosakralgelenke (Zwischenwirbel- oder Kreuz-Darmbein-Gelenke).

Viel Beifall für die ZUMBA-Gruppen der TG

Das herrliche Sommerwetter lockte am letzten Juni-Wochenende viele Menschen zum verkaufsoffenen Sonntag in Karben und zu den Veranstaltungen in der Stadt, nicht zuletzt zum 176. Klein-Kärber Markt. Zu den Organisatoren des Marktes zählte dieses Jahr auch der Jugendleiter der TG Groß-Karben, Thorben Waller. Er sorgte dafür, dass auf der Bühne in der Rat-



Die ZUMBA-Kids der TG auf der Bühne des Klein-Kärber Markts

hausstraße auch sein Verein präsent war: mit seinen ZUMBA-Gruppen. Sowohl die Gruppe der Erwachsenen als auch die ZUMBA-Kids haben für ihre Auftritte jeweils zwei, drei Tänze eingeübt und wurden dafür mit reichlich Beifall belohnt.

Für die Kids war das eine Premiere, ihr erster Auftritt auf »großer Bühne«, und sie haben sich mächtig gefreut, vor einem gut gelaunten Publikum zeigen zu können, was sie in den letzten Wochen von ihrer Trainerin Davina Schwittlinsky gelernt haben.

Die Gruppe »Gymnastik und mehr« diesmal in Alsfeld

Am letzten Septemberwochenende 2015 war es wieder so weit! Die Gruppe »Gymnastik und mehr« brach zum mittlerweile 18. Mal zu ihrem Herbstausflug auf. Rosie Leitner berichtet: »Das Ziel ist diesmal Alsfeld, die größte Stadt im Vogelsberg. Unseren ersten Termin haben wir um 11.00 Uhr in der Steinmühle Ottrau-Schorbach. Nach einer interessanten Führung durch die Mühle bekommen wir eine Brotzeit und sind so gestärkt für weitere Taten.

Wir fahren weiter nach Alsfeld und beziehen unsere Hotelzimmer. Dann geht's gleich weiter mit einer Stadtführung, die fast ins Wasser fällt, da die Dame der Tourist-Info uns mit einer anderen Gruppe verwechselt hat. Es klappte dann aber doch noch, und wir erfahren einiges Wissenswertes über Alsfeld. Nach einer kleinen Pause lassen wir den Tag bei einem gemüt-



Wie in jedem Herbst unterwegs: die Gruppe »Gymnastik und mehr«

lichen Abendessen im wohl bekanntesten Restaurant Alsfelds, dem »Kartoffelsack«, ausklingen.

Durch ein gutes Frühstück gestärkt brechen wir am nächsten Tag auf zu einer Wanderung über Altenburg, Lingelbach zurück nach Alsfeld. Leider finden wir keinen schönen Picknickplatz, mit Bänken und Rastplätzen ist man in dieser Region sehr sparsam. Es hat uns aber trotzdem geschmeckt. Nach 14 km erreichen wir unserer Ziel und gehen erst mal Kaffee trinken (gibt natürlich auch Kuchen dazu). Vor dem Abendessen im Hotel gibt es noch einen kleinen Sektempfang, da eine unserer Teilnehmerinnen Geburtstag hat. Nach dem Essen gehen wir zum Marktplatz, wo eine Bühne aufgebaut ist und ein kleines Varietéprogramm vorgeführt wird, denn in Alsfeld ist an diesem Samstag »Zauberhafte Nacht«.

Am letzten Tag fahren wir nach dem Frühstück zur Burg Herzberg. Eine Führung ist leider nicht möglich, da der Burgherr verreist ist. Wir erkunden die Burg allein und genießen die wunderbare Aussicht. Im Anschluß machen wir noch eine kleine Wanderung, um uns das Mittagessen in der Burgschänke zu verdienen. Frisch gestärkt machen wir uns auf die Heimfahrt und freuen uns schon auf den Ausflug im nächsten Jahr.«

VOLLEYBALL

Tolle Hinrunde nach personellem Umbruch vor der Saison

In den Wochen nach dem Ende der Saison 2014/15 in der Regionalliga Südwest der Volleyballerinnen zeigte sich bei der TG Groß-Karben, dass mehrere Spielerinnen aus ganz unterschiedlichen Gründen die Mannschaft von Trainer Willi Frey verlassen würden. Julie Teso kehrte zu ihrem Heimatverein HTG Bad Homburg zurück. Christin Bielig beendete ihre Volleyballkarriere, Ina Rosenberger musste aus beruflichen Gründen gehen, und Eva Eckhardt steht seither nur noch als Schiedsrichterin zur Verfügung. Ein beträchtlicher Aderlass. Und es kam noch schlimmer. Gioia Frey, die in den Planungen des Trainers die Rolle von Christin Bielig übernehmen sollte, verletzte sich so schwer, dass sie monatelang ausfiel und Ende des Jahres noch nicht wieder einsatzfähig ist. Statt Optimismus machte sich Skepsis breit, ob man so geschwächt weiter in der Regionalliga bestehen könnte.

Doch, kommt Zeit, kommt Rat. Die schon im Mai eingeleitete Suche nach neuen Spielerinnen führte Schritt für Schritt zum Erfolg. Die erfahrene, vielfältig einsetzbare Angreiferin Bruna Tocantins de Lima, zuletzt bei Eintracht Frankfurt,



schloss sich der TG an. Christina Jadatz, schon seit Anfang des Jahrtausends bei der Turngemeinde aktiv, die zuvor aus beruflichen Gründen hatte kürzer treten müssen, kehrte ins Team zurück und bedeutete eine Verstärkung im Mittelblock. Eine Verstärkung im Angriff versprach Doreen Werner, die zuletzt für die TG Bad Soden spielte, nach langer Verletzungspause wieder »Vollgas« geben wollte und von einem »Platz an der Sonne« mit ihrer neuen Mannschaft träumte. Mehr Power im Angriff der TG versprach auch Susanne H., die aus Konstanz nach Karben wechselte. Vom VC Neuwied kam die neue Außenangreiferin Kathrin Christ, die in der Regionalliga »viele schöne Spiele« machen will.

Damit noch nicht genug. Vom künftigen Liga-Konkurrenten TGM Mainz-Gonsenheim fand Julia Hinterthür den Weg in die Wetterau, wo sie die Rolle der Libera übernahm. Und mit Steffi Ley bekam die TG außerdem noch eine neue Zuspielerin. Sie spielte früher bei der FTG Frankfurt und danach in Siena.

Wahrlich große Veränderungen im Team (*Foto oben*), aber mit jedem Neuzugang kehrte ein Stück Optimismus zurück. Und je besser es mit der Integration der neuen Spielerinnen



klappte, desto eher ließ sich sagen, dass die Mannschaft aus dem Umbruch letztlich gestärkt hervorgegangen ist. In den ersten Testspielen gab es schon »ganz ansehnliche« Leistungen und nur noch wenige Abstimmungsprobleme. Das Vorbereitungsturnier beim VfL Marburg haben die Karbenerinnen erneut gewonnen. Und Mitte September ging es mit einem Rumpfteam noch nach Kassel. Dort gab es gegen den TUSPO Weende aus der Regionalliga Nordwest einen 2:1-Sieg, aber danach fehlte die Kraft, um im Hessenpokal auch den Ligakonkurrenten TV Jahn Kassel zu besiegen.

Schwerer Start in die neue Saison

Der Spielplan für die Saison 2015/16 machte dem neuformierten Team der TG den Start nicht gerade leichter. Mit dem TV Jahn Kassel, Eintracht Frankfurt, dem TV Lebach und dem TSVgg Stackeden-Elsheim warteten in den ersten fünf Spielen gleich sämtliche Aufstiegsfavoriten auf die Karbenerinnen. Doch davon ließen sie sich nicht ins Bockshorn jagen, sondern setzten schon bei ihrem ersten Auftritt, ihrem Heimspiel gegen den TV Jahn Kassel, am 26.09. ein deutliches Zeichen.

Zwei Punkte gegen den Favoriten

Schon im ersten Satz dieses Spiels zeigten sie, dass sie nicht vorhatten, den »Hühnern« aus dem Norden, die 2014/15 noch in der 3. Liga gespielt haben, freiwillig den Sieg zu überlassen. Sie hielten den ganzen Satz über gut mit und ließen keinen Moment den Eindruck aufkommen, unterlegen zu sein. Trotz-



Erfolgreich im Angriff: Susanne H. (15) im Spiel gegen Jahn Kassel

dem ging dieser Satz etwas unglücklich mit 23:25 verloren.

Im zweiten Satz wurde es weniger eng, und die Gäste lagen fast durchweg vorn. Da die Karbenerinnen sich trotzdem nach Kräften wehrten, gab es etliche spektakuläre Ballwechsel zu sehen, etwa den zum 17:14 für die Kasseler Mannschaft, die am Ende mit 25:20 recht deutlich gewann.

Dieser Trend setzte sich auch im dritten Satz fort, und nach zwei Dritteln des Satzes schien es lediglich eine Frage der Zeit, wann die Favoritinnen den Sack zumachen würden. Doch der Eindruck trog, die Heimmannschaft bäumte sich auf, und mit jedem gewonnenen Punkt wuchs die Zuversicht, diesen Satz noch gewinnen zu können. Und diesmal war das Glück auf Karbener Seite. Mit 26:24 gelang tatsächlich der erste Satzgewinn in der Saison 2015/16.

Das brachte viel Rückenwind für das weitere Spiel. Hinzu kam das Pech des Gegners. Dessen Nr.9, Silvia Derfin, verletzte sich beim Stand von 6:3 für die TG so schwer, dass

sie nicht weiterspielen konnte und ärztlich behandelt werden musste. Nach einer längeren Pause wurde das Spiel fortgesetzt, und die Gastgeberinnen waren nun richtig warm geworden. Sie zogen zeitweise um mehr als fünf Punkte davon und ließen sich nicht mehr aus dem Takt bringen. Schließlich hieß es 25:20 und 2:2 nach Sätzen.

Der Tiebreak musste entscheiden. Jetzt psychologisch deutlich im Vorteil gingen die TGlerinnen gleich in Führung und gaben diese auch nicht wieder her. Unter Standing Ovations der Fans und des Publikums machten sie den letzten Punkt zum Satzgewinn: 15:11. Ein toller Start in die Saison, der allerdings dadurch getrübt wurde, dass sich Trainer Willi Frey während des Spiels in ärztliche Behandlung begeben musste und Ende November 2015 noch nicht wieder an Bord ist.

Auch in Mainz einen Punkt geholt

Nach dem gelungenen Start in die neue Saison taten sich die Volleyballerinnen der TG – nach dem Ausfall ihres Trainers Willi Frey von ihrem früheren Trainer Dirk Müller und später auch noch vom Trainer der SSG Langen Markus Pfahler ge-coacht – am 10.10.2015 auswärts gegen die TGM Mainz-Gonsenheim sehr schwer. Sie schafften es zwar mit viel Mühe und großem Kampfgeist bis in den Tiebreak, mussten den dann aber mit 9:15 verloren geben. Der Gegner, gerade in die Regionalliga aufgestiegen, spielte über weite Strecken konstanter, machte unterm Strich weniger Fehler als die Karbenerinnen und gewann damit letztlich verdient mit 3:2 (25:21, 22:25, 25:17, 18:25 und 15:9).

Ein verdienter Punkt gegen die Eintracht

Für ihr Heimspiel gegen die Frankfurter Eintracht am Abend des 17.10.2015 hatten sich die Volleyballerinnen der TG viel vorgenommen. Und sie legten auch los wie die Feuerwehr, gingen mit 2:0 Sätzen in Führung.

Mit viel Schwung startete die TG in Satz drei. Bis zum Stand von 12:12 hatte sie meist die Nase vorn. Dann führte zeitweise die Eintracht, konnte aber nicht davonziehen. Noch bis zum 20:21 aus Karbener Sicht war nichts entschieden. Diesmal hatten jedoch die Frankfurterinnen das bessere Ende für sich und legten im Endspurt noch vier Punkte zwischen sich und die Gastgeberinnen: 25:21.

Der Satzverlust führte zu einem Bruch im Karbener Spiel, während die Gäste von Minute zu Minute mehr glaubten, das Match noch zu ihren Gunsten drehen zu können. Beim Stand von 14:20 aus Karbener Sicht schien der Satz gelaufen, und er war es auch. Mit 25:18 gewannen die Frankfurterinnen den Satz und glichen damit aus. Wieder einmal musste zwischen diesen beiden Teams der Tiebreak entscheiden. Und den gewann die Eintracht mit 15:10. Die Gewinnerinnen tanzten, die Geschlagenen schritten enttäuscht vom Platz.

Das Karbener Team tröstete sich mit dem einen Punkt und den tollen ersten beiden Sätzen. »Den Punkt gegen die Eintracht haben wir uns verdient erkämpft und das Team kann auf diese Leistung stolz sein, Trainer Willi Frey ist es allemal.«

Zwei schwer erkämpfte Punkte gegen den TV Lebach

Der Nachmittag des 01.11.2015 war voller Dramatik: In fünf Sätzen hat die TG Groß-Karben in ihrem dritten Heimspiel den favorisierten TV Lebach niedergeworfen und damit zwei weitere Punkte auf ihr Konto geschaufelt (20:25, 30:32, 25:20, 27:25 und 15:11). Und das, obwohl es bis zum Ende des zweiten Satzes gar nicht so aussah, als sollte an diesem Spieltag ein Sieg gelingen.

Die Gastgeberinnen wurden, da ihr Trainer Willi Frey weiter in der Reha weilte, wieder von Markus »Balu« Pfahlert von der SSG Langen gecoacht, dem sie ein Ständchen darbrachten und mit ihrem Sieg ein tolles Geburtstagsgeschenk machten.

Kein Glück in Nieder-Olm

Ohne Punkte kehrten die Volleyballerinnen der TG Groß-Karben am 08.11. aus dem rheinland-pfälzischen Nieder-Olm zurück. Trotz aller Gegenwehr mussten sie sich dem Tabellenführer TSVgg Stackeden-Elsheim mit 0:3 (14:25, 19:25 und 22:25) geschlagen geben. Sie konnten sich nach einem ziemlich verkorksten ersten Satz zwar immer mehr steigern und ließen ihre Gegnerinnen zeitweise nervös werden, doch zu einem Satzgewinn reichte es nicht, obwohl sie im dritten Satz bis zum Stand von 18:18 sehr gut mithielten.

Drei Punkte aus Kassel entführt

Mehr Glück hatten die Karbenerinnen eine Woche später bei ihrem Auswärtsspiel in Kassel gegen die TG Wehlheiden. Sie wollten – von den mitgereisten Fans lautstark unterstützt und wieder von Markus Pfahlert gecoacht – unbedingt punkten, und das schafften sie auch. Nach vier Sätzen hieß es 3:1 (25:15, 7:25, 25:23 und 25:21) für die TG Groß-Karben. Drei Punkte mehr auf dem Konto bedeuteten ein Vorrücken auf Platz sechs der Tabelle.

Noch sechs Punkte mehr

Nach dem Spiel in Kassel durften die Volleyballerinnen der TG Groß-Karben zwei Mal zu Hause antreten, und diesen Vorteil nutzten sie konsequent, obwohl sie im ersten Spiel arg geschwächt waren: Neben den Langzeitverletzten Gioia Frey und Christina Jadatz, die 2015 nicht mehr fit werden, fehlten auch Helen Schäfer und Bruna Tocantins de Lima, und Susanne H.

Regionalliga Südwest: Tabelle 29. 11. 2015

	Verein	Spiele	Punkte	Sätze	Bälle
1	TSV Stackeden-Elsheim	8	18	21:10	711:634
2	TV Jahn Kassel	8	18	22:13	776:731
3	Eintracht Frankfurt	8	16	21:14	767:736
4	TV Lebach	8	15	18:12	692:638
5	SSC Freisen	8	15	21:15	789:742
6	TG Groß-Karben	8	15	19:15	726:727
7	Biedenkopf Wetter Volleys	8	8	14:20	727:752
8	TGM Mainz-Gonsenheim	8	7	11:21	657:721
9	SV Steinwenden	7	3	8:21	575:663
10	TG Wehlheiden	7	2	6:20	528:604

saß zwar auf der Bank, aber warm eingepackt und nicht einsatzfähig. Gegen den SV Steinwenden siegte das Team am 22.11. am Ende souverän mit 3:0 (25:21, 25:15, 25:14) und erhöhte seinen Kontostand damit auf zwölf Punkte.

Weitere drei Punkte kamen eine Woche später hinzu. Mit einem über weite Strecken hochkonzentrierten Auftritt besiegten sie am 29.11. ihren alten Rivalen Biedenkopf Wetter Volleys mit 3:1 (25:23, 25:20, 15:25 und 25:18). Mit nunmehr 15 Punkten auf ihrem Konto rangieren sie vor dem letzten Spiel der Hinrunde, das sie am 12.12. in Freisen austragen müssen, weiter auf Platz sechs der Tabelle – punktgleich mit den beiden Teams vor ihnen: dem TV Lebach und dem SSC Freisen. Die 15 Punkte sind sozusagen schon mehr als die halbe Miete, nimmt man die Vorsaison zum Maßstab, als die TG am Ende mit 29 Punkten ebenfalls auf Platz sechs stand. Für das neuformierte Team ein hervorragendes Ergebnis.

BADMINTON

Podestplätze beim Altkönigturnier

Zum vierten Mal richtete die Badminton-Abteilung des TuS Steinbach am Wochenende 02./03.05.2015 ihr Altkönigturnier aus. Unter den Teilnehmern waren auch zwei Spielerinnen und zwei Spieler von der TG Groß-Karben. Vor allem Erika Staat und Alice Szroeter (*Foto unten v.l.n.r.*) wussten in der Gruppe 2 (Hobby + C-Klasse) zu überzeugen: Gemeinsam holten sie im Damendoppel den zweiten Platz. Zusätzlich erreichte Alice Szroeter im Einzel auch noch Platz drei.



Im Mixed trat Alice Szroeter zusammen mit Holger Heerlein an. Das Karbener Duo musste sich erst im Achtelfinale nach zwei hart umkämpften Sätzen den späteren Turniersiegern Yifan Xu und Daniela Stroot geschlagen geben. Die Sätze waren sehr ausgeglichen, und das Spiel hätte mit etwas Glück auch in die andere Richtung kippen können. Emir Nuha von der TG, der in diesem Wettbewerb zusammen mit Katja Isenbiel (SG Deutsche Bank Frankfurt) antrat, erwischte eine der stärksten Gruppen. Die beiden schieden nach großem Fight leider bereits in der Gruppenphase aus.

Erfolgreich in Miltenberg und Eberstadt

Mehrere Hobbyspielerinnen und -spieler der TG Groß-Karben haben im Mai noch an zwei Turnieren teilgenommen: am 16./17. am 22. Badminton-Turnier des TV 1862 Miltenberg und am 30.05. am Eber-Cup in der Hirtengrundhalle von Darmstadt-Eberstadt. Besonders beim Miltenberger Turnier, das für

Anzeige

Antonella Moden
A. Groß

Bahnhofstraße 29 – 61184 Karben
Telefon (0 60 39) 55 44

Größen 36 – 52

Freizeit- und Profispieler ausgeschrieben war, waren sie sehr erfolgreich. Sowohl das Damendoppel Alice Szroeter/Silvia Eckert als auch das Herrendoppel Holger Heerlein/Emir Nuha, das sich in zwei hart umkämpften Sätzen (14:15, 13:15) nur den Siegern Tobias Bonn und Julian Schneider geschlagen geben musste, landete hier auf Platz zwei.

Im Mixed belegten Silvia Eckert und Holger Heerlein mit denkbar knappem Vorsprung den vierten Platz vor Alice Szroeter und Emir Nuha. Beide Teams kamen mit jeweils drei Siegen und zwei Niederlagen auf die gleiche Punktzahl, so dass die so genannte Buchholz-Zahl über die Platzierung entschied. Diese Zahl steht für die Summe der Gewinnpunkte aller jeweiligen Gegner und ermittelt damit, wer gegen die stärkeren Gegner antreten musste.

Anders als das Miltenberger-Turnier war der Eber-Cup 2015, ausgerichtet von der TG 07 Eberstadt, nur für Hobbyspieler ausgeschrieben. Spielen mussten die insgesamt 98 Teilnehmer in allen Disziplinen zunächst über fünf Runden im Schweizer System, ehe es dann in Achtergruppen in eine KO-Runde mit Ausspielen aller Plätze ging. Jeder hatte somit insgesamt acht Spiele zu bewältigen. Hier trat Holger Heerlein zusammen mit Sabine Titze von der TSG Wixhausen im Mixed an und erreichte einen sehr guten fünften Platz unter 15 teilnehmenden Teams. Die beiden hatten zufällig zusammengefunden, da der jeweils geplante Partner abgesagt hatte. Das zweite Team der TG bildeten Thorben Waller und Michaela Schwab, die zum ersten Mal bei einem Turnier zusammen spielten. Sie schafften es immerhin auf Rang acht.

Platz drei für Alice Szroeter und Holger Heerlein beim WETTERAUCUP 2015

Am Wochenende 13./14.06.2015 fand in Friedberg der 4. WETTERAUCUP der Badmintonabteilung der TG Friedberg statt. Unter den 166 Spielerinnen und Spielern aus 58 Vereinen, die daran teilnahmen, waren auch vier von der TG Groß-Karben. Die erfolgreichsten von ihnen: Alice Szroeter und Holger Heerlein. Sie schafften es im Mixed-Wettbewerb »Basic

Victor-Hobbyliga: Abschlusstabelle 2014/15

	Verein	Spieltage	Punkte	Spiele	Sätze	Punkte
1	TV Jahn Mensfelden	10	17:3	55:18	119:43	3163:2228
2	TV Limburg	10	15:5	53:19	108:47	2913:2339
3	Usinger TSG	10	12:8	41:36	89:79	2873:2920
4	Merck Darmstadt	10	8:12	34:42	74:90	2769:2844
5	TG Groß-Karben	10	8:12	32:46	70:99	2705:3033
6	TuS Walluf	10	0:20	12:66	31:133	2131:3190

Class« bis in das Halbfinale und mussten sich dort nur knapp den späteren Zweiten Vanessa Becker und Lukas Lücke vom RV Fahr-Wohl Hoch-Weisel geschlagen geben, erreichten aber trotzdem einen hervorragenden dritten Platz.

Alice Szroeter trat außerdem zusammen mit Michaela Schwab im Damendoppel an, wo die beiden sich hervorragend schlugen und auf Platz vier landeten. Im Herrendoppel starteten Thorben Waller und Maik Gottwald, die erstmals gemeinsam ein Turnier bestritten und dabei sehr viele Erfahrungen sammeln konnten. Leider schieden sie aber bereits in der Vorrunde aus.

Hobbyrunde 2015/16 startet

Die Viktor-Hobbyliga Hessen startet Ende November/Anfang Dezember mit den ersten Spielen in die Saison 2015/16. Dabei sind folgende Vereine: Usinger TSG, TG Groß-Karben, Fraport AG, TSV Walluf, TV Jahn Mensfelden und TV Limburg. Gegenüber der Vorsaison hat es eine Änderung gegeben: Die Fraport AG ist nach kurzer Abwesenheit wieder dabei, dafür ist Merck Darmstadt ausgestiegen, da diese Mannschaft nicht mehr die notwendige Anzahl an Spielern zur Verfügung hat.

Angesetzt werden bei jeder Begegnung wieder acht Spiele: zwei Herrendoppel, ein Damendoppel, ein Mixed, drei Herren-einzel und ein Dameneinzel. Der Sieger der Hobbyrunde wird dann im Sommer 2016 an der Süddeutschen Hobbymeister-schaft teilnehmen.

Anzeige

www.margarethenhof.de

-Landwirtschaftliche Produkte direkt vom Erzeuger -

Einkaufsbauernhof

tagesfrische Eier, Kartoffeln (babynahrungsg geeignet), hausgemachte Nudeln,
Tafeläpfel, Obst, Gemüse, Geflügelfleisch, Rindfleisch, Schweinefleisch,
Hausmacher Wurst, Bauernbrot, Backwaren, Molkereiprodukte,
Käsespezialitäten, Weine, Obstsäfte, Müsli, hausgemachte Marmeladen, Obstbrände
und vieles mehr...

-ausreichende Parkmöglichkeiten im Hof vorhanden-

Wir freuen uns auf Ihren Besuch,
Ihre Familie Kliehm
Frankfurterstr. 16
61184 Karben-Kloppenheim
Tel: 06039/9246-0 Fax: 9246-48 Email: info@margarethenhof.de
Wir haben täglich von 8 bis 19 Uhr, samstags von 8 bis 15 Uhr geöffnet!

Anzeige

Atelier für Werbetechnik

Ihr Partner in Sachen Werbung, Gestaltung & Design.

Andreas Stein
Kirchgasse 8
61184 Karben
Fon 06039.931836
info@werbeatelier-stein.de
werbeatelier-stein.com

LEICHTATHLETIK

LAUFEND UNTERWEGS

Vom Vogelsberg bis in die Alpen

Auch im Sommer und Herbst 2015 waren die Läuferinnen und Läufer der TG Groß-Karben wieder viel unterwegs und haben an zahlreichen Wettbewerben teilgenommen.

Zwei TGLer stürmten auf den Hoherodskopf

Am 02.05.2015 stürmten fast 300 Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei idealem Wetter von Schotten mit dem Mountainbike fahrend, zu Fuß oder etwas gemütlicher in der Nordic-Walking-Technik laufend hinauf zum 500 m höher gelegenen Hoherodskopf. An diesem »Sturm auf den Vulkan« des TGV Schotten nahmen auch zwei TGLer teil: Mathias Laufer und Götz Siebert. Sie waren natürlich zu Fuß unterwegs und bewältigten die 13,5 km lange reizvolle, aber auch anspruchsvolle Strecke bravourös. Mathias Laufer brauchte nur 1:13:52,6 Stunden und belegte damit Platz 19 in seiner Altersklasse Senioren 1. Götz Siebert benötigte mit 1:18:22,1 Stunden zwar ein paar Minuten länger, aber das bedeutete in seiner Altersklasse Senioren 3 Platz eins.

Götz Siebert beim Hartfüßler Trail

Am Sonntag, dem 10.05.2015, fand in der Umgebung von Saarbrücken zum vierten Mal der RAG Hartfüßler Trail statt. Erneut mit dabei: Götz Siebert (*Foto unten*) von der TG Groß-Karben. Er begab sich auf die längste der angebotenen Strecken über 58 km mit 1655 Höhenmetern und erreichte nach etwas mehr als sieben Stunden – genau 7:01:22 – das Ziel. Als Ältester in der Gruppe der über 50-Jährigen (»master men«) kam er auf Platz zwölf. Das entsprach Platz 61 in der Gesamtwertung.

Mit dieser Platzierung war Götz Siebert zufrieden und meinte nach dem Lauf: »Das viele Training im Taunus hat sich bemerkbar gemacht.« Geradezu begeistert zeigte er sich über das Wetter und die herrliche Laufstrecke, auf der es urwaldartige Passagen gab und er über Baumstämme steigen oder unter ihnen hindurch kriechen musste. Begleitet von Vogelgezwitscher ging es entlang an Bächen und urige Anstiege hinauf, bis sich wunderbare Ausblicke eröffneten, auch auf die alten Bergwerke des Saarlands, an deren Blütezeit dieser Lauf erinnern will. »Es war ein Lauf in einer anderen Welt.« Hartfüßler wurden früher im Volksmund Bergleute genannt, die täglich auf »schwarzen Wegen« zu ihren weit entfernten Gruben marschierten, morgens hin, abends zurück. Die Bezeichnung war und ist ein Ehrenname.



Sandra Schnell verbessert ihre Bestzeit um sechs Minuten

An jedem dritten Samstag im Mai eines Jahres trifft sich die überregionale Läuferzene zum traditionellen Stadtlauf in der Innenstadt von Offenbach. Die 20. Auflage dieses Lauf-

spektakels am 16.05.2015 wurde mit einem bunten Rahmenprogramm gefeiert. Wie üblich begann die Veranstaltung am Samstagnachmittag mit den Offenbacher Schülermeisterschaften, ehe der 5,5-km-Stadtlauf und schließlich der Halbmarathon über vier Mal 5 km folgten. An diesem Lauf über 21,1 km nahm auch Sandra Schnell von der TG Groß-Karben teil. Mit Erfolg: Sie verbesserte sich in ihrem zweiten Lauf über diese Strecke um sechs Minuten, kam nach 1:52:01 Stunden ins Ziel und erreichte damit in ihrer Altersklasse W20 einen tollen dritten Platz.

Fast 16 Stunden auf dem schönsten Fernwanderweg

Von Freitag, dem 15.05., bis Samstag, den 16.05.2015, fand zum 5. Mal der Saar-Hunsrück-Supertrail statt, der über 126 km mit 3500 Höhenmetern von Idar Oberstein nach Trier führt. Der Zwei-Etappen-Trail verläuft zu rund 90 Prozent auf dem Saar-Hunsrücksteig, der vom Deutschen Wanderinstitut mit dem Prädikat »schönster Deutscher Fernwanderweg« ausgezeichnet wurde. Mathias Laufer von der TG Groß-Karben nutzte diesen Lauf als weitere Vorbereitung für den SALOMON 4 TRAIL 2015 Anfang Juli und kam nach 15 Stunden und 59 Minuten als Neunter von 53 gestarteten Männern ins Ziel.

Er war mit dem Lauf sehr zufrieden, hatte sich doch seine Renneinteilung bewährt. Und nach den 66 km am ersten Tag hatte er auch auf der zweiten Etappe über 58 km keine muskulären Probleme und konnte die abwechslungsreiche Strecke genießen.

Vier Tage durch die Alpen

Zum fünften Mal ausgetragen wurde vom 08. bis zum 11.07.2015 der SALOMON 4 TRAIL, ein Vier-Etappen-Lauf durch die deutschen und österreichischen Alpen von Berchtesgaden nach Maria Alm am Steinernen Meer, der es in sich



hat. Zu bewältigen sind eine Strecke von rund 140 km und mehr als 8000 Höhenmeter. Unter den fast 600 Teilnehmern, die in Berchtesgaden bei strömendem Regen an den Start gingen, waren auch zwei Läufer von der TG Groß-Karben: Mathias Laufer schaffte die anspruchsvolle Strecke in weniger als 24 Stunden (23:58:28,2 Stunden), und Götz Siebert, für den dies der erste Mehretappenlauf in den Bergen war, brauchte nur eine gute Viertelstunde länger.

Mit seiner Zeit von exakt 24:16:51,9 Stunden war Götz Siebert der Drittschnellste in der Altersklasse 60+. Da in dieser Altersklasse aber nur zehn Läufer am Start waren, erfolgte keine offizielle Wertung; für die wären 15 Teilnehmer nötig gewesen.

→ S. 14

Die Sportangebote der TG Groß-Karben im Überblick

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ort	Leiterin/Leiter	Telefon
KINDERTURNEN				Eva Dettingmeijer	060 39/484 61 49
Eltern-Kind-Turnen Kinder 1 – 3 Jahre	Dienstag Dienstag	09.45 – 10.45 15.30 – 16.30	Turnhalle am Park	Simone Marx Natalja Grauberger	060 39/4 67 96 89 060 39/9 39 70 20
»Turnmäuse« (Kinderturnen) Kinder 4 – 5,5 Jahre A	Montag	15.30 – 16.25	Turnhalle am Park	Simone Marx und Eva Dettingmeijer	060 39/4 67 96 89 060 39/4 84 61 49
»Kletteraffen« (Kinderturnen) Kinder 5,5 – 6,5 Jahre A	Montag	16.30 – 17.25	Turnhalle am Park	Simone Marx und Eva Dettingmeijer	060 39/4 67 96 89 060 39/4 84 61 49
»Flummis« Kinder 6,5 – 7 Jahre A	Montag	14.30 – 15.25	Turnhalle am Park	Simone Marx und Eva Dettingmeijer	060 39/4 67 96 89 060 39/4 84 61 49
WETTKAMPFTURNEN				Corinna Kaltwasser	060 39/75 33
Wettkampfturnen Mädchen Verschiedene Leistungsstufen	Mittwoch Freitag Freitag	15.00 – 20.00 15.30 – 18.00 14.30 – 19.00	Turnhalle am Park Neue Halle der KSS Turnhalle am Park	Corinna Kaltwasser und Anke Tena	060 39/75 33 060 39/4 43 31
Ü40-Turnen	Samstag	n. Absprache	Turnhalle am Park	Corinna Kaltwasser	060 39/75 33
Ballett* – Kinder 8 – 10 Jahre A Kinder 4 – 6 Jahre A Kinder ab 10 Jahre A	Freitag	15.50 – 16.40 16.40 – 17.30 18.00 – 19.00	Turnhalle am Park Turnhalle am Park Turnhalle am Park	Isabelle Pelti Kromm Info erteilt Corinna Kaltwasser	060 39/75 33
FITNESS & GESUNDHEIT				Heike Waller	060 39/77 46
Gymnastik bei Asthma, Diabetes mellitus und Allergien*	Montag	08.45 – 09.45	KSG-Halle	Karin Rupp	  01525/9975782
Sportstacking – Hirnjogging für Erwach- sene*	Montag	09.50 – 10.50	KSG-Halle	Karin Rupp	  01525/9975782
Präventive Gymnastik und mehr – Funkti- onsgymnastik	Donnerstag	20.00 – 21.00	Turnhalle am Park	Dagmar Heber	  060 39/38 58
Präventive Gymnastik bei Arthrose und Osteoporose* A Rehabilitative Gymnastik bei Arthrose und Osteoporose* A	Montag Montag Donnerstag	08.45 – 09.45 09.50 – 10.50 08.45 – 09.45	Turnhalle am Park Turnhalle am Park Turnhalle am Park	Isabel Theis Ansprechpartnerin ist Heike Waller Susi Kraus	   060 39/992 04 64 060 39/77 46
Rücken-Fit – Erwachsene	Montag	17.30 – 18.30	Turnhalle am Park	Karin Scholz	  060 39/4 64 24
Beckenbodentraining* A – Erwachsene	Dienstag	20.00 – 21.00	Turnhalle am Park	Karin Scholz (auf Anfrage)	060 39/4 64 24
Präventives Herz-Kreislauftraining, 50 Plus	Montag	20.30 – 21.30	Turnhalle am Park	Karin Scholz	  060 39/4 64 24
Präventive Wirbelsäulengymnastik* A Rehabilitative Wirbelsäulengymnastik* A Rehabilitative Wirbelsäulengymnastik* A	Mittwoch Mittwoch Donnerstag	20.00 – 21.00 21.00 – 22.00 09.50 – 10.50	Turnhalle am Park Turnhalle am Park Turnhalle am Park	Ansprechpartnerin ist Heike Waller	   060 39/77 46
Power Pilates* – Erwachsene	Mittwoch	08.15 – 09.15	Turnhalle am Park	Muriel Menzel	060 39/4 19 12
Fit in die Woche mit stabilem Kreislauf	Montag	19.30 – 20.30	Turnhalle am Park	Isabel Theis	060 39/992 04 64
QiGong und TaiJiQuan Erwachsene	Dienstag Donnerstag Freitag	20.00 – 22.00 11.00 – 13.00 10.00 – 13.00	Turnhalle am Park Turnhalle am Park Turnhalle am Park	Peter & Marion Hörnecke	060 39/4 23 93
Nordic-Walking – Erwachsene	Freitag	09.00 – 10.30	Turnhalle am Park	Brigitte Habiger	060 34/45 36
Herzsport-Übungsgruppe* A Herzsport-Trainingsgruppe* A	Dienstag Dienstag	17.30 – 18.45 18.45 – 20.00	Turnhalle am Park Turnhalle am Park	Ansprechpartnerin ist Heike Waller	  060 39/77 46
Yoga* – Erwachsene A	Montag Montag Montag Donnerstag Donnerstga	17.00 – 18.15 18.30 – 20.00 20.00 – 21.15 17.30 – 18.45 19.00 – 20.15	Turnhalle am Park Turnhalle am Park Turnhalle am Park Turnhalle am Park Turnhalle am Park	Alexandra Schwittlinsky Simone Marx Simone Marx Alexandra Schwittlinsky Alexandra Schwittlinsky	   060 39/ 92 66 88 060 39/4 67 96 89 060 39/4 67 96 89 060 39/ 92 66 88 060 39/ 92 66 88
Zumba* A Zumba Sentao* A Zumba für Kids (4 – 7 Jahre)* A Zumba für Kids (8– 14 Jahre)* A	Montag Donnerstag Donnerstag Dienstag Dienstag	19.00 – 20.00 20.00 – 21.00 19.00 – 20.00 17.00 – 18.00 18.00 – 19.00	Alte Halle der KSS Alte Halle der KSS Alte Halle der KSS KSG-Halle KSG-Halle	Gina Rivera (Termin auf Anfrage) Gina Rivera Davina Schwittlinsky	01 72/7 78 85 39 01 76/72 82 47 75
Reha-Sport bei Parkinson, MS ...* A Reha-Sport bei Diagnose Krebs ...* A	Mittwoch	09.30 – 10.30 10.40 – 11.40	Turnhalle am Park	Isabel Theis	  060 39/992 04 64
Gedächtnistraining* A	Mittwoch	08.30 – 09.30	Turnhalle am Park: Sitzungszimmer	Sabine Jansen (ab 20.01.2016)	060 39/92 92 61
Reha-Sport bei Atemwegserkrankungen* A	Freitag	08.50 – 09.50	Turnhalle am Park	Susanne Niehaus-Kronshage (ab 15.01.16)	060 34/93 99 39

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ort	Leiterin/Leiter	Telefon
BADMINTON					
				Holger Heerlein	01 72 / 6 53 95 71
Badminton Schüler/Schülerinnen	Montag	16.00 – 17.15	Neue Halle der KSS	Ralf Losensky Info: Holger Heerlein	01 72 / 6 53 95 71
Badminton Freizeitspieler Erwachsene	Dienstag Donnerstag	20.15 – 22.15 20.15 – 22.15	Neue Halle der KSS Neue Halle der KSS	Ansprechpartner ist Holger Heerlein	01 72 / 6 53 95 71
Badminton Jugendliche	Montag	17.30 – 19.30	Neue Halle der KSS	Silvia Eckert Info: Holger Heerlein	01 72 / 6 53 95 71
VOLLEYBALL					
				N.N	0 60 39 / 93 11 99
Damen 1 – Regionalliga Südwest	Dienstag Donnerstag	20.15 – 22.30 20.15 – 22.30	Neue Halle der KSS Alte Halle der KSS	Willi Frey Ansprechpartnerin Tatjana Henkel	0 60 39 / 9 92 03 37
Damen 2 – Kreisklasse	Dienstag Donnerstag	18.30 – 20.30 18.30 – 20.30	Neue Halle der KSS Neue Halle der KSS	Eva Eckhardt und Dirk Müller	0 60 39 / 93 21 34 0 60 34 / 93 97 44
Jugend U13 + U14 + U15	Freitag	16.30 – 18.30	Neue Halle der KSS	Tatjana Henkel	0 60 39 / 9 92 03 37
Mixed-Gruppe	Freitag	18.30 – 20.00	Neue Halle der KSS	Dirk Müller	0 60 34 / 93 97 44
LEICHTATHLETIK					
				Simone Keßler	0 60 39 / 4 55 88
Schüler/Schülerinnen U18 + U16 + U14 + U12	Mittwoch Freitag Montag	17.15 – 18.45 18.00 – 19.45 17.15 – 20.15	Neue Halle der KSS im Sommer Stadion Stadion Stadion	Klaus Persy und Simone Kessler und Janine Stavenow	01 75 / 5 05 46 55 0 60 39 / 4 55 88 0 60 39 / 92 65 43
Schüler/Schülerinnen U10 + Minis 6 – 7-Jährige A 8 – 10-Jährige A	Donnerstag Donnerstag	16.00 – 17.00 16.30 – 18.00 17.00 – 18.00 16.30 – 18.00	Turnhalle am Park im Sommer Stadion Turnhalle am Park im Sommer Stadion	Florian von Fichte und Nina Weiß Ansprechpartnerin Simone Kessler	0 60 39 / 4 55 88
Sportabzeichen alle Altersklassen Ende April – Ende Oktober	Mittwoch	17.00 – 18.30	Stadion an der Waldhohl	Willi Baumgartl und Richard Diegel	0 60 39 / 78 28 0 60 39 / 4 40 73
Walkingtreff – Erwachsene	Montag	09.00	Turnhalle am Park	Jürgen Vorwerk	0 60 39 / 4 10 63
Lauftreff – Ambitionierte Läufer/ Läuferinnen (> 11 km)	Dienstag Donnerstag	18.30 18.00	Turnhalle am Park Sommer: Trimpfad	Karl Heinz Fünffinger	0 60 34 / 73 10
Lauftreff – Einsteiger	Montag	19.00	Turnhalle am Park	Götz Siebert	0 60 34 / 47 52
FREIZEIT					
				Bernd Dröse	0 61 09 / 3 78 17 99
Fit ins Wochenende – Erwachsene	Freitag	19.00 – 20.00	Turnhalle am Park	Verena Kunad	0 60 39 / 93 30 39
Kickbox-Aerobic* Jugendliche/Erwachsene	Donnerstag	19.00 – 20.00	Turnhalle am Park	Regina Durand	0 60 39 / 4 55 84
Callanetics – Erwachsene	Montag	18.30 – 19.30	Turnhalle am Park	Christiane Iwanus	0 60 39 / 77 64
Aikido – Jugendliche ab 12 Jahren/ Erwachsene	Freitag Sonntag	20.00 – 21.30 15.00 – 17.00	Turnhalle am Park Turnhalle am Park	Bernd Dröse	0 61 09 / 3 78 17 99
Outdoor Fitness	Dienstag	20.00	Schulhof der KSS	Corinna Kaltwasser	0 60 39 / 75 33
Hap Ki Do	Sonntag	13.00 – 15.00	Turnhalle am Park	Daniel Wagner Ansprechpartner Jens Schimmel	0 61 87 / 4 16 86 43
TURNSPIELE					
				Ulrich Bick	0 60 39 / 63 94
Ringtennis alle Altersgruppen	Montag	17.15 – 19.30 Winter: 17.15 – 19.00	Neue Halle der KSS	Ulrich Bick und Hendrik Freitag	0 60 39 / 63 94
Ringtennis – Schüler und Jugend	Freitag	16.00 – 18.00	Neue Halle der KSS	Ulrich Bick und Hendrik Freitag	0 60 39 / 63 94
Ringtennis Erwachsene und Jugend	Donnerstag	20.15 – 22.15	Neue Halle der KSS	Patrick Leidner	0 60 39 / 93 03 93
Faustball – Herren	Montag	20.00 – 22.00	Neue Halle der KSS	Michael Eidenmüller	0 60 39 / 9 39 53 77

Legende

* Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Kurse unterliegen einer speziellen Abrechnung. Bitte erkundigen Sie sich über den jeweiligen Modus bei der Kursleitung.

A Zu diesen Kursen ist eine Anmeldung erforderlich.



Der Pluspunkt Gesundheit DTB ist ein Qualitätssiegel, das vom Deutschen Turner-Bund (DTB) an Übungsleiter mit besonderen Qualifikationen vergeben wird.



Mit den Siegeln Pluspunkt Gesundheit.DTB und SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnete Kurse werden von vielen gesetzlichen Krankenkassen als qualifizierte Maßnahmen zur Primärprävention anerkannt. Das Qualitätssiegel SPORT PRO REHA zeichnet zusammen mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT Bewegungsangebote aus, die unter dem Dach des Deutschen Sportbundes in enger Zusammenarbeit mit der Bundesärztekammer zertifiziert werden. Die Kosten dieser Angebote können – mit einer Verordnung Ihres Arztes – direkt mit Ihrer Krankenkasse abgerechnet werden.

Im Gesamtfeld erreichten die beiden Karbener Platz 243 und 230, wobei Mathias Laufer in seiner Altersklasse 40+ auf Platz 100 kam. Für ihn war der Lauf ein guter Test für sein Saisonziel, den Swiss Irontrail Mitte August, der über eine Strecke von 200 km führt. Für Götz Siebert waren die vier Tage zwischen Berchtesgaden und Maria Alm das »Highlight überhaupt«.

Die Etappen des SALOMON 4 TRAIL führten oft über schmale, steinige und wurzelige Pfade, im Hochgebirge über Felsen und Geröll, aber auch über Wirtschaftswege und ab und zu über Asphalt. Am ersten Tag, an dem es über 25 km bis Bad Reichenhall ging, musste eine Bergpassage wegen einer Unwettervorhersage geändert, am zweiten Tag auf dem Weg ins 35 km entfernte Ruhpolding eine andere Passage wegen nicht begehbaren Pfaden gestrichen werden. Die restlichen Strecken – 37 km bis Weisbach-Lofer und am Ende 43 km bis Maria Alm – konnten planmäßig absolviert werden, auch wenn auf der dritten Etappe Temperaturen von über 30 Grad gemessen wurden.

Mathias Laufer hatte sich systematisch auf den SALOMON 4 TRAIL vorbereitet und in den Wochen zuvor zwei größere Läufe absolviert. So nahm er am 30.05. am Ultratrail Lamer Winkel im Bayerischen Wald teil, bei dem es über 53 km mit 2700 Höhenmetern ging und der 1455 m hohe Große Arber überwunden werden musste. Am Ende landete Mathias Laufer nach etwas mehr als acht Stunden auf Platz 30 in seiner Altersklasse M45.

Platz 22 in seiner Altersklasse gab es für ihn drei Wochen später, am 20./21.06., beim Zugspitz Ultratrail, der von Grainau bei Garmisch-Partenkirchen aus rund um Deutschlands höchsten Gipfel führt und diesmal von 100 auf 90,2 km verkürzt werden musste, da bei starkem Regen Unterkühlungsgefahr für die Läufer bestand. Für die Läufer bedeutete das: zwei Berggipfel weniger und durchweg schlammiges Terrain. Angesichts dieser äußeren Bedingungen war Mathias Laufer mit seiner Leistung – er kam nach 14 Stunden und knapp 35 Minuten ins Ziel – »sehr zufrieden«.

Im dritten Anlauf bis in Ziel

Mathias Laufer hat sein großes Ziel 2015 erreicht. Bei dem in der Läuferzene als »schönster Ultratrail weltweit« geltenden Swiss Irontrail über 200 km und 11440 Höhenmeter rund um Davos kam er im dritten Versuch erstmals ins Ziel und landete in seiner Altersklasse auf Platz 36. Er brauchte für die Strecke 59:56:38,1 Stunden und blieb damit deutlich unter der Maximalzeit von 64 Stunden, die der Veranstalter den Startern auf der Hauptstrecke zugestanden hatte.

Der Irontrail fand dieses Jahr vom 13. bis 15.08. statt – mit einer Rekordbeteiligung von mehr als 1000 Läuferinnen und Läufern, von denen sich allerdings nur 184 auf die längste Strecke wagten. Der Start erfolgte am Donnerstag in Davos. Von dort aus führte der landschaftlich höchst reizvolle Bergkurs auf den Sertigpass, dann weiter nach Bergün, Fuorcla Crap Alv, Samedan, Muottas Muragl, Pontresina, Fuorcla Surlej – mit 2755 m über Normalnull lag hier der Kulminationspunkt –, Sils i.E., Maloja, den Septimerpass, Bivio, die Alp Flix, Savognin, Tiefencastel, Lenzerheide, Urdenfürggli, Weisshorn, Arosa, Medergen und den Strelapass an den Ausgangspunkt zurück.

Die Veranstaltung wurde zum vierten Mal durchgeführt. Mathias Laufer war zum dritten Mal dabei. Bei seinem ersten Versuch wurde das Rennen wegen eines Unwetters gestoppt. Bei seinem zweiten Versuch erging es ihm so wie vielen seiner Konkurrenten in diesem Jahr, als von 79 Startern in seiner Altersklasse nur 39 das Ziel erreichten: Er musste das Rennen

nach 130 km entkräftet abbrechen. Diesmal aber bewältigte er die – wie es auf der Homepage des Veranstalters heißt – »physisch und psychisch überaus anforderungsreiche Aufgabe« mit Bravour. Zu Recht kommentierte sein Laufkollege Götz Siebert: »Eine Topleistung von Mathias, Chapeau!!!«

Günter Tüttenberg und Götz Siebert beim Allgäu Panorama Marathon

Günter Tüttenberg und Götz Siebert verbrachten am 22./23.08.2015 mit Freunden aus Nidderau und Niddatal (*Foto unten*) ein tolles Wochenende in Sonthofen und nahmen am Sonntag am Allgäu Panorama Marathon teil. Günter Tüttenberg wagte sich nach langer Pause wegen Rückenbeschwerden auf die Halbmarathonstrecke, bewältigte diese in der für ihn guten Zeit von 2:43:35,9 Stunden als 16. in seiner Alters-



klasse M65. Götz Siebert nahm die Ultra-Strecke über 70 km, ließ es aber »gemütlich« angehen, um seinen Freund Tommy zu betreuen, der zum ersten Mal in den Alpen unterwegs war. Er kam nach 12:08:35,5 Stunden ins Ziel. Das bedeutete Rang sechs in der Altersklasse M60.

Sandra Schnell mit neuer Bestzeit in Bruchköbel

Am 22.08.2015 fand in Bruchköbel zum 32. Mal der Stadtlauf veranstaltet vom Leichtathletikzentrum Bruchköbel statt, zu dem auch ein Halbmarathon über eine flache, gut zu laufende Strecke zählte. Mit auf dieser Strecke und sehr schnell unterwegs: Sandra Schnell von der TG Groß-Karben. Sie schaffte mit 1:49:28,0 Stunden eine neue persönliche Bestzeit, wurde damit Dritte in der Frauenklasse und war mit ihrer Leistung hochzufrieden.

Sandra Schnell beim Frankfurt Marathon schnell unterwegs

Beim Frankfurt Marathon, der am Sonntag, dem 25.10.2015, zum 34. Mal ausgetragen wurde, waren dieses Jahr wieder einige TGler aktiv. Bei hervorragenden Bedingungen gingen Sandra Schnell, Christine Hahn, Mathias Laufer, Thomas Simon und Götz Siebert aus der Laufgruppe der TG Groß-Karben an den Start. Für Sandra Schnell war es ihr erster Lauf über die volle Marathon-Distanz und sie lief dabei – geführt und begleitet von Mathias Laufer – eine Superzeit: in 3:39:18 Stunden finishte sie als schnellste TGlerin und belegte bei der Hessischen Meisterschaft den sechsten Platz in ihrer Altersklasse W20.

Die ganze Gruppe gratulierte Sandra Schnell (*Foto unten zusammen mit Mathias Laufer links und Lauffreund Thomas*) herzlich zu ihrer tollen Zeit und hofft nun für nächstes Jahr noch auf eine weitere Verbesserung. Zweitschnellster war mit einer ganzen Sekunde Rückstand Mathias Laufer in 3:39:19 Stunden, was Platz 28 in seiner Altersklasse M45 bei den Hessischen Meisterschaften bedeutete. Götz Siebert, der einen



Freund begleitete, der auf den letzten 10 km mächtige Magenprobleme hatte, konnte die Vier-Stunden-Marke nicht knacken. Mit 4:00:51 Stunden landete er auf Platz 13 der Altersklasse M60 der Landesmeisterschaften. Christine Hahn hatte leider ein bisschen mit muskulären Problemen zu kämpfen, erreichte aber trotzdem das Ziel mit einer besseren Zeit als letztes Jahr. 5:05:25 Stunden bedeuteten Platz 13 der Altersklasse W50. Als letzter der Kärber Marathonis erreichte Thomas Simon das Ziel in 5:08:41 Stunden. Das brachte ihm Platz 33 in der Altersklasse M50 ein. Dazu muss allerdings angemerkt werden, dass er so gut wie keine Vorbereitung hatte und seinen letzten langen Lauf vor genau einem Jahr beim Frankfurt Marathon 2014 absolviert hatte.

Zum ersten Mal war in Frankfurt auch eine Marathon-Staffel der TG mit Ewald Schumacher, Kalle Fünffinger, Volker Heidrich und Michael Steinbring am Start. Die einzelnen Distanzen über 12,5km, 6,5km, 9,5km und 13,5km wurden von den Vieren in insgesamt knapp unter 3:40 Stunden absolviert. Leider gibt es keine genaue Messung, da der eingesetzte Zeitchip gestreikt hat.

15 TGler beim Mini-Marathon in Frankfurt

Die Startnummer auf der Brust, den Zeitnahme-Chip am Fuß und eine gehörige Portion Aufregung im Bauch: So starteten am 25. 10. 2015 15 TG-Leichtathleten samt Eltern, Fans und Trainerin am Groß-Karbener Bahnhof. Ihr Ziel: der Marathon in Frankfurt. Dabei jedoch gingen die Zehn- bis 14-Jährigen nicht über die Distanz von 42 Kilometern an den Start, sondern beim Mini-Marathon. Der Startschuss für den Lauf der Jahrgänge 1999 bis 2006 fiel knapp eine Stunde nach dem Start der »Großen« und führte über ein Zehntel der Laufstrecke – 4,2 Kilometer von der Messe zur Alten Oper und wieder zurück.

Auf die Strecke wagten sich »alte Hasen« wie Tara Pirwayssian, Marieke Nass, Moritz Gubitzer und Malin Stavenow, aber auch einige neue Marathonis wie Lisa Maria Just, Greta

Burmeister und David Hecker waren dabei. Ebenfalls zur gut gelaunten Truppe gehörten Nils Clauss, Tobias Hartmann, Finn Stavenow, Lina Borgerding, Isabel Prolingheuer und Navid Pirwayssian. Verstärkung hatten die Karbener Läufer durch Janika Nass und Jan Dilleuth, die als Gäste mitgefahren waren. Kräftig unterstützt wurden sie von Marvin Schriever, der aufgrund einer Verletzung zum Zuschauen gezwungen war. Lasse Borgerding, der ebenfalls für den Lauf trainiert hatte, drückte von zu Hause aus mit einer dicken Erkältung die Daumen.

Für einen kurzen Moment waren Anstrengung und Erschöpfung beim Zieleinlauf vergessen. Wie die Profis legten auch die Jugendlichen die letzten Meter auf dem roten Teppich in der Festhalle zurück. Angefeuert wurden sie von Hunderten von Zuschauern, die auf der Großbildleinwand die Athleten



sehen konnten. Zur Belohnung für die sportliche Leistung erhielten alle Teilnehmer eine Medaille (*Foto oben*). Schnellste TGler bei den Jungen waren an diesem Tag Moritz Gubitzer und Tobias Hartmann. Bei den Mädchen hatte Marieke Nass die Nase vorn.

LEICHTATHLETIK

Sechs Titel bei den Kreismeisterschaften

Viel Grund zur Freude hatten die Jugendlichen von der TG Groß-Karben, die am 10. 05. 2015 bei den Kreismeisterschaften der Leichtathleten im Bad Nauheimer Waldstadion an den Start gegangen sind. Eine ganze Reihe guter Ergebnisse waren der Lohn für regelmäßiges Training. Gleich zwei Kreismeistertitel konnte sich Moritz Gubitzer sichern, der in der Altersklasse M13 antrat und einen regelrechten Mehrkampf absolvierte. Auf dem ersten Rang landete der Zwölfjährige mit 4,45 m im Weitsprung sowie im Hochsprung mit einer Höhe von 1,33 m. Ebenfalls zwei Titel holte Marc Persy, der mit 10,83 m in der Altersklasse U20 das Kugelstoßen gewann und mit 42,84 m auch seine Paradedisziplin, das Speerwerfen. Ebenfalls Gold im Speerwerfen in dieser Altersklasse für Heike Müller mit 17,78 m. Und den sechsten Titel für die TG errang Hanna Jungclaus in der Altersklasse U20 mit einer Zeit von 27,93 Sek. im Sprint über 200m.



Äußerst erfolgreich meisterte Moritz Gubitzer auch seinen ersten Wettkampf-Lauf überhaupt über die 60-Meter-Hürden. In guten 10,90 Sek. belegte er Platz zwei. Gemeinsam mit Lars Burmeister erreichte er zudem den Endlauf über 75 m. Hier landete Lars Burmeister mit 11,53 Sek. auf Platz vier, Moritz Gubitzer mit 11,67 Sek. auf Platz fünf. Lars Burmeister sicherte sich außerdem mit sehr guten 7,53 m einen dritten Platz im Kugelstoßen. Gleich drei Mal auf dem zweiten Podestplatz konnte sich Tobias Hartmann (M12) feiern lassen, der die Vizemeisterschaft im Hochsprung (1,20 m), im Hürdenlauf (13,14 Sek.) und im Kugelstoßen (4,91 m) errang. Im Weitsprung erkämpfte er sich mit 3,62 m einen dritten Platz. In der 4x75-Meter-Staffel mussten sich die Jungen in der Besetzung Finn Stavenow, Lars Burmeister, Tobias Hartmann und Moritz Gubitzer knapp dem TSV Friedberg-Fauerbach geschlagen geben und landeten auf Platz zwei.

Erfolge konnten auch die Mädchen feiern. Über sich hinaus wuchs Rieke Heckmann, die in der Altersklasse W13 an den Start ging. Das erste Mal überhaupt absolvierte sie einen Hochsprung-Wettkampf und schockte gleich die Konkurrenz. Mit einer großartigen Höhe von 1,43 m belegte sie Platz zwei. Auftrumpfen konnte die Zwölfjährige auch im Weitsprung mit 3,90 m (Platz vier) sowie über 75 m (11,08 Sek., Platz vier). Eine persönliche Bestleistung wurde für Lena Wilcke (W13) notiert, die im Hochsprung 1,31 m übersprang und Vierte wurde. Einen Platz im Weitsprung-Endkampf sicherte sich Fiona Philipp (W13), die mit 3,47 m Platz sieben belegte. Über zwei Bestleistungen und zwei dritte Plätze konnte sich Malin Stavenow (W14) freuen. Sie sprintete die 100 m in 13,73 Sek. und die 300-Meter-Distanz in 46,60 Sek. Im Weitsprung landete sie bei 4,62 m und wurde Dritte. Ihren ersten Wettkampf überhaupt bestritten Alicia Jeddi-Gonzalez und Lina Borger-

Anzeige

Ristorante - Pizzeria Il Piccolo Alfonso

Geöffnet Dienstag bis Sonntag
11:30 Uhr – 14:30 Uhr & 17:30 Uhr bis 23:30 Uhr

Preiswerter Mittagstisch!
Von Dienstag bis Freitag (außer Feiertag),

Täglicher Lieferservice
11.30 Uhr - 14.00 Uhr & 17.30 Uhr - 22.30 Uhr

Für Ihre Familien-, Firmen-, oder Vereinsfeier bieten wir separate Räumlichkeiten an, auf Wunsch mit individuell zusammen gestellten Buffets.
(Buffets auch im Lieferservice nach Absprache)

Mit Raucherraum & neuer Sommerterrasse!

Aktuelle Informationen, Bilder & Speisekarten auf unserer Homepage: www.piccolo-alfonso.de

Ristorante-Pizzeria Il Piccolo Alfonso
Inh.: Antonino Longhitano
Homburger Straße 41 (Am Kreisel), 61184 Karben
Telefon 06039 – 61 50

ding. Beide starteten über 75 m. Alicia Jeddi-Gonzalez (W12) schaffte es bei ihrer Premiere gleich ins Finale und erlief sich einen guten vierten Platz.

Auch bei den älteren Jugendlichen konnten sich die Ergebnisse der TGl'er – jenseits der Titel von Marc Persy, Heike Müller und Hanna Jungclaus – sehen lassen. So wurde Hanna Jungclaus über die 100 m Zweite, den gleichen Platz belegte im Speerwurf direkt hinter Marc Persy Florian von Fichte, und im Kugelstoßen reichte es für ihn immerhin zu Platz drei. Dritte wurde über 4x100-Meter auch die U20-Staffel der TG in der Besetzung Marc Persy, Torben Jungclaus, Max Wilcke und Tom Boden. Zwei Mal auf Platz zwei landete in der Altersklasse U18 Jannis Herr: mit 9,93 m im Kugelstoßen und mit 32,83 m im Speerwurf. Torben Jungclaus und Max Wilcke belegten über 400 m in dieser Altersklasse die Plätze drei und vier.

Bestleistungen und ein Titel bei den Kreismeisterschaften

Am 31.05.2015 fanden im Stadion an der Waldhohl in Karben die Kreisbestenkämpfe U12 und Kinder-Leichtathletik U10/U8 des Hessischen Leichtathletikverbands – Kreis Wetterau statt, ausgerichtet vom TV Rendel. Bei schönem Wetter gab es für den Nachwuchs der TG Groß-Karben viele gute Platzierungen, etliche Bestleistungen und einen Kreismeistertitel. Mit einem tollen Satz auf eine Weite von 4,29 m sicherte sich Finn Stavenow im Weitsprung-Endkampf der Altersklasse M11 den ersten Platz (*Foto rechts*). Erfolge konnte er auch in zwei weiteren Disziplinen verbuchen: Über die 50 m lief er in 7,6 Sek. auf Rang drei, im Ballwurf belegte er mit neuer Bestweite von 35 m Platz vier.

In Bestform präsentierte sich auch Lasse Borgerding, der sich über einen neuen persönlichen Weitsprung-Rekord von 3,79 m freuen konnte und sich damit einen Platz im Endkampf der M11 sicherte.

Für ein Geburtstagsgeschenk der besonderen Art sorgte David Hecker. Der TG-Athlet, der an diesem Tag zehn Jahre alt wurde, ersprintete sich nicht nur einen Platz im 50-Meter-Endlauf, sondern schaffte es auch über die 800-Meter-Distanz auf einen beachtlichen dritten Rang. Gegen starke Konkurrenz musste Navid Pirwayssian über 800 m antreten. Er zeigte ein mutiges Rennen und belegte am Ende Platz fünf. Ganz hervorragend schlugen sich auch die jüngsten TG-Athleten im Feld, die zum Teil ihren ersten Einzelwettkampf bestritten.



Torben Jungclaus Regionalmeister

Im Gelnhäuser Stadion wurden am 29./30.05.2015 die diesjährigen Regional-Einzelmeisterschaften Rhein-Main der Leichtathleten ausgetragen – mit mehreren Teilnehmerinnen und Teilnehmern von der TG Groß-Karben. Erfolgreichster unter ihnen: Torben Jungclaus. Er konnte sich seinen ersten Regionalmeistertitel sichern. Gemeinsam mit Max Wilcke startete er in Gelnhausen über die 400-Meter-Hürdenstrecke der männlichen Jugend U18. Beide konnten ihre Bestzeit steigern, Torben Jungclaus auf 62,51 Sek., Max Wilcke auf 63,61 Sek. Letzterer erreichte damit einen sehr guten dritten Platz.

Außerdem waren aus der Laufgruppe der TG noch Hanna Jungclaus, Merle Schrader und Tom Boden am Start, alle über 100 und 200 m. Hanna Jungclaus und Tom Boden schafften es jeweils in den Endlauf über 100 m der Jugend U20, bei Merle Schrader reichte es leider nicht ganz für das Finale über 100 m der weiblichen Jugend U18. Auch die Werfergruppe der Turngemeinde war in Gelnhausen dabei. Marc Persy, Florian von Fichte, Marius Kunold und Jannis Herr nahmen am Speerwurf der U20 bzw. U18 teil, konnten aber nicht an ihre Bestleistungen herankommen. Nur Florian von Fichte warf den Speer über die 40-Meter-Marke, Jannis Herr trat außerdem im Kugelstoß an. Gemeinsam liefen Jannis Herr, Torben Jungclaus, Max Wilcke und Tom Boden die 4x100-Meter Staffel und kamen auf Platz zwei.

Zwei Kreismeistertitel für Finn Stavenow

Grund zum Jubeln hatten die Leichtathleten der TG Groß-Karben bei den Kreismeisterschaften im Mehrkampf, die am letzten Juniwochenende in Bad Vilbel ausgetragen wurden. Gleich zwei Mal Kreismeister – im Drei- und im Vierkampf – wurde Finn Stavenow in der Altersklasse M11. Mit 4,27 m im Weitsprung, 37,50 m im Ballwurf, 1,24 m im Hochsprung und 7,77 Sek. über 50 Meter ließ er der Konkurrenz keine Chance. Auf einem sehr guten fünften Rang landete Lasse Borgerding im Dreikampf (8,31 Sek., 3,63 m, 38,50 m), im Vierkampf reichte es für ihn mit übersprungenen 1,12 m im Hochsprung sogar für

Platz vier. Zusammen mit Nils Clauss (Rang sechs im Vierkampf), Carl Seelisch (13. Platz im Dreikampf) und Daniel Jeddi-Gonzalez (achter Platz im Dreikampf der M10) belegte das Jungen-Team der TG in der Mannschaftswertung Platz zwei. Außerdem am Start waren Jan Gaedtke und Pascal Filges, die im Dreikampf auf Platz neun und zehn landeten.

Einen Titel als Vizemeisterin bei den Mädchen der Altersklasse W14 konnte sich Malin Stavenow im Vierkampf sichern. Mit 4,54 m im Weitsprung, 7,40 m im Kugelstoßen, 13,83 Sek. über 100 m und der neuen Bestleistung im Hochsprung von 1,40 m fehlten ihr nur wenige Punkte zum Sieg. Ebenfalls Vizemeisterin in ihrer Altersklasse W12 wurde überraschend Alicia Jeddi-Gonzalez. Sie punktete mit 11,10 Sek. über 75 m, 24 m im Ballwurf und 3,94 m im Weitsprung (Foto oben).

In der Altersklasse W13 gingen Rebecca Stoll, Fiona Philipp und Isabel Prolingheuer an den Start. Das beste Ergebnis erreichte hier Rebecca Stoll, die auf dem siebten Platz landete und sich vor allem über 3,55 m im Weitsprung freute. Den Platz direkt hinter ihr belegte Isabel Prolingheuer (im Vierkampf Platz fünf), Neunte wurde Fiona Philipp. Im Dreikampf der W11 gingen außerdem Lara Neubert und Monika Lexa an den Start.



© Andreas Prolingheuer



Anzeige

Optik Pöhlemann

K A R B E N

Karbener Weg 8-10

Tel.: 0 60 39 / 4 38 60

61184 Karben

Fax: 0 60 39 / 4 54 04

www.optik-poehlemann.de

Den schärfsten
Blick beim Sport ...



... haben Sie garantiert
mit einer Sportbrille
oder Kontaktlinsen.

Gute Platzierungen bei den Crosslauf-Meisterschaften

Am 21.11.2015 fanden in Bad Nauheim die diesjährigen Cross-Meisterschaften des Wetteraukreises statt. Noch am Mittag sah alles so aus, als sollte es ideales Wetter für diese Meisterschaften im Bad Nauheimer Wald geben. Der Himmel klar, die Luft kalt. Kaum aber war für die ersten Läufe auf der Strecke unterhalb des Waldstadions der Startschuss gefallen, setzte heftiger Dauerregen ein und machte den Wettkampf für die Athleten zu einer echten Herausforderung. Das Team der TG Groß-Karben meisterte die jedoch mit Bravour.

Einen tollen Einstand feierte Lars Scharnagl bei seinem ersten Crosslauf-Start. Über die 720-Meter-Runde, die der Jahrgang 2006 zurückzulegen hatte, erkämpfte er sich in einer Zeit von 2:48 Min. einen starken dritten Platz. Ebenfalls ein gutes Rennen zeigten die drei Ladies der Jahrgänge 2004 und 2005 im Team der TG. Lisa Maria Just landete mit 5:58 Min. über 1340 m auf Platz acht, Greta Burmeister schaffte es über dieselbe Strecke und mit einer Zeit von genau sechs Minuten in ihrer Altersklasse (W10) sogar auf Rang sechs. Carolin Schmidt belegte im selben Rennen mit 6:02 Min. Rang acht. Insgesamt reichte es für die Mädchen in der Teamwertung für den dritten Platz auf dem Siegerpodest – bei sieben Mannschaften am Start ein toller Erfolg!



Start im Bad Nauheimer Wald

Ausgesprochen gut schlugen sich auch David Hecker (M10) und Marieke Nass (W13). Während David Hecker nach einem beherzten Schlusspurt in 5:54 Min. (1340 m) auf Platz sechs landete, erreichte Marieke Nass über dieselbe Strecke eine Zeit von 5:51 Min. und damit Platz vier. Ein mutiges Rennen brachte Moritz Gubitzer (M13) weit nach vorne. Auch er ging über 1340 m an den Start und erreichte nach 5:03 Min. in strömendem Regen das Ziel. Der Lohn für die Anstrengung: Platz zwei! Lars Burmeister (M13) platzierte sich mit einer Zeit von 6:03 Min. auf Platz fünf, für Tobias Hartmann (M12) stoppten die Uhren bei 6:09 Min. In der Mannschaftswertung M12/M13 belegten die drei TGler damit Platz zwei.

TURNSPIELE

RINGTENNIS

Erfolgreich bei den Hessischen Meisterschaften

Die Hessischen Meisterschaften im Ringtennis fanden in diesem Jahr am 16. und 17.05. im Rahmen des Landesturnfests in Gießen statt – mit starker Beteiligung der TG Groß-Karben, die insgesamt 17 Teilnehmerinnen und Teilnehmer stellte. Wieder einmal der erfolgreichste Teilnehmer: Hendrik Freitag. Er beherrschte die Jugendklasse bis 18 Jahren in allen Disziplinen, gewann die Titel im Einzel, in beiden Doppelwettbewerben zusammen mit Oliver Elsner und im Mixed zusammen mit Simona Wolf (*Foto rechts ohne Simona Wolf*). Er blieb aber nicht der einzige Titelträger aus Karben. Gold gab es nämlich auch für Nicola Elsner in der Altersklasse F40.

Und damit nicht genug. Die Schülerinnen Josephine Bolowich und Noemie Muller siegten im Doppel F14 und erreichten im Internationalen Doppel ihrer Altersklasse den zweiten Platz. Platz zwei auch für Cristian Darie im Einzel F14, für Simona Wolf im Einzel F18, für Tim Elsner im Einzel M, für Ulrich Bick im Einzel der Altersklasse M50 und zusammen mit Hans-Joachim Leidner im Klassischen Doppel MM40 und MM50 sowie für Nicola Elsner und Thomas Freitag im Mixed MF40.

Und schließlich ging auch noch mehr als eine Bronzemedaille nach Karben: Oliver Elsner belegte im Einzel M18 ebenso den dritten Platz wie im Mixed dieser Klasse zusammen mit Josephine Bolowich (*Foto oben*). Weitere dritte Plätze: Noemie Muller und Cristian Darie im Mixed MF14, Cristian Darie und Samuel Jansen im Klassischen wie im Internationalen Doppel MM14, Jonas Kruse und Tim Mäuer in den gleichen Disziplinen MM18 und Noemie Muller im Einzel F14.

Unter dem Strich ergibt das sechs Gold-, acht Silber- und sieben Bronzemedailles. Eine tolle Ausbeute. Und jenseits der Podestplätze gab es weitere gute Platzierungen, etwa im Internationalen Doppel vierte Plätze von Rebecca Stoll und Chiara May in der Altersklasse F14 und Christian Lauff und Tim Elsner in der Klasse M. Besonders erfreulich war die Leistung der Debutanten Samuel Jansen und Chiara May, die recht neu in der Ringtennisgruppe sind und im Einzel noch nicht aufs Podest kamen, aber bereits einen guten Wettkampf zeigten.



Werbung für Ringtennis auf dem Landesturnfest

Auf dem Hessischen Landesturnfest in Gießen waren die Ringtennisspielerinnen und -spieler der TG Groß-Karben gleich doppelt gefordert. Sie nahmen nicht nur an den Landesmeisterschaften teil, sondern machten auf dem große Turnspielparcours auch Werbung für ihre Sportart. Der Landesfachwart Walter Amon berichtet über diese Aktion:

»Was aber neben den Meisterschaften noch viel wichtiger war, war die Tatsache, dass sich die drei Vereine bereit erklärt hatten, den Ringtennis als Teil des großen Turnspielparcours zu betreuen. In der zentralen Grünanlage Wieseckau eröffnete die TG Groß-Karben am Donnerstag früh mit dem Aufbau und der ersten ›Schicht‹ den sportlichen Reigen, ehe die SKG Roßdorf den Donnerstagnachmittag sowie den Freitagmorgen abdeckte. Der TV Diedenbergen unterstützte am Freitagmittag sowie Samstag und Sonntag.

Es wurden zwei Ringtennisfelder in Originalgröße aufgebaut, um den Teilnehmern des Turnspielparcours unsere Sportart Ringtennis möglichst gut näherbringen zu können und ihnen insgesamt zwei Aufgaben zu stellen. Auf dem ersten Feld mussten 10 Ringe als Zielwurfübung in den vier Ecken des Feldes platziert werden. Das zweite Feld diente dem ›echten‹ Spiel. Einer der Ringtennishelfer warf hierzu nacheinander 10 Ringe dem Teilnehmer zu, der diese entsprechend fangen und zurückwerfen musste.

Sobald der Ansturm geringer war, wurden die Felder zudem von unseren Helfern genutzt, um hier selber ein bisschen Ringtennis zu spielen bzw. interessierten Teilnehmern/Zuschauern das Ringtennisspiel noch näher zu erläutern. So kam es, dass viele Sportgruppen das Ringtennisspiel für sich entdeckt haben und auch einmal bei Spielen zwei gegen zwei oder eins gegen eins Ringtennis als Wettkampf ausprobieren. Neben zahlreichen Familien nahmen auch viele (teilweise große) Sportgruppen oder auch Einzelpersonen nach ihren abgeschlossenen Wettkämpfen am Angebot teil.

Allen Helfern hat die Betreuung des Ringtennisparcours viel Spaß gemacht und wir konnten unsere Sportart auf einer tollen Anlage und integriert in viele Mitmachangebote ganz vielen Teilnehmern und Zuschauern des Turnfestes präsentieren.

Dank der Unterstützung des Freundeskreises Ringtennis, der uns 200 Ringe gesponsert hat, die wir mit eigens gedruckten Flyern an die Teilnehmer verteilen konnten, sind wir uns sicher, dass sehr viele Leute unser Turnspiel kennengelernt haben und der ein oder andere es auch weiter spielen wird.

Inwiefern wir hier von neuen Mitgliedern im Ringtennis ausgehen können ist schwer zu sagen, aber dies stand bei dieser Aktion ja auch nicht im Vordergrund. Sicherlich haben wir aber unsere schöne Sportart gut präsentiert und in Hessen wieder ein Stück bekannter gemacht.

An dieser Stelle nochmal ausdrücklich ein großes Dankeschön an den Freundeskreis für die tolle, unkomplizierte Unterstützung. Der Freundeskreis wird auch in naher Zukunft weitere Anträge aus Hessen erhalten, wobei dies keineswegs eine Drohung, sondern eher ein Versprechen auf weitere Aktionen darstellt.«



Drei Titel für die TG bei den Süddeutschen Meisterschaften

Bei den diesjährigen Süddeutschen Meisterschaften im Ringtennis, die am 11. und 12.07. in Karlsruhe stattfanden, schafften es die Spielerinnen und Spieler der TG Groß-Karben ein Dutzend Mal auf das Siegerpodest und dabei drei Mal auf Platz eins. So gewann Hendrik Freitag (Foto oben bei der Einweihung des neuen Hartplatzes der TG) souverän den Einzel-Wettbewerb der Jugend 15–18 sowie gemeinsam mit Simona Wolf auch den Mixed-Wettbewerb dieser Altersklasse. Und im Doppel-Wettbewerb der Jüngeren (11–14) setzten sich die beiden Karbenerinnen Noemie Muller und Josephine Bolowich durch.

Gemeinsam mit Oliver Elsner, der im Einzel auf Platz drei landete, erreichte Hendrik Freitag in beiden Doppel-Disziplinen der Jugend 15–18 Platz zwei. Ebenfalls zweite Plätze



Anzeige

Ihr

Miele
IMMER BESSER

Fachgeschäft

ELEKTRO-
LEONHARDI

Fachbetrieb für
Gebäudetechnik

61184 Karben
Burg-Gräfenröder-Straße 34
☎ 0 60 39 / 34 09
☎ 0 60 39 / 4 38 00
www.elektro-leonhardi.de
service@elektro-leonhardi.de

- Elektro-Installation
- Elektro-Hausgeräte
- Überspannungsschutz
- Kommunikationsanlagen
- Netzwerktechnik

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo., Di., Fr.: 14.30 - 18 Uhr
Do., Sa.: 9.00 - 13 Uhr
Mittwoch: geschlossen

schaften Tim Elsner im Einzel bei den Männern 19–29, Josephine Bolowich im Einzel bei der Jugend 11–14, Nicola Elsner im Einzel der Frauen 40, Cristian Darie und Noemie Muller im Mixed 11–14 sowie Josephine Bolowich und Noemie Muller im Doppel ihrer Altersklasse nach dem WTF-System. Und schließlich gab es noch einen dritten Platz für Tim Mäuer und Jonas Kruse im Doppel der Jugend 15–18.

Nicht vergessen werden dürfen auch die vierten Plätze, die wie die ersten drei zur Teilnahme an den Deutschen Meisterschaften berechtigen. Auf Platz vier landeten in Karlsruhe: Noemie Muller im Einzel 11–14, Oliver Elsner und Josephine Bolowich im Mixed 15–18 sowie Nicola Elsner und Thomas Freitag im Mixed 40. Leider war bereits abzusehen, dass die Jungspieler zumindest am Mixed-Wettbewerb der Deutschen Meisterschaften nicht teilnehmen konnten, da deren Termin für sie in die Orientierungsphase zur Oberstufe fiel.

Zwei Titel für die TG bei den Deutschen Meisterschaften im Ringtennis

Bei den 68. Deutschen Meisterschaften im Ringtennis, die am 12./13. 09. 2015 bei der SG Suderwich in Recklinghausen stattfanden, holten die Spielerinnen und Spieler der TG Groß-Karben zwei Titel. Hendrik Freitag gewann im Einzel der männlichen Jugend 15–18, und sein Vereinskamerad Oliver Elsner kam in diesem Wettbewerb auf Platz drei. Die Siegerinnen im Doppel nach WTF-System der weiblichen Jugend 11–14 hießen Josephine Bolowich und Noemi Müller von der TG.

Noemie Muller erspielte sich außerdem zwei zweite Plätze, im Einzel und zusammen mit Paul Thrun im Mixed der Jugend 11–14. Tim Elsner landete im Einzel der Männer 19–29 auf Platz fünf, Josephine Bolowich im Einzel ihrer Altersklasse auf Platz vier. Ebenfalls einen vierten Platz gab es für Nicola Elsner im Einzel der Frauen 40, und zusammen mit Hans-Joachim Leidner kam sie im Mixed dieser Altersklasse auf Platz sieben.

Schnupperstunde für den Bürgermeister

Es dürfte nicht viele Bürgermeister in Hessen geben, die sich unter der Sportart Ringtennis etwas vorstellen können. Auch Karbens Bürgermeister Guido Rahn (*Foto links mit Hendrik Freitag*) kam mit Ringtennis bis zum 12. 11. nur in Berührung, wenn er – wie im Sommer 2013 bei den Hessischen Meisterschaften in Okarben – eine Siegerehrung vornahm oder bei den Sportlerehrungen der Stadt – wie zuletzt in Petterweil – auf ein paar höchst erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler der TG Groß-Karben traf. Jetzt aber wollte er es genauer wissen und fand sich am Abend zu einer »Schnupperstunde« beim Training der Ringtennisgruppe der Turngemeinde in der Großsporthalle der Kurt-Schumacher-Schule ein.

Und er wurde nicht geschont. Nach dem Warm-



laufen und ein paar Übungen in großer Runde erhielt er von TG-Star Hendrik Freitag und Abteilungsleiter Ulrich Bick sozusagen Einzelunterricht. Unter den Augen des TG-Vorsitzenden Martin Menn ließ er sich das Spiel, seine Regeln und Feinheiten Schritt für Schritt erklären und wurde von seinem Gegenüber über das Spielfeld, das ihm am Anfang sehr klein erschien, gehetzt. Nach einer halben Stunde in Aktion hatte er zwar einige Erfolgserlebnisse, als er seinen Ring auch für Ulrich Bick schwer erreichbar platzieren konnte, musste aber auch zugeben, dass Ringtennis eine durchaus anstrengende Sportart ist. So kam die Pause, die alle Trainingsteilnehmer einlegten, gerade recht.

Ulrich Bick nutzte die Pause, um dem Bürgermeister einen eigenen Ring zu schenken sowie ein TG-Trikot und einen Flyer mit den Spielregeln. Außerdem bat er zum Gruppenfoto mit dem Rathauschef. Guido Rahn blieb anschließend noch bis zum Ende des Trainings dabei und trug mehrere Spiele gegen unterschiedliche Partner aus, darunter auch ein Doppel. Das Schnuppertraining hat ihm sehr gut gefallen. Es fehlt ihm aber an Zeit, regelmäßig am Training teilzunehmen.

FAUSTBALL

Ein Ausflug nach Tauberbischofsheim

Die Faustball-Gruppe der TG Groß-Karben ließ in diesem Herbst mal einen Tag lang Training Training sein und gönnte sich einen Ausflug nach Tauberbischofsheim und Wertheim. Jürgen Becker, der mit dabei war, berichtet:

»Alle sind fröhlich und gute Dinge, denn heute bleibt der Faustball in der Tasche. Stattdessen fahren die 25 Faustballer von der TG Groß-Karben mit dem Bus nach Tauberbischofsheim. Hier erleben sie eine lustige und interessante Stadtführung mit zwei Damen aus dem 15. Jahrhundert. Die eine Frau kommt aus der Oberschicht und ist entsprechend aufgetakelt und die andere aus dem Handwerker- und Bauernstand. Beide Frauen liefern sich boshafte Wortspitzen, und trotzdem kommt die Geschichte der Stadt nicht zu kurz. Schließlich werden die Faustballer durch eine Gasse geführt, in der die »Hübscherinnen« ihr Gewerbe ausüben, und dann geht es in einen Keller, wo die Besucher mit Schmalzbrot und deftigen Getränken bewirtet werden.

Anschließend fährt die Gruppe über Diestelhausen mit einem schönen Mittagessen nach Wertheim. In einer Schokoladenmanufaktur berichtet eine Schokoladenexpertin, wie man leckere Schokoladen und Pralinen herstellt. Am Schluss der Führung kann jeder die Erzeugnisse probieren. Die Stadt Wertheim bezaubert mit ihrem alten Stadtkern und ihren beiden Flüssen: Hier fließt die Tauber in den Main. Nach einem herzhaften Abendbrot im »Goldenen Adler« fahren die Faustballer zufrieden wieder nach Karben.«



Trotz verschwundenem Stadttor gehen die Faustballer durch ein Tor, damit sie in der Stadt akzeptiert werden.

FREIZEIT

HAP KI DO

Ein neues Kampfsportangebot bei der TG

Die Hallenkapazitäten der TG Groß-Karben werden zunehmend auch am Wochenende für sportliche Aktivitäten genutzt. So trifft sich meist samstags die Ü40-Gruppe vom Wettkampfturnen, und sonntags ist schon länger Zeit reserviert für die Aikido-Gruppe. Letztere trainiert inzwischen von 15.00 bis 17.00 Uhr. Davor findet jetzt von 13.00 bis 15.00 Uhr das Training einer anderen fernöstlichen Sportart statt: Hap Ki Do.

Hap Ki Do ist eine koreanische Selbstverteidigungsart, die sich nach dem zweiten Weltkrieg unter dem Einfluss der japanischen Besetzung aus dem traditionellen Jiu Jitsu entwickelt hat. Schon zu diesem Zeitpunkt enthielt diese Kampfkunstart verschiedene Würfe und Hebel, diverse Schläge und auch vereinzelte Tritte. In den 1970er Jahren wurden zusätzlich noch verschiedene Tritte aus dem modernen Tae Kwon Do in die schon bestehenden Techniken integriert, und es entstand eine moderne Selbstverteidigung für jeden.

Das sonntägliche Training der Gruppe wird von Daniel Wagner (*Foto links*) geleitet. Wer sich dafür interessiert oder daran teilnehmen möchte, der kann

sich an Jens Schimmel wenden – unter der Telefonnummer 06187/4 16 86 43 oder der E-Mail-Adresse dieschimmels@gmail.com.



VEREIN

FORTSETZUNG VON DER TITELSEITE

Viel Erfolg, viel Ehr!

Maya Gräf, Helena Simon und Emma Zenser, Ida Gubitzer, Alina Jaux, Svenja Posthaus, Laura Semdner und Yanina Tena. Besonders hervorgehoben hier: Ida Gubitzer für ihren Sieg beim Landesturnfest (→ S. 2).

Mit einem Auftritt des teameXtreme, einer Mischung aus Parkours und Wettkampfturnen, endete die feierliche Veranstaltung nach gut einer Stunde.

Schon eine Woche zuvor waren auch die erwachsenen Sportler der Stadt geehrt worden, in einer nicht minder feierlichen Veranstaltung im Karbener Bürgerzentrum, ebenfalls gut gelaunt moderiert von Oliver Becker. Und auch hier war die TG mit Turnen, Leichtathletik und Ringtennis vertreten. Geehrt wurde der Turner Wolf-Dietrich Meier, der es beim Landesturnfest zum Vizemeister gebracht hatte. Ebenfalls ausgezeichnet wurden aus der Ringtennisgruppe der Turngemeinde Simona Wolf, Hendrik Freitag und Tim Mäuer, Ulrich Bick und Tim Elsner, Thomas Freitag und Nicola Elsner für ihre diversen Erfolge bis hinauf zu Deutschen Meistertiteln. Zu den geehrten Leichtathleten zählten Hanna Jungclaus und Marc Persy.

IRONMAN 2015: Ein heißer Sonntag

Auch 2015 hat die TG Groß-Karben die Tradition erfolgreich fortgesetzt: Seit die Triathleten beim Frankfurter IRONMAN auf der Radstrecke durch die Wetterau rasen, also seit 2002, erwartet sie mitten in Karben an der Gehspitze ein Stimmungsnest der Turngemeinde. Und zahlreiche Helfer aus dem Verein – in diesem Jahr waren es 36, deren Einsatz Dagmar Heber organisiert hat – sorgen für die Absicherung der Strecke, damit niemand den Radfahrern in die Quere kommt und sie die richtige Route nehmen.

Der Einsatz der zahlreichen Vereinsmitglieder hat sich am Sonntag, dem 05.07.2015, wieder gelohnt. Bei strahlendem Sonnenschein und rekordverdächtigen Temperaturen erlebten die Zuschauer nicht nur ein heißes Radrennen, sondern amüsierten sich auch im Stimmungsnest der TG.

Anders als zum Teil in Frankfurt hielten die Außentemperaturen von über 30 Grad die Karbener nicht davon ab, sich das Radrennen anzuschauen, die Sportler anzufeuern und sich selbst mit gekühlten Getränken und Gegrilltem zu versorgen. Für die Versorgung der Triathleten gab es wie immer kurz hinter dem Stimmungsnest eine Verpflegungsstation, an der diverse Getränke und Bananen angeboten wurden. →



Foto links: viel Betrieb an der Essensausgabe und am Grillstand der TG beim IRONMAN an der Gehspitze

Neuer Hartplatz neben der Turnhalle am Park

Die TG Groß-Karben hat im Sommer 2015 die Trainingsmöglichkeiten ihrer Mitglieder weiter verbessert und auf dem Gelände vor der vereinseigenen Sporthalle einen neuen Hartplatz angelegt. Damit hat jetzt vor allem die Ringtennis-Gruppe der Turngemeinde die warme Jahreszeit über einen Freiluftplatz zum Üben und um kleinere Wettbewerbe auszutragen.

Die TG hat die Materialkosten für den fachgerechten Ausbau des Platzes übernommen und den Betonbauer bezahlt, der die Kanten zum Pflastern, die Wasserrinnen und die Hül-sen für die Netzpfeiler gesetzt hat. Den Ausbau überhaupt möglich gemacht haben die Eigenleistungen, vor allem der unermüdete Arbeitseinsatz vieler Mitglieder der Ringtennis-Gruppe, die zeitweise in glühender Hitze am Werk waren. Ein ganz besonderer Dank gilt hier Wolfgang Freitag, dem Opa von Ringtennis-As Hendrik Freitag. Er hat ehrenamtlich die fachliche Leitung der Baumaßnahmen übernommen und konnte dabei seine ganze berufliche Erfahrung zum Wohle des Vereins einsetzen.

Der Ausbau hat schon im Mai mit ersten Pflasterarbeiten und der Installation von Abflussrinnen angefangen. Anfang Juni begann der Aufbau des Bodens, zunächst mit grobem Split und später dann mit dem endgültigen roten Belag, wie er auch auf Tennisplätzen verwendet wird. Außerdem wurden die Einsteckhülsen für die Netzpfeiler im Boden verankert. Letzter Schritt war dann das Aufbringen der Linien zur Markierung der Spielfelder.



Bei stürmischem, aber glücklicher Weise trockenem Wetter konnte die TG dann am 25.07. den neuen Platz in Betrieb nehmen. Der Platz hatte die Gewitter und Regengüsse in der Nacht von Freitag auf Samstag gut überstanden und zeigte sich in einem hervorragenden Zustand. Bevor am späten Vormittag das »Schleifchenturnier« zur Einweihung begann, begrüßte Otto Wagner, 2. Vorsitzender des Vereins, die versammelten Besucher, Gäste und Vereinsmitglieder vor der Halle und dankte im Namen der Vereinsspitze allen, die mitgeholfen haben, den Platz auszubauen, namentlich dem »Bauleiter« Wolfgang Freitag (Foto oben links mit seinem Enkel Hendrik Freitag und Otto Wagner).

Anschließend erklärte Ulrich Bick, Abteilungsleiter Turnspiele und Übungsleiter der Ringtennis-Gruppe, vor allem denjenigen, die noch kein Ringtennis gespielt hatten, die Re-

geln und den Ablauf des Turniers. Danach startete auf allen vier Spielfeldern, die der »Rote Platz«, wie ihn die »Frankfurter Rundschau« durchaus zutreffend nannte, bietet, der Spielbetrieb. Für die Versorgung der Spieler und Zuschauer mit Kaffee und Kuchen, kalten Getränken und herzhafterem Essen war dank der Hilfe vieler Vereinsmitglieder gesorgt.

Spaß und Informationen auf dem Familienfest im Jukuz

Am Sonntag, dem 20.09.2015, fand auf dem Gelände des Jugendkulturzentrums das große Familienfest statt, das der Fachbereich Soziales der Stadt Karben alljährlich veranstaltet. Die TG Groß-Karben hat sich wieder mit einem eigenen Stand an dem Fest beteiligt, wie jedes Jahr Federweißen und Zwiebelkuchen verkauft, mit einer Stellwand für die Sport- und Gesundheitsangebote des Vereins geworben und für die Hauptattraktion des Nachmittags, die so genannte Familiade, einen kleinen Hindernisparcours aufgebaut. Diesen musste man zu zweit durchlaufen, und zwar mit einem Luftballon, der zwischen den beiden Läufern eingeklemmt wurde. »War 'ne Gaudi und für manche gar nicht so einfach,« meinte hinterher Sanne Melzer, die den Auftritt des Vereins mit organisiert hat.

Für die Familiade musste jeder teilnehmende Verein den Kindern eine Aufgabe stellen. Die Kinder sind dann mit einem Blatt herumgegangen, das nach Lösung der jeweiligen Aufgabe abgestempelt wurde. Wer es schaffte, alle Aufgaben zu bewältigen, nahm schließlich an einer Tombola teil, bei der es einiges zu gewinnen gab, beispielsweise drei Gutscheine für die Teilnahme an Kursen bei der TG.

Weitere Unterstützung für den Bewegungsparcours der TG

Am 06.07.2015 vergab die Volksbank Mittelhessen in Kooperation mit dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) zum siebten Mal die »Sterne des Sports« an Sportvereine in der Region, die sich innerhalb des Breitensports herausragend gesellschaftlich oder sozial engagieren. In diesem Jahr beteiligten sich wieder viele Vereine an diesem Wettbewerb, darunter erneut auch die TG Groß-Karben, diesmal mit ihrem Projekt eines Mehrgenerationen-Outdoor-Fitness-Parcours. Sie bekam dafür einen Preis in Höhe von 500,00 Euro. Die »Sterne des Sports« werden verliehen an Vereine, die sich in ihrer Region über das normale Breitensportprogramm hinaus mit besonderen Angeboten nachhaltig gesellschaftlich engagieren und damit einen Beitrag zum Gemeinwohl leisten.

Weitere Unterstützung für ihren Fitness-Parcours erhielt die TG Mitte August, als die Sparda-Bank Hessen dem Verein aus Mitteln ihres Gewinn-Sparvereins 2.000,- Euro für sein ambitioniertes Projekt spendet und damit die Patenschaft für ein neues Bewegungsgerät übernommen hat. Steffen Heise, Berater der Sparda-Bank in Karben, überreichte diese Spende am 13.08. dem 2. Vorsitzenden der TG, Otto Wagner, und der Initiatorin des Parcours, Heike Waller.

Neben der Sparda-Bank fand die TG im Laufe des Jahres weitere Sponsoren für ihren Parcours: die AOK mit rund 4.800,- Euro, die BVB-Stiftung mit rund 2.600,- Euro, die Sparkasse Oberhessen mit 1.000,- Euro, die OVAG mit 400 Euro und die Familie Fichtel-Diehl mit 1.000,- Euro.



Otto Wagner, Steffen Heise, Heike Waller und Dagmar Heber (v.l.n.r.)

Noch mehr Unterstützung gab es Ende Oktober. Die Geschäftsleiterin des Okärber Mazda-Händlers Autohaus Fischer e.K., Birgit Reis, überreichte der Initiatorin des Projekts, Heike Waller, und dem TG-Vorsitzenden Martin Menn feierlich einen Scheck über 500,- Euro und beteiligte sich damit an der Finanzierung eines weiteren Fitnessgeräts.

Die anwesenden Vertreter der TG – neben Heike Waller und Martin Menn auch Finanzchef Jürgen Vorwerk – bedankten sich herzlich für die großzügige Spende und kündigten an, dass inzwischen die Finanzierung von acht Geräten gesichert sei. Im Januar 2016 werden die Mitarbeiter des Bauhofs der



Heike Waller, Martin Menn, Jürgen Vorwerk, Jasmin, Manfred und Birgit Reis (v.l.n.r.)

Stadt Karben anrücken und auf dem Gelände direkt neben der vereinseigenen Turnhalle am Park die neuen Geräte aufbauen. Dann ist sozusagen Halbzeit, denn mit acht von geplanten 16 Geräten wird die erste Hälfte des Fitness-Parcours fertiggestellt sein. Die große Hoffnung des Vereins ist, dass die zweite Hälfte im Jubiläumsjahr 2016 – die TG feiert dann ihr 125-jähriges Bestehen – installiert werden kann. Dazu steht der Verein in Kontakt mit weiteren potenziellen Sponsoren.

Anzeige



REWE

Besser leben.

Michael Fuchs oHG

Rendeler Str. 76 und
Luisenthaler Str. 2b
61184 Karben

Für Sie geöffnet:

Montag - Samstag von **7** bis **22** Uhr.

TERMINE

DEZEMBER 2015

12.12. 20.00 Uhr	VOLLEYBALL: SSC Freisen – TG Groß-Karben	Freisen Bruchwald-halle
12.12. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben 2 – TV Windecken und TG Groß-Karben 2 – SG Rodheim 3	Karben Alte Halle der KSS

JANUAR 2016

10.01. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: TV Jahn Kassel – TG Groß-Karben	Kassel Großsport-halle Auepark
14.01. 19.00 Uhr	FITNESS & GESUNDHEIT: Start neuer Yoga-Kurs	Karben Turnhalle am Park
15.01. 8.50 Uhr	FITNESS & GESUNDHEIT: Start Reha-Kurs »Lungensport«	Karben Turnhalle am Park
16.01. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: TV Windecken – TG Groß-Karben 2	Nidderau-Ostheim Turnhalle der Grund- schule
17.01. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben – TGM Mainz- Gonsenheim	Karben Großsport- halle der KSS
20.01. 8.30 Uhr	FITNESS & GESUNDHEIT: Start neuer Kurs Gedächtnistraining	Karben Turnhalle am Park
23.01. 20.00 Uhr	VOLLEYBALL: Eintracht Frankfurt – TG Groß-Karben	Frankfurt Wolfgang- Steubing-Halle
23.01.	RINGTENNIS: 16. Deutscher Schülerpokal	Koblenz
24.01. 11.00 Uhr	VEREIN: Neujahrsempfang des Turngaus Wetterau-Vogelsberg	Karben Bürgerhaus Petterweil
30.01. 20.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben – TSVgg Stadecken- Elsheim	Karben Großsport- halle der KSS
31.01. 11.00 Uhr	VEREIN: Bewegungsdschungel	Karben Großsport- halle der KSS

FEBRUAR 2016

12.02. 19.00 Uhr	VEREIN: Heringssessen	Karben Turnhalle am Park
13.02. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL: TV Lebach – TG Groß-Karben	Lebach Sporthalle Dillinger Straße
20.02. 20.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben – TG Wehlheiden	Karben Großsport- halle der KSS
20.02.	VOLLEYBALL: TV Roßdorf – TG Groß-Karben 2	
27.02. 19.30 Uhr	VOLLEYBALL: SV Steinwenden – TG Groß-Karben	Ramstein Sporthalle Gymnasium
27.02. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben 2 – TG Hanau 3 und TG Groß-Karben 2 – TGV Schotten	Karben Alte Halle der KSS

MÄRZ 2016

12.03. 18.00 Uhr	VEREIN: Festveranstaltung 125 Jahre TG Groß-Karben 1891 e.V.	Karben Großer Saal des Bürger- zentrums
12.03.	RINGTENNIS: 46. Deutsche Jugendmannschafts- meisterschaften	Roßdorf
12.03. 19.30 Uhr	VOLLEYBALL: Biedenkopf Wetter Volleys – TG Groß- Karben	Wetter Wollenberg- schule
17.03. 20.00 Uhr	VEREIN: Mitgliederversammlung	Karben Turnhalle am Park

19.03. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: SG Rodheim 3 – TG Groß-Karben 2	Roßbach-Rodheim Sportzentrum
19.03.	WETTKAMPFTURNEN: Gau-Einzelmeisterschaften	Florstadt
19./20.03.	RINGTENNIS: Märzenbecher-Turnier	Karben Großsport- halle der KSS
20.03. 15.00 Uhr	Saisonfinale VOLLEYBALL: TG Groß-Karben – SSC Freisen	Karben Großsport- halle der KSS

APRIL 2016

09.04.	WETTKAMPFTURNEN: Hessische Finalwettkämpfe über 18 Hessische Seniorenmeisterschaften	Florstadt
16./17.04.	RINGTENNIS: 57. Krönchenturnier	Siegen
30.04	FITNESS & GESUNDHEIT Welt-QiGong-und-TaiJi-Tag	Karben

MAI 2016

07./08.05	AIKIDO: Landeslehrgang	Karben Turnhalle am Park
07./08.05	WETTKAMPFTURNEN: Hessische Einzel-Finalwettkämpfe	Heckershausen
21./22. 05.	RINGTENNIS: Hessische Meisterschaften	Diedenbergen

JUNI 2016

12.06.	VEREIN: Ökumenische Andacht Frühshoppen Familien- und Kinderfest	Karben Turnhalle am Park
17.–24. 06.	VEREIN: Festwoche zum Jubiläum mit zahlreichen Veranstaltungen	Karben Turnhalle am Park
25./26. 06.	RINGTENNIS: Süddeutsche Meisterschaften	Karben Stadion an der Waldhohl

JULI 2016

02.07.	WETTKAMPFTURNEN: Mannschaftsmeisterschaften Turngau Wetterau-Vogelsberg: 1. Runde	Florstadt
--------	--	-----------

Vereinsbeiträge

Monatliche Beträge in EURO	Beitrag ab 01.07.14	Ermäßigter Beitrag ab 01.01.2010
Kinder & Jugendliche bis 18 Jahre	7,25	3,50
Erwachsene ab 18 Jahren	11,00	5,25
Familienbeitrag gemäß § 5 Beitragsordnung	22,00	10,50
Passive Mitglieder, die an keinen sportlichen Aktivitäten teilnehmen	5,00	3,00
Aufnahmegebühr pro Person einmalig	11,00	–
Für Kurse, die einer speziellen Abrechnung unterliegen, sind Zusatzgebühren zu zahlen	Gebühr bitte bei der Übungs- leitung erfragen	
Kinder bis zum Alter von 4 Jahren sind beitragsfrei, können aber nur gemeinsam mit einem Erwachsenen Mitglied werden, wenn der Erwachsene den Beitrag für Erwachsene oder den Familienbeitrag entrichtet. Ab dem 4. Geburtstag des Kindes wird der Beitrag für Kin- der/Jugendliche fällig. Ermäßigter Beitrag nach § 6 Beitragsordnung. Der Antrag ist schriftlich beim Vorstand zu stellen. Auskunft erteilt Jürgen Vorwerk, Telefon: 060 39/4 10 63 Vereinskonto: Kontonummer 0113 000 660, Sparkasse Oberhessen, BLZ 518 500 79 BIC: HELADEF1FRI, IBAN: DE78 5185 0079 0113 0006 60		

IHR KONTAKT ZU UNS



1. Vorsitzender
Martin Menn
martin.menn@online.de



Medienbeauftragter
Horst O. Halefeldt
presse@tg-gross-karben.de



Abteilungsleitung Kinderturnen
Eva Dettingmeijer
eva@dettingmeijer.de



Abteilungsleitung Leichtathletik
Simone Kessler
simone.kessler@arcor.de



2. Vorsitzender
Otto Wagner
ottokar61184@unitybox.de



Beisitzerin – Hallenvermietung
Susanne Melzer
sannemelzer@yahoo.de



Abteilungsleitung Fitness
und Gesundheit
Heike Waller
gesundheit@tg-gross-karben.de



Abteilungsleitung Turnspiele
Ulrich Bick
ring@bickweb.de



Rechnungswesen & Finanzen
Jürgen Vorwerk
vorwerk-karben@t-online.de



Beisitzerin – Geschäftsstelle
Dagmar Heber
dagmar.heber@web.de



Abteilungsleitung Volleyball
N.N.
info@tg-gross-karben.de



Abteilungsleitung Freizeit
Bernd Droese
bernddroese@gmx.de



Schriftführer und
Mitgliederverwaltung
Günter Tüttenberg
gigue1208@web.de



Abteilungsleitung
Wettkampfturnen
Corinna Kaltwasser
corinna-kaltwasser@t-online.de



Abteilungsleitung Badminton
Holger Heerlein
holger.heerlein@t-online.de



Vereinsjugendleiter
Thorben Waller
jugend@tg-gross-karben.de

Impressum

Herausgeber
TG Groß-Karben 1891 e. V.
Auf der Warte 4, 61184 Karben
Telefon 0 60 39/93 11 99
Telefax 0 60 39/2 09 89 63
E-Mail info@tg-gross-karben.de
www.tg-gross-karben.de

Vereinsregister Amtsgericht Frankfurt
am Main (VR12920)
Steuernummer 16 250 03094
Finanzamt Friedberg

Vertretungsberechtigter Vorstand
Martin Menn (1. Vorsitzender),
Otto Wagner (2. Vorsitzender)

V.i.S.d.P.
Horst O. Halefeldt
(alle Angaben ohne Gewähr)

Redaktion, Grafik-Design und Satz
Horst O. Halefeldt
In den Obergärten 2, 61184 Karben
Telefon 0 60 39/93 38 20
presse@tg-gross-karben.de

Fotos
TG Groß-Karben privat

Anzeigen
Heike Waller
sponsoring@tg-gross-karben.de

Druck: saxoprint.de | Dresden

Auflage: 1000 Stück

Januar 2016: Neue Yoga-Kurse mit neuen Übungsleiterinnen

[26.11.2015] Simone Marx, die im April 2016 ihre Prüfung zur DTB-Kursleiterin Yoga ablegen wird, und Alexandra Schwittlinsky, Hatha-Yogalehrerin i.A. Sebastian-Kneipp-Akademie, übernehmen im Januar die Yoga-Kurse der TG, die bisher Johanna Pader geleitet hat, und bauen dieses Angebot weiter aus. Kurse gibt es dann montags von 17.00 bis 18.15 Uhr und donnerstags von 17.30 bis 18.45 und 19.00 bis 20.15 Uhr mit Alexandra Schwittlinsky sowie montags von 18.30 bis 20.00 Uhr und von 20.00 bis 21.15 Uhr mit Simone Marx. Die Kurse finden wie bisher in der Turnhalle am Park statt.



Freie Plätze beim Ballett

[28.11.2015] Kinder, die sich für Ballett-Unterricht interessieren, haben bei der TG je nach Alter die Auswahl unter drei Gruppen, alle unter der Leitung von Isabelle Pelti Kromm. Die Jüngsten im Alter von vier bis sechs Jahren treffen sich freitags von 16.40 bis 17.30 Uhr in der Turnhalle am Park, die etwas Älteren im Alter von acht bis zehn Jahren belegen die Zeit zwischen 15.50 und 16.40 Uhr, die Ältesten – zehn Jahre und älter – sind von 18.00 bis 19.00 Uhr an der Reihe. Nähere Informationen gibt es von Corinna Kaltwasser unter der Telefonnummer **06039 / 75 33** oder der Mailadresse corinna-kaltwasser@t-online.de.

Mehr Herzsport? – Arzt gesucht!

[29.11.2015] Die TG würde gern am Mittwoch eine weitere Herzsportgruppe anbieten. Dazu bräuchte sie aber die Unterstützung eines Arztes. Wenn Sie helfen wollen und können oder jemanden kennen, der weiterhelfen kann, melden Sie sich bitte bei Heike Waller unter der Telefonnummer **06039 / 77 46** oder per E-Mail unter der Adresse gesundheit@tg-gross-karben.de.

Welt-QiGong-und-TaiJi-Tag 2016

[30.11.2015] Am Samstag, dem 30.04.2016 ist wieder Welt-QiGong-und-TaiJi-Tag: Überall auf der Welt wird in der Zeit von 10.00 bis 11.00 Uhr QiGong und TaiJi praktiziert. Eine Welle von QiGong und TaiJi läuft von einer Zeitzone zur nächsten und in 24 Stunden einmal um den ganzen Globus herum. Auch die TG mit ihren Übungsleitern Marion und Peter Hörnecke wird sich 2016 an dieser Bewegung beteiligen. Der genaue öffentliche Trainingsort sowie die Zeit werden rechtzeitig bekannt gegeben.



Reha-Sport bei Atemwegserkrankungen

[28.11.2015] Am 15.01.2016 startet die TG Groß-Karben ihr neues Reha-Angebot für Menschen mit Atemwegserkrankungen. Die Übungsstunden finden jeweils freitags von 8.50 bis 9.50 Uhr in der Turnhalle am Park statt.

Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen wie Asthma oder COPD meiden aus Angst vor Atemnot oft körperliche Anstrengung. Durch den dauernden Mangel an körperlicher Aktivität kommt es zu einem Abbau von Muskelkraft und Kondition. So wird die Bewältigung des normalen Alltags immer problematischer. Dieses Reha-Angebot richtet sich an alle Betroffenen mit solchen Erkrankungen. Nach der Messung des Peak-Flows und des Blutdrucks bietet die speziell ausgebildete Übungsleiterin Susanne Niehaus-Kronshage den Teilnehmern ein Sportangebot, das den persönlichen Bedürfnissen angepasst ist. Dabei wird auf individuelle Erholungsphasen geachtet. Gern informiert Sie unsere Übungsleiterin Susanne Niehaus-Kronshage, wie eine Übungsstunde konkret aussieht. Sie erreichen sie unter der Telefonnummer **06034 / 93 99 39**.

Freie Plätze in den Badminton-Gruppen

[28.11.2015] Die Badminton-Gruppen der TG suchen weitere Mitspieler. Sowohl bei den Schülerinnen und Schülern und Jugendlichen als auch bei den erwachsenen Freizeitspielern sind noch Plätze frei. Die Jüngsten trainieren montags von 16.00 bis 17.15 Uhr in der Großsporthalle der Kurt-Schumacher-Schule, die Jugendlichen kurz danach, von 17.30 bis 19.30 Uhr, in derselben Halle. Das Training der Erwachsenen findet ebenfalls in dieser Halle statt, und zwar dienstags und donnerstags, jeweils von 20.15 bis 22.15 Uhr. Und die Erwachsenen üben nicht nur, sondern spielen auch Turniere und nehmen mit einer Mannschaft an der Viktor-Hobbyliga Hessen teil. Nähere Informationen zu allen Gruppen bei Holger Heerlein unter der Telefonnummer **0172 / 6 53 95 71** oder der E-Mailadresse holger.heerlein@t-online.de.

Wieder Gedächtnistraining

[26.11.2015] Unter dem Titel »Fitter Geist – geistig fit« startet die TG am 20.01.2016 einen neuen Kurs Gedächtnistraining mit Sabine Jansen, Gedächtnistrainerin (BVG) und Ergotherapeutin. Trainiert werden verschiedenste Gedächtnisfunktionen wie z. B. Merkfähigkeit, Wortfindung und Konzentration sowie Wahrnehmung und Koordination. Der Kurs findet wieder im Konferenzraum der Turnhalle am Park statt, und zwar mittwochs von 8.30 bis 9.30 Uhr.



Gedächtnistraining mit Sabine Jansen (stehend)