

EIN RINGTENNIS-SOMMER IN MINSK UND KARBEN

Ein Weltmeister aus Karben, Deutsche Meisterschaften in Karben

Wenn es noch eines Beweises bedurft hätte, dass Karben eine Ringtennis-Hochburg ist, dieser Sommer hätte ihn erbracht. Nicht nur dass die Ringtennis-Gruppe des Vereins, man muss schon sagen: wie gewohnt, bei den jährlichen Meisterschaften – den Süddeutschen oder dem Kids-Cup – erfolgreich war, sie hat seit der WM

in Minsk Ende Juli/Anfang August mit Hendrik Freitag auch einen Weltmeister in ihren Reihen und hat anschließend Anfang September nach zehn Jahren wieder die Deutschen Meisterschaften ausgerichtet, diesmal im Stadion an der Waldhohl mit zahlreichen weiteren Weltmeistern unter den Teilnehmern.



Siegerehrung zum Abschluss der Deutschen Meisterschaften für Oliver Elsner und Jonas Kruse als Sieger im Doppel der Jugend 15–18 (oben auf dem Podium). Links neben dem Podium der TG-Vorsitzende Martin Menn, Ulrich Bick (im Hintergrund), HTV-Präsident Norbert Kartmann und Hendrik Freitag (v.l.n.r.)

Während es für die Vereinsmitglieder während der Weltmeisterschaften, die vom 31.07. bis 09.08. 2018 im weißrussischen Minsk stattfanden, vor allem darum ging »ihrem Hendrik« die Daumen zu drücken, warfen die Deutschen Meisterschaften lange Schatten voraus und forderten nicht nur von den Mitgliedern der Ringtennis-Gruppe vollen Einsatz für die Vorbereitung und die Durchführung dieser Großveranstaltung, zu der 182 Spieler aus 18 Vereinen und 8 Landesturnverbänden gemeldet waren. Und dieser Einsatz hat sich gelohnt, denn alle Teilnehmer waren nach den Meisterschaften voll des Lo-

bes und freuten sich mit den Veranstaltern, dass an den drei Tagen vom 07. bis 09.09. auch das Wetter mitspielte und die Wettkämpfe im Stadion überwiegend bei strahlendem Sonnenschein durchgeführt werden konnten. Nicht nur der Präsident des Hessischen Turnverbands (HTV) und Landtagspräsident Norbert Kartmann, der am Sonntag zusammen mit Hendrik Freitag bzw. dem künftigen Bundestrainer Timo Hufnagel und dem TG-Vorsitzenden Martin Menn die Siegerehrungen vornahm, zeigte sich denn auch nach Abschluss der Wettkämpfe am Mittag beeindruckt von der Atmosphäre im Stadion an der Waldhohl und den Leistungen der Sportler.

→ S. 11

Inhaltsverzeichnis

Titelthema	I	Leichtathletik: Jugend ...	11
Leopold	II	Turnspiele	11
Kinderturnen	1	Verein	14
Wettkampfturnen	1	Terminkalender	16
Fitness & Gesundheit	3	Vereinsbeiträge	16
Volleyball	6	Kontakt	III
Badminton	7	Impressum	III
Alle Sportangebote	8	Pinnwand	IV
Leichtathletik: Laufen	10		

Letzte Meldungen +++ Letzte Meldungen +++ Letzte Meldungen +++ Letzte Meldungen +++ Letzte Meldungen +++ Letzte Me

LEICHTATHLETIK

Malin Stavenow Hessenmeisterin

[12.06.2018] Mit einem weiten Satz auf 5,86 m hat sich TG-Leichtathletin Malin Stavenow (Jahrgang 2001) im Juni bei den Hessenmeisterschaften der Altersklasse U18 in Fulda den Titel geholt und sich für die Deutschen Meisterschaften qualifiziert. → S. 11

KINDERTURNEN/FITNESS & GESUNDHEIT

Tier-Tanz-Theater & Power Gym

[Oktober/November 2018] Die Turngemeinde hat ihr Angebot um zwei neue Kurse ausgebaut: um ein Tier-Tanz-Theater für Vier- bis Fünfjährige und einen Fitnesskurs für Erwachsene unter dem Titel »Power Gym«. → S. 1 und 5

VEREIN

Zweiter Platz beim ODDSET-Preis

[28.11.2018] Beim ODDSET-Zukunftspreis des hessischen Sports hat die TG mit ihrem Projekt eines Familiensportparks den zweiten Platz belegt und 8000,- Euro erhalten, die in den weiteren Ausbau des Platzes investiert werden sollen. → S. II und 15

Hallo, liebe Leute,

schon in wenigen Tagen ist das Jahr 2018 – und damit auch ein ereignisreiches Sportjahr für unseren Verein – Geschichte. Wie immer, legen wir euch jetzt eine neue Ausgabe der TG-ZETT vor, in der wir die vielfältigen Aktivitäten unseres Vereins im zweiten Halbjahr nochmals zusammenfassen. Ihr habt dann die Möglichkeit, während der Feiertage beim Lesen der TG-ZETT die Ereignisse nochmals an Euch vorbeiziehen zu lassen. Viel Spaß dabei.

In der letzten Ausgabe unserer Vereinszeitung nahmen das Thema **EU-Datenschutzgrundverordnung** und die Auswirkungen für unseren Verein einen breiten Raum



ein. Wir haben wichtige erste Schritte für die Umsetzung der neuen Regeln in unserem Verein getan, z.B. den Aufnahmeantrag überarbeitet und eingesetzt. **Viel Grundlagenarbeit für die Umsetzung der EU-DSGVO hat unser damaliger Datenschutzbeauftragter, Jürgen Kosinski, geleistet.** Aus persönlichen Gründen hat er leider sein Amt niedergelegt. Ich möchte ihm an dieser Stelle ganz herzlich für seine Arbeit danken.

Für einen Verein unserer Größe ist es unabdingbar, einen Datenschutzbeauftragten zu haben. Daher freue ich mich, dass wir mit **Michael Wagner** jemanden gefunden haben, der bereit war, dieses Amt zu übernehmen. Er wird auf den bestehenden Grundlagen aufsetzen und die nächsten Schritte für die Umsetzung der Verordnung in unserem Verein einleiten.

Ebenfalls in der letzten Ausgabe der TG-ZETT haben wir ausführlich über den 1. Preis bei der Verleihung des Heinz-Lindner-Preises des Landessportbundes Hessen berichtet. Diese Auszeichnung führte automatisch auch zu einer Bewerbung für den Deutschen Engagementpreis. Gemäß Ausschreibung ist dieser Preis der Dachpreis für freiwilliges Engagement. Um der Vielfalt des Engagements ein Gesicht zu geben, würdigt er engagierte Menschen, Initiativen, Unternehmen sowie öffentliche Verwaltungen. Für diesen Preis nominiert werden können ausschließlich die Preisträgerinnen und Preisträger der rund 700 Wettbewerbe und Preise für bürgerschaftliches Engagement, deren Auszeichnung den Kriterien des Engagementpreises entspricht. Leider sind wir bei diesem Wettbewerb nicht ausgezeichnet worden.

Viele von Euch werden sicher ODDSET kennen, eine Sportwette von Lotto Hessen, bei der man z.B. auf Er-

gebnisse von Fußballspielen wetten kann. Seit einigen Jahren hat ODDSET jährlich zusammen mit dem Landessportbund Hessen einen Zukunftspreis ausgelobt, der zukunftsweisende Projekte, Konzepte und Initiativen hessischer Sportvereine auszeichnet. Insgesamt werden dafür jährlich 50 000 Euro an Preisgeldern für Haupt-, Sonder- und Anerkennungspreise zur Verfügung gestellt. **»Der ODDSET Zukunftspreis ist ein wichtiges Instrument, das zeigt, wie innovativ und zukunftsweisend Hessens Sportvereine Herausforderungen bewältigen«,** so Dr. Rolf Müller, Präsident des Landessportbundes Hessen.

In diesem Jahr hat sich erstmals auch unser Verein um diesen Preis bemüht. Der thematische Schwerpunkt für die Bewerbungen in diesem Jahr war es, Lösungen für wichtige gesellschaftliche Fragestellungen wie Integration, Inklusion, spezielle Förderung oder Prävention vorzustellen. **Unter dem Motto »Hier macht Gesundheit Spaß« hat sich die TG mit dem Projekt unseres Familiensportparks beworben.** Insgesamt gab es knapp 70 hochkarätige Bewerbungen. Eine Jury unter Leitung des früheren Bundesforschungsministers, Prof. Dr. Heinz Riesenhuber, hat diese beurteilt und die Preisträger bestimmt. **Unsere Bewerbung wurde mit einem großartigen zweiten Platz und einem Preisgeld von 8 000 Euro bedacht.** Diese Auszeichnung (Foto links: die Preisübergabe am 28. 11.) ist ein wirklich grandioser Erfolg für unseren Verein und der größte, den wir bei Wettbewerben dieser Art bisher erringen konnten. Unser besonderer **Dank gilt daher Dagmar Heber und Heike Waller,** die diese Bewerbung zusammengestellt und eingereicht haben.

Der Familiensportpark, den wir auf der Übungswiese neben unserer Sporthalle errichten, wird bis Ende 2019 komplett eingerichtet und weiterhin für Bürgerinnen und Bürger von Karben kostenfrei zu benutzen sein. Als Erfolge sehen wir die vielfachen Anfragen zur Kooperation mit Schulen (z.B. Projekt Gesundheitstage, Schülerbetreuung), Kindertagesstätten, Berufsbildungswerk und Altenheime. Gewünscht werden qualifizierte und altersgerechte Anleitungen zu den Geräten. Auch wenn die Erfolge nicht in Zahlen messbar sind, erhält die Turngemeinde Groß-Karben durch den Familiensportpark ein positives Feedback der Nutzer sowie eine sehr positive Berichterstattung in den Medien.

Generell blickt die TG auf ein überaus erfolgreiches Sportjahr 2018 zurück. Ich verweise auf **die Deutschen Meisterschaften im Ringtennis,** den Weltmeistertitel für Hendrik Freitag im Ringtennis, unsere starken Wettkampfturnerinnen usw. Ihr findet dazu viele weitergehende Informationen in dieser Ausgabe unserer Vereinszeitung. Alle Verantwortlichen im Verein werden alles daran setzen, dass auch 2019 wieder unser Motto **»Wir bewegen Karben«** erfolgreich umgesetzt wird.

Euch allen wünsche ich eine besinnliche Weihnachtszeit und für 2019 Gesundheit, Glück und Wohlergehen und Spaß bei sportlicher Betätigung. Tschüss,

Euer Leopold

KINDERTURNEN

Neues Angebot: Tier-Tanz-Theater

Am 15. 11. 2018, hat die TG Groß-Karben ein neues Angebot für Kinder gestartet. Doris Pemberton empfängt seither regelmäßig am Donnerstag um 15.30 Uhr in der Sporthalle am Park Kinder zwischen vier und fünf Jahren zu einem von ihr entwickelten Tier-Tanz-Theater. Der Kurs findet im Gymnastikraum der Halle im 1. Stock statt und dauert bis 17.00 Uhr. Anmel-



dungen nimmt die Übungsleiterin unter der Telefonnummer 06039/ 928697 entgegen oder per E-Mail unter doris.pemberton@web.de. Selbstverständlich steht sie auch für weitere Auskünfte zu ihrem Angebot bereit.

In der Ankündigung des Kurses heißt es: »Durch unterschiedliche Tier-Tanzprogramme erfahren die Kinder vielseitige Fortbewegungsarten, Aufmerksamkeit auf ihren Körper, in Beziehung gehen, Dynamik, sie lernen, durch Tiertanzmusik Rhythmus erkennen. Sie hören Klänge, die sie zum Tanzen bewegen, das geht im Inneren des Körpers vor sich – wie ein Feuer, das groß, klein, schnell oder langsam wird. All dies können die Kinder erfahren, wenn wir wie Katzen tanzen oder wie Elefanten stampfen, galoppieren wie die Pferde oder fliegen wie ein Vogel. Im Tier-Tanz-Theater verwandeln wir uns tanzend singend in all diese Tiere und mehr.«

WETTKAMPFTURNEN

Erfolgreich im Gau

Bei den Gaumannschaftsmeisterschaften haben sich die Turnerinnen schon in der ersten Runde am 18. 08. 2018 gute Ausgangspositionen gesichert: in den Leistungsklassen 2 und 4, wo sie ohne Gegnerinnen antraten, automatisch die Spitzenpositionen, in der LK3 mit minimalem Vorsprung Rang zwei, in der Pflichtstufe P5 mit deutlicherem Vorsprung ebenfalls den zweiten Platz und bei den Jüngsten in der P4 Rang drei.

Diese Positionen konnten die jungen Turnerinnen am 08. 09. in Florstadt mehr oder weniger bestätigen. Die Mannschaften in der LK4 und in der LK2 wurden jeweils konkurrenzlos Gaumeister. Beide Mannschaften waren damit automatisch für die Bezirksmeisterschaften qualifiziert. In der Pflichtstufe P5 traten insgesamt drei Teams an. Hier veränderte sich nichts gegenüber dem ersten Wettkampf: Die TG-Mannschaft belegte Platz zwei hinter Florstadt und vor dem KSV, konnte ihre Leistung in Punkten allerdings deutlich steigern. Diese Platzierung bedeutete ebenfalls die Qualifikation für die Bezirksmeisterschaften.

Die jüngsten Turnerinnen im Rahmenwettkampf in der P3/P4 konnten ihren dritten Platz hinter zwei starken Florstädter Teams behaupten und sich damit ihren Platz auf dem Treppchen sichern. In diesem Wettkampf ging es »nur« um die Gaumeisterschaft, nicht um die Qualifikation für die Bezirksmeisterschaften.

Am spannendsten war der Wettkampf in der LK3. Hier traten drei Teams gegeneinander an. Während Florstadt souverän in beiden Wettkämpfen Platz eins belegte, lag die TG-Mannschaft nach der ersten Runde mit nur vier Zehnteln Vorsprung vor Butzbach auf Platz zwei. Dies hätte die Qualifi-



Das TG-Team in der LK3 bei der Siegerehrung in Florstadt rechts auf dem Treppchen

kation für die Bezirksmeisterschaften bedeutet. Offenbar wackelte die TG im zweiten Wettkampf einmal ein bisschen zu viel oder eine Fußspitze war nicht ausreichend gestreckt, so dass die Karbenerinnen letztlich mit insgesamt 0,35 Punkten Rückstand auf dem dritten Platz landeten und die Qualifikation denkbar knapp verpassten.



In der Landesliga V fast im Finale

Spannung bis zur letzten Turnerin auch in der Landesliga V, in der das zweite Landesligateam der TG in dieser Saison sein Debüt gab. Das Team (*Foto unten vorn rechts*) turnte am 16.09. in Limburg einen ganz starken Wettkampf und konnte seine Leistung deutlich steigern, so dass es diesmal auf dem vierten Platz landete. Das bedeutete in der Gesamtwertung



ebenfalls Platz vier, nach Ligapunkten gleichauf mit dem TV Eschhofen III. Nun mussten die Gesamtpunkte entscheiden, und die sprachen leider für die Mädchen aus Eschhofen. Der Einzug ins Finale wurde also denkbar knapp verpasst, aber das Team konnte wertvolle erste Liga-Erfahrungen sammeln und sieht der nächsten Saison motiviert entgegen.

Bezirksmeisterschaften: Ein Team für die Landesmeisterschaften qualifiziert

Bei den Bezirksmeisterschaften in Limburg am 22./23.09. startete die TG mit drei Teams. Als Erste mussten am Samstagmorgen Jessica Sachse, Tilda Duscherer, Janna Dettingmeier, Miriam Edel, Anna Nimcke und Mia Melzer (*Foto rechts*)

Anzeige



Sabine Jost – Praxis für Naturheilkunde

Heilpraktikerin, Sportwissenschaftlerin (M.A.)
Ramonville-Straße 5-7, 61184 Karben
Tel: 06039/488 910

Osteopathie (D.O. VFO)/Bowen-Therapie

Zum Beispiel bei Rückenschmerzen, Schulter- o. Knie-schmerzen, Karpaltunnelsyndrom, Trigeminusneuralgie, Kopfschmerzen/Migräne, Blasenentzündung, u.v.m.

Naturheilkundliche Labordiagnostik

Zum Beispiel bei Abgeschlagenheit, Erschöpfung, Burnout, Allergien, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Infekt-anfälligkeit, u.v.m.

oben zusammen mit der verletzten Zoe Momberger) in der Leistungsklasse IV an die Geräte. Die Mädchen starteten in einem sehr leistungsstarken Feld und staunten, was in dieser Leistungsklasse dieses Jahr geturnt wurde. Am Ende wurden sie Siebte. Im Abendwettkampf der LK II starteten Svenja Posthaus, Alina Jaux, Melissa Stette, Julia Zimmermann, Alischa Yildirim und Yanina Tena für die TG. Dieser Wettkampf war



ebenfalls bemerkenswert stark besetzt, und das Ergebnis fiel denkbar knapp aus. Dennoch gelang es der Karbener Mannschaft, den dritten Platz und damit zum wiederholten Mal die Qualifikation für die Hessischen Meisterschaften zu erreichen. Ein weiterer schöner Erfolg!

Am Sonntag, dem 23.09., fanden in Limburg die Pflichtwettkämpfe statt. Dabei fielen zwei TG-Turnerinnen aus und das Team konnte nur mit vier Turnerinnen antreten. Die Vier – Olivia Limoa, Maya Altmann, Greta Weyland und Clara Redlich – zeigten ihr Bestes, doch mussten sich leider mit dem letzten Platz begnügen.

Unglückliches Ende in der Landesliga II

Ein unglückliches Ende nahm die Saison der Landesliga II für die Turnerinnen aus Karben. Beim letzten Wettkampf am 20.10. in Lieblos wurde die gesamte Tabelle noch einmal völlig durcheinander gewirbelt. Am Ende stand nach drei Wettkämpfen nicht der bis dahin führende FTSV Heckershausen auf Platz eins, sondern der Gastgeber TV Lieblos. Und der TV Hofheim, nach dem zweiten Wettkampf noch hinter der TG Groß-Karben auf Platz neun, erturnte sich überraschend einen dritten Platz in der Tageswertung und rückte damit in der Endabrechnung auf Platz sieben vor – zum Leidwesen der Karbenerinnen. Obwohl sie in keinem der drei Saison-

Anzeige



Antonella Moden

A. Groß

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

Größen 36 – 52

wettkämpfe auf einem Abstiegsplatz rangierten, landeten sie aufgrund der Verteilung der Ligapunkte schließlich auf Platz neun, also auf einem Abstiegsplatz, der höchstwahrscheinlich auf der Liga-Sitzung Mitte Dezember bestätigt werden wird. Dabei hat das Team mit Melissa Stette, Alina Jaux, Julia Zimmermann, Svenja Posthaus und Yanina Tena (*Foto unten*) sich auch in Lieblas gut geschlagen, in diesem Wettkampf Platz acht belegt, Nervenstärke gezeigt, an seinem letzten Gerät des Tages, dem Schwebebalken, einmal mehr fast fehlerfrei geturnt und an diesem Gerät sogar Platz eins belegt.

Trainerin Anke Tena: »Wir gehen »hoch erhobenen Hauptes« in die Liga III, zumal wir uns nicht, wie manch andere Mannschaft, aus fremden Reihen Verstärkung geholt haben, um den drohenden Abstieg zu verhindern. Etwas Enttäuschung bleibt aber natürlich, und leichter wird es auch im nächsten Jahr nicht, denn in der Liga III wird ebenfalls die Leistungsklasse 1 geturnt. Bekommen wir keine besseren Trainingsbedingungen und können wir keine höheren Schwierigkeiten trainieren,

wird es schwer werden, auch diese Liga zu halten. Unser Appell geht noch einmal an den Verein, die Stadt Karben und die Arge Sport, die Hallenbelegungen zu überdenken und inzwischen über 60 leistungswillige Turnerinnen aus unserem Bereich Wettkampfturnen kurzfristig zu berücksichtigen.«

Dieser Appell ist nicht ungehört geblieben. Bei der jüngsten Sportlerehrung hat Bürgermeister Guido Rahn das Platzproblem der TG-Turnerinnen von sich aus angesprochen und gemeint, die kleine Sporthalle der TG sei eher ein großes Wohnzimmer. In diesem »Wohnzimmer« kann der Sprung aufgrund des nur kurzen Anlaufs so gut wie gar nicht trainiert werden, und für das Boden-

turnen steht keine passende Fläche zur Verfügung. Daher können konkurrierende Vereine mit besseren Trainingsbedingungen in den Wettkämpfen höherwertige Elemente zeigen.

Auf Platz neun in Hessen

Trotz des Handikaps Hallengröße verlief die Hessische Meisterschaft am 03. 11. in Florstadt für die Landesliga-Mannschaft der TG ganz gut. Obwohl auch hier das Leistungsniveau inzwischen deutlich höher als in den vergangenen Jahren ist, schafften es die Karbenerinnen auf Platz neun unter zwölf Mannschaften. Insofern war Anke Tena »noch ganz zufrieden. Solange sich unsere Trainingsbedingungen nicht ändern, werden wir in diesen Leistungsklassen nur schwer bessere Platzierungen erzielen können.«



FITNESS & GESUNDHEIT

Gesundheitsforum: Zwischen Schlaflosigkeit und Tagesmüdigkeit

Nach einem stressigen Tag im Bett liegen und nicht einschlafen können. Nach einer zu kurzen Nacht sich müde durch den Tag schleppen. Das kennt wohl jeder, und das hat zunächst nicht unbedingt etwas mit Krankheit zu tun. Wenn sich allerdings die Symptome häufen und man womöglich bei Rot an



der Ampel einschläft, ist das eine andere Geschichte. Ein kundiger Professor und ein hellwachtes Publikum, das vor allem nach dem Vortrag viele Fragen stellte, beschäftigten sich am 12.06.2018 beim 16. Vortrag im Gesundheitsforum der TG Groß-Karben »Wissen, was hilft« mit dem Thema Schlaf in all seinen Facetten.

»Von Bluthochdruck bis Depression – die Bedeutung der Schlafmedizin« lautete der offizielle Titel des Vortrags von Prof. Dr.med. Robert Voswinckel (*Foto oben*), Facharzt für Pneumologie, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin im Bürgerhospital Friedberg, in der Sporthalle am Park, zu dem sich mehr als 60 Zuhörer eingefunden hatten. Nach einer kurzen Begrüßung durch den TG-Vorsitzenden Martin Menn stellte sich der Referent zunächst selbst vor und kam dann rasch zum Thema. Dabei ging es anfangs gar nicht um Krankheit, sondern um die Erläuterung, was die Funktion des Schlafs ist und wie bei einem gesunden Menschen der Nachtschlaf abläuft. Auch wenn das Wissen über die Bedeutung des Schlafs begrenzt ist, gilt der nächtliche »Kernschlaf« als »für den Menschen essenziell«, wie es in der Powerpoint-Präsentation des Referenten hieß. »Totaler Schlafentzug über längere Zeit führt zum Tod bei Mensch und Tier.«

Nach den grundsätzlichen Erläuterungen ging es dann um Schlafstörungen, etwa um Insomnie, wie der Fachbegriff für mangelnden bzw. ungenügend erholsamen Schlaf lautet, und um die Möglichkeiten, solche Störungen zu therapieren. Als Basismaßnahmen empfahl Prof. Voswinckel zunächst, auf die Schlafhygiene zu achten. Ggf. könnten auch Medikamente eingesetzt werden vom altbekannten Baldrian bis hin zu Mitteln, die ein Arzt verschreiben muss.



Im Schlussteil stand eine spezielle Störung im Vordergrund: die Schlafapnoe. Dabei handelt es sich um ungewollte Atempausen im Schlaf, die häufiger als fünf Mal pro Stunde auftreten und jeweils mehr als zehn Sekunden dauern. Gegen die obstruktive Variante der Apnoe (OSA), die wegen möglicher Folgeschäden unbedingt behandelt werden sollte, wird heute vor allem die CPAP-Therapie eingesetzt. CPAP bedeutet »continuous positive airway pressure« (»kontinuierlich positiver Atemwegsdruck«). Bei dieser Therapie ist das Tragen einer Atemmaske erforderlich, die während des gesamten Schlafs für einen leichten Überdruck auf die Atemwege sorgt.

Depressionen – Krise oder Chance?

Bei einem Wetter, sonnig und warm, das so gar nicht zum Thema des Abends passte, ging es am 27.09. im 17. Vortrag des Gesundheitsforums der TG Groß-Karben um »Depres-



Der TG-Vorsitzende Martin Menn stellte die Referentin vor

sion – Krise oder Chance?«. Über dieses Thema referierte die Oberärztin Renate Munzig, die derzeit die Psychiatrische Tagesklinik des Mitveranstalters Gesundheitszentrum Wetterau in Bad Salzhausen leitet. Sie informierte ausführlich über die

Symptome von Depressionen, Häufigkeit und Verlauf dieser psychischen Erkrankung, über deren Ursachen, über Ansätze zur Behandlung und die Praxis in der Tagesklinik. Nach ihrem Vortrag stellte sich die Referentin noch den Fragen aus ihrem Publikum.

Klassifizieren lassen sich Depressionen grob in affektive Störungen, Anpassungsstörungen und Depressionen im Rahmen organischer Erkrankungen. Unter die affektiven Störungen fallen sowohl bipolare Störungen – himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt, also gefühlsmäßige Achterbahnfahrten – als auch unipolare, d.h. Störungen ohne die manischen Phasen. Von Anpassungsstörungen spricht man, wenn die Depression auf ein belastendes Ereignis wie den Tod eines Angehörigen zurückzuführen ist. Unter den organisch Erkrankten, die von Depressionen heimgesucht werden können, stechen Parkinson-Patienten hervor, die zu 45 Prozent entsprechende Probleme haben, und Schlaganfall-Patienten, bei denen die Quote bei 25 Prozent liegt. Auftreten können Depressionen auch gemeinsam mit anderen psychischen Erkrankungen wie Angst- oder Zwangsstörungen oder Alkohol-, Drogen- und Medikamentenabhängigkeit.

In einem kleinen Exkurs streifte Renate Munzig auch das Thema Burnout, bevor sie in einer 14-stufigen »Spirale der Erschöpfung« den Weg abwärts in die Depression nachzeichnete. Dann machte sie deutlich, dass Depression eine tödliche Krankheit sein kann. Zwar versuchen »nur« 15 Prozent der Erkrankten, Selbstmord zu begehen, aber bis zu 75 Prozent aller Suizide werden durch Depressionen verursacht. Damit ist in den Industrienationen die Anzahl der Suizidopfer deutlich höher als die der Verkehrstoten. In der Bundesrepublik leiden aktuell vier Millionen Menschen an einer Depression, acht Millionen erkranken daran ein- oder mehrmals im Leben.

Nachdem sie genauer auf den Verlauf und die verschiedenen Ursachen von Depressionen eingegangen war, befasste sich die Referentin eingehend mit den Behandlungsmöglichkeiten und brachte dazu auch Beispiele aus ihrer eigenen Praxiserfahrung. Als zwiespältig bezeichnete sie dabei den Einsatz von Antidepressiva, also die Pharmakotherapie, weil es dabei in bis zu 50 Prozent der Fälle zu Nebenwirkungen komme. Deshalb sei bei leichten Fällen eher davon abzuraten.

Anzeige

Neue Apotheke
Gemeinsam für Ihre Gesundheit



Öffnungszeiten		
Montag – Freitag	8.00 – 18.30	Tel./What's app: 06039 – 3591
Samstag	8.00 – 13.00	Mail: info@neue-apotheke-karben.de

'ne halbe Stunde gegen Krebs

Am 14.09.2018 folgten einige Teilnehmer der Rehabilitationsgruppe Sport bei Krebs mit Simone Marx und Isabel Theis einer Einladung des Frankfurter Nord-West-Krankenhauses zu der Veranstaltung »'ne halbe Stunde gegen Krebs – Bewegung, Ernährung, geselliges Miteinander«. Das Veranstaltungsprogramm war sehr umfangreich. Ein offenes Gespräch mit dem ehemaligen Profihandballer Michael Roth, der selbst an Krebs erkrankt war, wurde als Programmpunkt angeboten. Im Flur gab es verschiedene Informationsstände, beispielsweise zur Ernährungstherapie, zur onkologischen Pflege, zur Seelsorge und Patientenhilfe. Einrichtungen wie das Institut für onkologische Sport- und Bewegungstherapie, die Rehabilitationsklinik Bellevue aus Bad Soden-Salmünster, die Frauenselbsthilfegruppe nach Krebs, der Landessportbund und der Ratgeber Magen- und Speiseröhrenkrebs stellten sich vor.



Natürlich durfte der sportliche Teil nicht fehlen. Die TG-Gruppe nahm an der Yogastunde für Krebspatienten »eine Stunde im Sinne von »Mut macht gut!« und an der Stunde Faszientraining mit dem Theraband teil. Damit hatte die Gruppen Entspannung und Bewegung an diesem Tag gut dosiert. Andere Angebote wie Yin&Klang, meditatives Malen, Walking und eine zauberhafte Reise mit dem Zauberer Ello wurden zeitgleich angeboten. Der Ausflug nach Frankfurt endete mit einer kleinen Mahlzeit vom reichhaltigen Büfett.

Aufmerksam geworden auf die Veranstaltung war die Turngemeinde durch das Netzwerk Krebs, das sie seit etwa zwei Jahren mit dem Nord-West-Krankenhaus pflegt. Die Abteilung Hämatologie und Onkologie von Prof. Dr. med. Elke Jäger ist federführend für Sport bei Krebs in ganz Deutschland. Prof. Jäger wird 2019 im Gesundheitsforum der TG über das Thema »Bewegung bei Krebs« sprechen.

Aufmerksam geworden auf die Veranstaltung war die Turngemeinde durch das Netzwerk Krebs, das sie seit etwa zwei Jahren mit dem Nord-West-Krankenhaus pflegt. Die Abteilung Hämatologie und Onkologie von Prof. Dr. med. Elke Jäger ist federführend für Sport bei Krebs in ganz Deutschland. Prof. Jäger wird 2019 im Gesundheitsforum der TG über das Thema »Bewegung bei Krebs« sprechen.

Zu Gast im Märchen

Der diesjährige Ausflug der Damengymnastikgruppe der TG führte im September in die Märchenregion der Gebrüder Grimm in Nordhessen, in die Dornröschenstadt Hofgeismar und ihre Umgebung. Die Gruppe berichtet:

»Mit drei Autos machten wir uns zu zehnt auf, um die Schönheiten Nordhessens zu erkunden. Erster Treffpunkt war das Schloss Wilhelmsthal bei Calden. Eine Führung durch das schöne Gebäude brachte uns viele Details aus der Zeit näher. Endlich wissen wir auch, dass die arsengefärbten grünen Tapeten in einem der vielen Schlafzimmer für den Ausdruck giftgrün sorgten, denn viele der Gäste in diesem Zimmer waren aufgrund von Vergiftungen verstorben.

Weiter ging es ins Stadtmuseum nach Hofgeismar. Neben der frühzeitlichen Geschichte der Region und archäologischen Funden, die von einem ehemaligen Lehrer und jetzigen Mu-

seumsleiter mühevoll zusammengetragen wurden, verbirgt sich in dem Museum eine einzigartige Sammlung über die Geschichte der Hugenotten, welche in dieser Region Nordhessens nach ihrer Vertreibung aus Frankreich gesiedelt haben. Gemeinsam mit dem Museum in Karlshafen wird die



Geschichte der Hugenotten in allen Einzelheiten dargestellt. Besonders hervorzuheben ist die sehr umfangreiche Sammlung an Hugenottenbibeln. Beim anschließenden Stadtrundgang in Hofgeismar lernten wir etwas über die Geschichte der Stadt und sahen den bekannten Renaissancealtar. Auch die Würfelturmsage am Würfelturmdenkmal lernten wir kennen.

Am Samstag stand zunächst der Besuch des Apothekermuseums auf dem Programm. Auch dieses ist in seiner Art einzigartig, da es die jahrhundertealte Geschichte der Apothekerfamilie Sander erzählt. Es enthält Stücke in seiner Sammlung vom Mittelalter bis zur Neuzeit, insbesondere auch komplette Apothekeneinrichtungen aus dem 18. Jahrhundert.

Danach ging es weiter in den Urwald im Reinhardswald, einem alten Eichenwald, dessen Entstehung auf einer Sage beruht. Durch den Urwald, einen ehemaligen Hutewald, führt ein Rundweg entlang von vielen alten Bäumen, für die man bis zu zehn, zwölf Personen braucht, um einen Stamm zu umringen. Zum Abschluss des Tages besuchten wir das Dornröschen Schloss Sababurg und hörten das Märchen von Dornröschen.

Am Sonntag ging es zunächst nach Kassel auf den Herkules mit einem guten Blick über Kassel. Dort hörten wir die letzte Sage des Wochenendes von Herkules und den drei goldenen Äpfeln, welche die Herkulesfigur auf dem Denkmal in der Hand hält. Von dort ging es mit dem Wasser entlang des Steinhöfer Wasserfalls, der Teufelsbrücke und des Aquädukts bis runter zum Lac und der abschließenden Fontäne der Wasserspiele vor dem Schloss Wilhelmshöhe. Von dort erfolgte dann die Abreise nach sagen- und märchenumwobenem Wochenende.«

Neues Angebot: Power Gym

Mit einer Schnupperstunde startete die TG am Sonntag, dem 21.10.2018, ihr neues Kursangebot »Power Gym« unter dem Motto »Fit in den Winter«. Die beiden Übungsleiterinnen Lucy Adler und Stephanie Weyland bieten seither jeweils von 10.00 bis 11.00 Uhr in der Sporthalle am Park und im Familiensportpark nebenan ein effektives Ganzkörpertraining an, bei dem Ausdauer, Kraft und Koordination in einfachen Übungsabfolgen zu peppiger Musik trainiert werden. Danach folgt ein kurzes knackiges »Bauch intensiv«-Workout. Mitmachen kann jeder, denn jeder trainiert auf seinem Level. Diese Art von Training eignet sich auch gut für die Vorbereitung von sportlichen Aktivitäten in der Wintersaison.

VOLLEYBALL

Damen 1: Ein holpriger Start in die Saison

Die erste Mannschaft der Turngemeinde hatte nach der Saison 2017/18 mehrere Abgänge zu verkraften. Bruna Tocantins de Lima, Tatjana Metz und Julia Stein sind aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr dabei. Tatjana Henkel, Ina R. und Helen Schäfer stehen nur noch im Notfall als Backup bereit. Neu hinzugekommen sind im Sommer Maja Leutar vom Regionalliga-Aufsteiger HTG Bad Homburg für den Mittelblock und Janina Hecht von der zweiten Mannschaft des SSC Bad Vilbel als Zuspielerin. Als weitere Verstärkung folgte im Oktober Natalia Rusakova. Sie hatte sich zuletzt auf Beachvolleyball konzentriert und war zuvor bei DSW Darmstadt, der FTG Frankfurt und Eintracht Frankfurt aktiv. Auch mit den Neuzugängen ist der Kader der TG relativ klein, so dass an manchen Spieltagen nur acht oder neun Spielerinnen antreten können und die Formation immer mal wieder umgestellt werden muss. Unter diesen Umständen war mit einem holprigen Saisonstart zu rechnen. Und so kam es dann auch.

Langes Warten auf den ersten Sieg

Sieht man vom Anfang und Ende ab, haben die Volleyballerinnen der TG Groß-Karben in ihrem ersten Heimspiel der Saison am 16.09. der FSV Bergshausen gut Paroli geboten und Satz zwei sogar für sich entscheiden können. Auf Grund des früh verlorenen ersten Satzes und eines vierten Satzes, in dem nach der Hälfte der Faden riss, gingen sie am Ende jedoch mit einem 1:3 (14:25, 25:23, 23:25, 15:25) vom Platz.

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

Anders als 2017 hingen die Trauben für die Karbenerinnen am 22.09. in Bad Vilbel zu hoch. Sie unterlagen der zweiten Mannschaft des SSC mit 0:3 (11:25, 24:26 und 16:25) und rutschten in der Oberligatabelle ab auf Platz acht. Auch in ih-



Maja Leutar gegen den Block des TV Jahn Kassel

rem zweiten Heimspiel konnten die TGlerinnen am Nachmittag des 30.09. nicht punkten. Sie unterlagen dem alten und neuen Tabellenführer der Oberliga Hessen, dem USC Gießen, vielmehr glatt mit 0:3 (14:25, 17:25 und 21:25). Die TG steht seit dieser Niederlage, da der TV Waldgirmes2 gegen den TSV Hanau seinen ersten Punkt holte, nur noch auf Platz neun der Tabelle. Gegen den TSV Hanau konnten die Volleyballerinnen der TG in ihrem dritten Heimspiel am 20.10. erneut nicht punkten, sondern hatten mit 0:3 (11:25, 22:25 und 21:25) das Nachsehen.

Im fünften Saisonspiel zeigte die TG ihre bis dahin beste Saisonleistung, musste sich aber am Ende dem TV Waldgirmes2 beugen. Sie schaffte es zwar bis in den Tiebreak, verlor den aber glatt mit 6:15 und damit das Spiel mit 2:3 (25:19, 18:25, 25:21, 18:25 und 6:15). Das brachte immerhin den ersten Punkt aufs Konto. Diesem Punktgewinn folgte eine weitere Auswärtsniederlage am 03.11. in Bensheim gegen den TSV Rot-Weiß Auerbach mit 1:3 (14:25, 19:25, 25:16 und 17:25).

Erst im vierten Heimspiel am 18.11. platzte der Knoten, die Turngemeinde besiegte den TV Jahn Kassel mit 3:1 (12:25, 25:23, 25:17 und 25:17) und baute damit den Vorsprung auf diesen Gegner auf vier Punkte aus, blieb aber auf dem neunten Tabellenplatz. Nicht ganz so gut lief es ein Spiel später am 25.11. gegen den VfL Marburg. Die Karbenerinnen konnten diesem Gegner zwar lange Zeit mit einem starken Auftritt Paroli bieten, doch nach dem unglücklich verlorenen zweiten Satz bekam der VfL langsam Oberwasser, gewann den dritten Satz mit Mühe und setzte sich im vierten dann deutlich durch. Am Ende hieß es 1:3 (25:21, 22:25, 21:25 und 14:25) aus Karbener Sicht. Da der TV Waldgirmes2 im Parallelspiel die FSV Bergshausen mit 3:0 schlug, vergrößerte sich der Rückstand der TG auf Platz acht auf fünf Punkte,

Damen 2 jetzt in der Kreisliga

Die zweite Mannschaft der TG Groß-Karben hat in der letzten Saison in der Kreisklasse Friedberg/Hanau gespielt und sich dort sehr gut behauptet. Am vorletzten Spieltag stand sie noch auf Platz zwei der Tabelle, aber dann gab es zum Saisonfinale Niederlagen gegen die TG Neuenhaßlau 2 und die VGG Gelnhausen 4 und der Traum vom Aufstieg schien ausgeträumt. Trainerin Christina Fritsch: »Wir hätten den zweiten Platz in eigener Hand gehabt, jedoch leider durch Nervosität und Fehler nur den 3. Platz belegt. Also kein Aufstieg aus eigener Kraft. Dann kam die Anfrage, ob wir Interesse hätten, als Drittplatzierter in die Kreisliga aufzusteigen. Dies haben wir in der Mannschaft stark diskutiert, da wir natürlich auch durch Uni und Berufsleben einige Abgänge haben, die nicht immer wie im Vorjahr beim Training sein können. Trotzdem haben wir uns dann als Team für die Kreisliga entschieden. Wir wollen dort Erfahrungen sammeln und unser Bestes geben wie im Jahr davor und natürlich auch versuchen, Spiele zu gewinnen.«

Das ist am ersten Spieltag leider nicht gelungen. Gegen die alten Bekannten aus Neuenhaßlau gab es eine 0:3-Niederlage (20:25, 20:25 und 8:25). Christina Fritsch meinte hinterher allerdings: »Das Spiel hätte auch anders ausgehen können«, beklagte die Nervosität ihres Team und den Umstand, dass wegen der Herbstferien nicht alle dabei waren.

Bis Ende November hat die zweite Mannschaft der TG sechs Spiele absolviert. Am 21.10. musste sie sich in ihrem ersten Heimspiel gegen die VGG Gelnhausen 4 (Foto unten)



mit 0:3 (9:25 19:25 und 11:25) geschlagen geben, gewann anschließend aber gegen DJK Freigericht 2 mit 3:1 (14:25, 25:14, 25:23 und 25:23) und holte so ihre ersten Punkte. Eine Woche später folgten zwei weitere Heimspiele. Im ersten gab es eine deutliche 0:3-Niederlage (15:25, 17:25 15:25) gegen den TV Schlüchtern; im zweiten ging es gegen den Tabellenzweiten TV Lieblos, und dem setzten die Karbenerinnen energischen Widerstand entgegen. Sie entschieden den ersten und dritten Satz ganz knapp für sich und schafften es bis in den Tiebreak, mussten sich dort dann doch geschlagen geben. Immerhin brachte die 2:3-Niederlage (29:27, 12:25, 27:25, 17:25 und 6:15) einen weiteren Punkt aufs Konto. Beim Auswärtsspiel gegen die VGG Gelnhausen 4 am 17.11. konnten die TGlerinnen lediglich den zweiten Satz für sich entscheiden und kamen mit einem 1:3 (25:27, 25:21, 20:25 und 16:25) nach Hause. Mit aktuell vier Punkten stehen sie auf Platz fünf der Tabelle.

BADMINTON

Mixed-Team: Bronze beim Eber-Cup

Nach zwei Jahren Pause fand am Samstag, dem 09.06., in der Hirtengrundhalle von Darmstadt-Eberstadt wieder der Eber-Cup statt, ein Badminton-Turnier für Hobby- und Freizeit-Spieler, an dem sich Mitglieder der Badminton-Gruppe der TG Groß-Karben auch früher schon beteiligt haben. Diesmal traten für die Turngemeinde Victoria Woelffel und Oliver Matz im Mixed an und schafften es hinter zwei Teams aus Sinsheim und Eberstadt auf den dritten Platz.

Das beliebte Turnier hatte in den beiden vergangenen Jahren ausfallen müssen, weil die Hirtengrundhalle geschlossen war. Diesmal war es in der Halle ähnlich heiß wie draußen, wo die Sonne den ganzen Tag strahlte. Volker Schmid, Abteilungsleiter Badminton beim Veranstalter TG 07 Eberstadt e.V., hinterher zu den Teilnehmern: »Intensivste Schweißflecken zierte die Spielflächen, und Euch, den teilnehmenden Spielern, gilt unsere höchste Anerkennung, dass ihr Euch dennoch alle so toll ins Zeug gelegt habt. Es gab gleich mehrere »Wahnwitzige«, die sowohl am morgendlichen Mixed als auch nachmittags am Herren-/Damendoppel mitmachten und dabei 14 Spiele absolvierten. B wie Bravo ... B wie Begeisterung ... B wie Breitensport!«

Bei dem in diesem Jahr auf einen Tag begrenzten Turnier waren im Mixed 18 Teams am Start und in den Doppelwettbewerben 2, darunter sowohl erfahrene Spieler mit, so Volker Schmid, »durchaus Liga-Niveau« als auch »unerfahrene Spieler ...«, die auch mal Badminton-Wettkampf-Luft schnuppern wollten.«

Gute Platzierungen beim Wetterau-Cup

Einen zweiten und einen dritten Platz holten sich die Badmintonspielerinnen und -spieler der TG Groß-Karben Mitte Juni beim Wetterau-Cup 2018 der TG Friedberg. Im Mixed-Wettbewerb der Hobby-Spieler wurden Victoria Woelffel und Linus Gottwald Zweite (Foto unten links bei der Siegerehrung). Zusammen mit Silvia Eckert belegte Victoria Woelffel zudem im Damendoppel Platz drei. Silvia Eckert und Holger Heerlein schafften es im Mixed zwar bis ins Viertelfinale, sind dort aber ausgeschieden.



Reha-Wassergymnastik* A	Dienstag Dienstag Mittwoch Donnerstag	19.30 – 20.15 20.15 – 21.00 07.30 – 08.15 07.30 – 08.15	Hallenfreizeitbad	Susanne Niehaus-Kronshage Eva Dettingmeijer	 	060 34/939939 060 39/4846149
Reha-Sport b. Atemwegserkrankungen* A	Freitag Freitag	08.50 – 09.50 10.00 – 11.00	Sporthalle am Park Sporthalle am Park	Susanne Niehaus-Kronshage	 	060 34/939939
Power Gym* A	Sonntag	10.00 – 11.00	Sporthalle am Park	Lucy Adler und Stephanie Weyland Info: Heike Waller		060 39/7746
BADMINTON	Tag	Uhrzeit	Ort	Holger Heerlein		01 72 / 6 53 95 71
Badminton Schüler/Schülerinnen	Montag	16.00 – 17.30	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	Info: Holger Heerlein		01 72 / 6 53 95 71
Badminton Jugendliche	Montag	17.30 – 19.30	Neue Halle der KSS	Erik Jakob Info: Holger Heerlein		01 72 / 6 53 95 71
VOLLEYBALL	Tag	Uhrzeit	Ort	N.N.		
Damen 1 – Oberliga Hessen	Dienstag Donnerstag	20.15 – 22.30 20.15 – 22.30	Neue Halle der KSS Alte Halle der KSS	Ansprechpartnerin: Tatjana Henkel		060 39/2099987
Damen 2 – Kreisliga Friedberg/Hanau	Dienstag Donnerstag	18.00 – 20.15 18.00 – 20.00	Alte Halle der KSS Neue Halle der KSS	Christina Fritsch		01 76/60 00 72 72
Jugend (weiblich) Jugend (männlich) Jugend (gemischt)	Dienstag Mittwoch Freitag	18.00 – 20.00 17.30 – 18.45 16.30 – 18.30	Neue Halle der KSS	Tatjana Henkel und Dorothea Schmidt Carsten Sachse Tatjana Henkel und Carsten Sachse		060 39/2099987
Mixed-Gruppe	Freitag	18.30 – 20.00	Neue Halle der KSS	Helen Schäfer Tatjana Henkel		01 76/60 00 72 72 060 39/2099987
LEICHTATHLETIK	Tag	Uhrzeit	Ort	Simone Keßler		0 60 39 / 4 55 88
Schüler/Schülerinnen U18 + U16 + U14 + U12 U16 + U18 + U20	Mittwoch Freitag Montag	17.15 – 18.45 18.00 – 19.45 17.00 – 20.15	Neue Halle der KSS im Sommer Stadion Stadion Neue Halle der KSS im Sommer Stadion	Klaus Persy und Simone Kessler und Janine Stavenow		0175/5054655 060 39/45588 060 39/926543
Schüler/Schülerinnen U10 + Minis 6 – 7-Jährige A 8 – 9-Jährige A	Donnerstag Donnerstag	16.30 – 18.00 16.30 – 18.00 16.30 – 18.00 16.30 – 18.00	Sporthalle am Park im Sommer Stadion Sporthalle am Park im Sommer Stadion	Florian von Fichte und Nina Weiß Ansprechpartnerin: Simone Kessler		060 39/45588
Sportabzeichen alle Altersklassen Mai – Oktober	Mittwoch	17.00 – 18.30	Stadion an der Waldhohl	Willi Baumgartl und Richard Diegel		060 39/7828 060 39/44073
Walkingtreff – Erwachsene	Montag	09.00	Sporthalle am Park	Jürgen Vorwerk		060 39/41063
Lauftreff – Ambitionierte Läufer/ Läuferinnen (> 11 km)	Dienstag Donnerstag	18.00 18.00	Sporthalle am Park im Sommer Trimpfad	Karl-Heinz Fünffinger		060 34/7310
Lauftreff – Einsteiger A	Dienstag und/oder Donnerstag	18.00	Sporthalle am Park	Karl-Heinz Fünffinger		060 34/7310
FREIZEIT	Tag	Uhrzeit	Ort	N.N.		
Fit ins Wochenende – Erwachsene	Freitag	19.00 – 20.00	Sporthalle am Park	Lucy Adler, Desirée Haas, Steph. Weyland		060 39/2099275
Kickbox-Aerobic* Jugendl./Erwachsene	Donnerstag	19.00 – 20.00	Sporthalle am Park	Regina Durand		060 39/45584
Callanetics – Erwachsene	Montag	18.30 – 19.30	Sporthalle am Park	Christiane Iwanus		060 39/7764
Outdoor Fitness	Dienstag	20.00	Schulhof der KSS	Corinna Kaltwasser		060 39/7533
TURNSPIELE	Tag	Uhrzeit	Ort	Ulrich Bick		0 60 39 / 63 94
Ringtennis alle Altersgruppen	Montag	17.15 – 19.30 Winter: – 19.00	Neue Halle der KSS	Hendrik Freitag Info: Ulrich Bick		060 39/6394
Ringtennis – Schüler und Jugend	Freitag	16.00 – 18.00	Neue Halle der KSS	Hendrik Freitag Info: Ulrich Bick		060 39/6394
Ringtennis – Erwachsene und Jugend	Donnerstag	20.15 – 22.15	Neue Halle der KSS	Ulrich Bick		060 39/6394
Faustball – Herren	Montag	20.00 – 22.00	Neue Halle der KSS	Michael Eidenmüller		060 39/9395377

Legende

* Die gekennzeichneten Kurse unterliegen einer speziellen Abrechnung.

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 eines Arztes – direkt mit Ihrer Krankenkasse abgerechnet werden.

LEICHTATHLETIK

LAUFEN

Zwischen Karben und Frankfurt

Die Läufer der TG-Groß-Karben starteten in diesem Sommer und Herbst hauptsächlich bei Wettkämpfen in der näheren Umgebung. So nahmen zwei TGler – viele ihrer Laufkollegen konnten aufgrund privater und beruflicher Verpflichtungen nicht starten – am 28.10.2018 am Mainova Frankfurt Marathon teil. Gundolf Dunkel brauchte knapp 5:42 Stunden für die 42,195 km und wurde damit in seiner Altersklasse M70 Vierter bei den Hessischen Marathonmeisterschaften. Thomas Simon schaffte es ebenfalls bis ins Ziel in der Frankfurter Festhalle. Er brauchte ein paar Minuten weniger als sein Vereinskamerad.

Gundolf Dunkel Erster in seiner Altersklasse beim Karbener Stadtlauf

Drei Läufer der TG-Groß-Karben haben sich am 12.08. am 29. Karbener Stadtlauf beteiligt, der alljährlich vom KSV Karbener Sportverein 1890 e.V. veranstaltet wird. Besonders erfolgreich war dabei Gundolf Dunkel, der sich auf die Halbmarathon-Strecke wagte und nach 2:18:25 Stunden ins Ziel kam. Das bedeutete Platz eins in seiner Altersklasse M70 und Platz 109 unter den insgesamt 112 Teilnehmern, die durchhielten.

Nicht ganz so lange unterwegs waren Volker Heidrich und Oliver Feyl (Foto oben links bzw. rechts bei der zweiten



Runde), denn sie hatten sich »nur« die 10-Kilometer-Strecke vorgenommen. Volker Heidrich brauchte für diese Distanz weniger als eine Stunde, genau 56:22 Min., und landete damit in der Altersklasse M65 auf dem zweiten Platz bzw. unter den insgesamt knapp 100 Teilnehmern, die ins Ziel kamen, auf Platz 82. Oliver Feyl, für den der Stadtlauf der erste Wettkampf überhaupt war, traf sogar sechs Sekunden früher im Ziel ein und belegte damit in der Gesamtwertung Platz 81. In seiner Altersklasse M45 war dies immerhin der 14. Platz.



Götz Siebert verstorben

Mit großer Bestürzung haben wir die Nachricht aufgenommen, dass unser Sportfreund Götz Siebert unerwartet im 64. Lebensjahr verstorben ist.

Mit Götz verlieren wir einen tollen Menschen, der unseren Verein lange Zeit in vielfacher Weise geprägt hat. In der Vereinsführung hat er unseren Mitgliederbestand mit betreut. Jahrelang war er verantwortlich für unser Marathonteam und hat als Trainer aus vielen Laufanfängern gute bis sehr gute Langstreckenläufer gemacht.

Seine große Leidenschaft aber war es, selbst als Läufer unterwegs zu sein. Er hat an zahllosen Wettkämpfen in ganz Europa teilgenommen, sei es ein 10 km-Lauf oder ein Ultra-Marathon. Immer war er ein positiver Botschafter unseres Vereins.

Besonders lag ihm unsere Freundschaft zu den Sportlerinnen und Sportlern unserer Partnerstadt St. Égrève am Herzen. Er hat den Kontakt zu unseren französischen Freunden/innen gehalten und für die Partnerschaftsbesuche in Karben immer besondere Wettkämpfe gefunden, die wir gemeinsam absolviert haben. Vor allem zu erwähnen ist hier der Staffellauf der beiden Vereine von St. Égrève nach Karben 2005.

Wir werden Götz sehr vermissen und immer gerne an ihn denken. Unsere tiefe Anteilnahme und unser Mitgefühl gelten seiner Frau Irmis und den Kindern.

Martin Menn
1. Vorsitzender

LEICHTATHLETIK

Malin Stavenow Hessenmeisterin

Mit einem weiten Satz auf 5,86 m holte sich TG-Leichtathletin Malin Stavenow (Jahrgang 2001) im Juni bei den Hessenmeisterschaften der Altersklasse U18 in Fulda den Titel. Und nicht nur das: Die Weite bedeutet auch die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften Ende Juli in Rostock.

Gleich im ersten Sprung sicherte sich Malin Stavenow, die seit vergangenem Jahr dem hessischen Weitsprung-Kader um Landestrainer Peter Rouhi angehört, mit einer Weite von 5,52 m den Einzug in den Endkampf. Den begann sie mit ihrem beeindruckenden Sprung auf die spätere Siegesweite und ließ noch weitere gute Sprünge auf 5,71 m und 5,67 m folgen. Lediglich Saskia Lindner (*Foto unten links neben Malin Stavenow*) von der LG Eintracht Frankfurt war beim Wettkampf in Fulda eine ernsthafte Konkurrentin. Sie sprang auf 5,78 m und sicherte sich Platz zwei.

Über eine gute Leistung konnte sich bei den Landesmeisterschaften auch Max Wilcke freuen. Seine Zeit von 11,53 Sek. über 100 m bedeutete eine neue Bestleistung. Der 18-Jährige, der eigentlich in der Altersklasse U20 startet, war bei den Männern angetreten.

Mini-Marathon in Frankfurt

Flott unterwegs waren die Leichtathleten der TG Groß-Karben beim Mini-Marathon in Frankfurt, für den anlässlich des Mainova Frankfurt Marathons am 28.10. der

Startschuss fiel. Zehn Athleten hatten sich für diesen Lauf – zurückgelegt wird ein Zehntel der Marathonstrecke, also 4,2 km – angemeldet. Bei empfindlich kalten Temperaturen und einem eisigen Wind nahmen Lina Borgerding, Amelie Freund, Malin Stavenow, Tara Pirwayssian, Zabeeh Ghumman, Marvin Schriever, Jan Frieder Huschens, Navid Pirwayssian, Tobias Hartmann und Finn Stavenow die Strecke in Angriff und liefen schließlich in flotten Zeiten über den roten Teppich in der Frankfurter Festhalle ins Ziel ein. Schnellster des TG-Teams war Jan Frieder Huschens in beachtlichen 19,18 Min., dicht gefolgt von Zabeeh Ghumman in 21,01 Min. Bei den Mädchen war Amelie Freund in 27,03 Min. als erste TG-Athletin im Ziel.

**TURNSPIELE**

RINGTENNIS: FORTSETZUNG VOM TITEL

Von Kieselbronn nach Karben

Der Ringtennis-Sommer begann sozusagen mit einem Auswärtsspiel: den Süddeutschen Meisterschaften, die am Wochenende 16./17.06.2018 in Kieselbronn stattfanden und gleichzeitig die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften Anfang September in Karben darstellten. Schon bei diesen Meisterschaften zeigte sich die Ringtennisgruppe der TG von ihrer besten Seite. Am Ende der Wettkämpfe, an denen rund 100 Spielerinnen und Spieler teilnahmen, standen für sie vier erste, sieben zweite und vier dritte Plätze zu Buche. Erfolgreichstes Mitglied der Karbener Delegation war Henrike Jansen, die nicht nur im Einzel der weiblichen Jugend 11–14 siegte, sondern zusammen mit Sarah Engelken auch noch Silber im Doppel und im Doppel nach dem WTF-System sowie zusammen mit Carl Seelisch auch im Mixed ihrer Altersklasse holte.

Die weiteren Goldmedaillen für die TG holten Vincent Grunenberg im Einzel der Jugend 11–14, Samuel Jansen und Jonas Kruse im Doppel der Jugend 15–18 sowie Ulrich Bick und Nicola Elsner im Mixed 50. Die vier weiteren zweiten Plätze belegten Nicola Elsner im Fraueneinzel 40, Hannes Bertelsmann und Carl Seelisch im Doppel und im Doppel nach



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

WTF-System 11–14 sowie Sabine Jansen und Nicola Elsner im Frauendoppel 40. Dritte Plätze holten Carl Seelisch im Jugendeinzel 11–14, Wolfhardt Breiksch im Männereinzel 40, Ulrich Bick im Männereinzel 50, Malte Jansen und Bennet Marx im Doppel 11–14 sowie Vincent Grunenberg und Malte Jansen im Doppel nach WTF-System in dieser Altersklasse.

Jenseits der Plätze auf dem Siegerpodest erreichten die Karbener weitere hervorragende Platzierungen, etwa Hendrik Freitag als Vierter im Männereinzel. Ebenfalls auf vierten Plätzen landeten Malte Jansen im Jugendeinzel 11–14 sowie Amon Steinert und Jannek Breiksch im normalen und im WTF-Doppel dieser Altersklasse. Insgesamt ist damit der Plan von Abteilungsleiter Ulrich Bick aufgegangen, möglichst viele Spielerinnen und Spieler seines Vereins für die Deutschen Meisterschaften zu qualifizieren.



Ein Weltmeister aus Karben

Am 10.08.2018 konnte die TG Groß-Karben den ersten Weltmeister aus ihren Reihen begrüßen. Hendrik Freitag (*Foto oben rechts an der Fahne*) kehrte aus Minsk zurück, wo er am Mittwoch zuvor mit der Deutschen Nationalmannschaft bei den Ringo- und Ringtennisweltmeisterschaften im Team-Wettbewerb den Titel gewonnen hatte. Der bislang größte Erfolg in einer Karriere, die längst nicht ihren Gipfel erreicht hat. Und ein Erfolg natürlich auch für seinen Trainer Ulrich Bick, der das Nachwuchstalents erkannt, seit Jahren gefördert und jetzt freudestrahlend auf dem Frankfurter Flughafen empfangen hat.

Der Stern ging schon 2008 auf, als Hendrik Freitag bei den Deutschen Meisterschaften in Karben den Gästen in einem Einlagespiel die erfolgreiche Nachwuchsarbeit der TG demonstrierte. Seither hat er alle Schüler- und Jugendklassen durchlaufen und jeweils Titel gesammelt. Das begann 2011, als er gemeinsam mit Simona Wolf im Mixed seiner Altersklasse Deutscher Meister wurde. Der nächste große Schritt war 2014 die Berufung in den nationalen B-Kader. In den Jahren danach gehörte Hendrik Freitag nicht nur selbst zum Ringtennisnachwuchs der TG, sondern kümmerte sich zunehmend auch um das Training der Jüngeren und machte an der Kurt-Schumacher-Schule Werbung für seinen Sport. 2015/16 ließ er sich zum Trainer ausbilden und erhielt Ende Januar 2016 mit nicht einmal 18 Jahren die Lizenz als Trainer C/Leistungssport Ringtennis. Auch im Verband engagiert er sich und organisierte 2017 in seiner Funktion als Bundesjugendfachwart erstmals ein Trainingscamp in Karben mit 64 jugendlichen Teilnehmern und sechs namhaften Trainern aus der ganzen Bunderepublik.

Neben diesen Aktivitäten vernachlässigte der Nachwuchstar nicht das eigene Training und beeindruckte mit seinen Leistungen Bundestrainer Thomas Bleile und sein Team so sehr, dass er am Rande der letzten Deutschen Meisterschaften in den 16-er-Kader für die WM in Minsk berufen wurde. Spätestens da zeichnete sich die Chance, Weltmeister zu werden, am Horizont ab, denn die deutschen Teams hatten schon bei den vorherigen Weltmeisterschaften Gold geholt.

Dieses Jahr beließen sie es nicht bei Team-Gold, sondern setzten sich in Minsk auch in allen anderen fünf Ringtenniswettkämpfen durch. Zum Weltmeister im Herren-Einzel kürte sich Fabian Ziegler, gefolgt von vier weiteren Deutschen auf den Plätzen zwei bis fünf. Das Damen-Einzel entschied Nicole Brose im Endspiel gegen ihre Mannschaftskameradin Naëmi Singrün für sich. Auf Platz drei landete Valerie Häßlich. Auch in den Doppelkonkurrenzen lagen am Ende die deutschen Teams vorn und holten Gold und Silber. Der Titel bei den Herren ging an Alexej Ermak und Timo Hufnagel, bei den Damen an Naëmi Singrün und Nicole Brose. Im Mixed gewannen Timo Hufnagel und Michaela Güthling gegen Maximilian Speicher und Tatjana Schutte.

Erfolgreich beim 14. Kids-Cup Hessen

Zwei Wochen vor den Deutschen Meisterschaften hat die TG Groß-Karben ungeplant auch noch den Kids-Cup Hessen ausgerichtet, ein Nachwuchsturnier auf Landesebene für Kinder im Alter von bis zu zwölf Jahren. Die Austragung wurde kurzfristig nach Karben verlegt, weil es für die große Anzahl der Karbener Kinder, die teilnehmen wollten, nicht genügend Fahrgelegenheiten nach Roßdorf gab, wo der Wettbewerb ursprünglich stattfinden sollte.

Insgesamt starteten 14 Kinder, 7 Mädchen und 7 Jungen, auf dem frisch präparierten Ringtennisfeld an der TG-Halle. Nach Vorrunden und Endrunden standen Karbener Kinder ganz oben auf der Siegetreppe: Bei den Mädchen gewann souverän Sarah Engelken den Wettbewerb vor Amalia Thiem (beide TG) und Maja Hermann aus Roßdorf. Weitere Karbener Spielerinnen kamen auf die Plätze vier (Nino Mager) und sechs (Nele Breiksch).

Den Karbener Jungs gelang es, die ersten vier Plätze zu belegen: 1. Jannek Breiksch, 2. Amon Steinert, 3. Tom Auerbach und 4. Jan Auerbach.

Anzeige



www.margarethenhof.de

-Landwirtschaftliche Produkte direkt vom Erzeuger -

Einkaufsbauernhof




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

-ausreichende Parkmöglichkeiten im Hof vorhanden-

Wir freuen uns auf Ihren Besuch,
Ihre Familie Klem
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!




Die Welt-Elite in Karben

Fünf Wochen nach ihrem Triumph bei den Weltmeisterschaften in Minsk waren Nicole Brose (TV Heddesdorf | *Foto unten*) und Fabian Ziegler (ESG Karlsruhe) am 08.09. auch bei den Deutschen Meisterschaften in Karben nicht zu schlagen und verteidigten ihre Titel im Einzel. Beide holten jeweils auch noch ein zweites Mal Gold im alternierenden Doppel nach WTF-System, Nicole Brose zusammen mit Raba Marquardt und Fabian Ziegler gemeinsam mit Bundestrainer Jürgen Öttel. Das Team Ziegler/Öttel gewann am letzten Wettkampftag auch im klassi-



schen Doppel, und Brose/Marquardt wurden in dieser Disziplin Zweite. Zwei Goldmedaillen erspielte sich Henrike Jansen von der gastgebenden Turngemeinde. Sie siegte im Einzel der Jugend 11–14 und zusammen mit ihrem Vereinskameraden Carl Seelisch im Mixed dieser Altersgruppe. Damit nicht genug. Im Alternierenden wie im klassischen Doppel reichte es für sie

cola Elsner und DM-Organisator Ulrich Bick im Mixed der über 50-Jährigen. Ihre zweite Silbermedaille gewann Nicola Elsner, im Einzel am Ende auf Platz drei, zusammen mit Sabine Jansen im Doppel 40. Die ganze Klasse seiner älteren Kollegen aus der Nationalmannschaft bekam der Karbener Teamweltmeister Hendrik Freitag zu spüren. Nach hartem Kampf unterlag er im Viertelfinale des Herreneinzels dem späteren Dritten Alexej Ermak knapp mit 33:36 und musste sich am Ende mit Platz sechs begnügen. Das war auch die Platzierung von Vincent Grunenberg im Einzel der Jugend 11–14 und von Ulrich Bick im Einzel 50. Stark zeigte sich der Karbener Nachwuchs nicht zuletzt im Doppel der männlichen Jugend 11–14: auf Platz drei Daniel Jeddí Gonzalez und Malte Jansen, auf Platz vier Hannes Bertelsmann und Carl Seelisch und auf Platz fünf Jannek Breiksch und Amon Steinert.

Jenseits der sportlichen Erfolge bewährte sich die TG Groß-Karben bei dieser Veranstaltung auch wieder als wohl organisierter Gastgeber. Hilfreiche Geister aus allen Abteilun-



Henrike Jansen (r.) und Sarah Engelken im Doppel

gen des Vereins sorgten nicht nur für einen reibungslosen Ablauf der Wettkämpfe, sondern auch der Rahmenveranstaltungen, also des Empfangs und der Ehrung der Weltmeister von Minsk am Freitagabend mit Staatsministerin Lucia Puttrich – in Vertretung des Schirmherrn Ministerpräsident Volker Bouffier – und Karbens Bürgermeister Guido Rahn sowie der »Players Night« am Samstag.

Nach den Siegerehrungen am Sonntag bedankte sich Organisator Ulrich Bick noch einmal bei seiner Ringtennisgruppe und allen Helfern aus dem Verein (*Foto linke Spalte*). Dann erklärte der Vorsitzende des Technischen Komitees Ringtennis Axel Runkel die Meisterschaften für beendet, nicht ohne seinerseits den Gastgebern für drei tolle Tage in Karben zu danken.

Im Trubel der Deutschen Meisterschaften wäre eine Neuigkeit fast untergegangen. Bei der »Players Night« wurde dem Organisator der Meisterschaften und Abteilungsleiter Turnspiele der TG Ulrich Bick (*Foto links bei der Eröffnung der Meisterschaften*) die Silberne Ehrennadel des Hessischen Turnverbandes (HTV) verliehen.



zusammen mit Sarah Engelken außerdem jeweils zu einer Silbermedaille. Oliver Elsner und Jonas Kruse sorgten im Doppel der Jugend 15–18 für das dritte Karbener Gold.

Carl Seelisch stand zwei weitere Male auf dem Siegereppchen: im Einzel seiner Altersklasse als Dritter und zusammen mit Hannes Bertelsmann im männlichen Doppel nach WTF-System als Zweiter. In dieser Disziplin ging der dritte Platz an Vincent Grunenberg und Malte Jansen von der TG, und Jannek Breiksch und Amon Steinert landeten auf Platz sechs. Eine weitere Silbermedaille für die Gastgeber holten Ni-

VEREIN

Dorffest: ZUMBA-Tänzerinnen und Turnerinnen heizten die Stimmung an

Mehr als eine Stunde lang bestimmte die TG Groß-Karben am Mittag des 17.06. das Programm des Groß-Kärber Dorffests. Etwas früher als geplant kamen die ZUMBA-Gruppen des Vereins auf die Bühne gegenüber dem Kreuzgassbrunnen, erst die allerjüngsten Tänzerinnen, dann die etwas älteren und schließlich die Erwachsenen. Viele im Publikum bewegten sich im Rhythmus der Musik mit und klatschten Beifall. Danach wandten sich die Blicke der Zuschauer nach links, wo die Air-Track-Bahn abgedeckt wurde und nach einer kleinen Panne mit der Musik endlich die Wettkampfturnerinnen in Aktion treten konnten. Und das taten sie dann mit all ihrem Können, akrobatischen wie amüsanten Einlagen (*Foto unten*). Besonders die kleinsten Festgäste, die sich direkt vor die Bahn gehockt



hatten, schauten begeistert zu. Bei bestem Feierwetter – auch am Samstag schon – ein gelungenes Fest und tolle Beiträge der Turngemeinde, die auch an einem eigenen Stand Cocktails servierte.

Viele Auszeichnungen bei den Sportlerehrungen der Stadt

Bei der alljährlichen Sportlerehrung der Stadt Karben, die am 27.10. zum 47. Mal stattfand, wurden auch etliche Sportlerinnen und Sportler der TG Groß-Karben ausgezeichnet: die Turnerinnen aus dem Landesliga-Team des Vereins, die Weitspringerin Malin Stavenow und sieben Mitglieder der Ringtennisgruppe. Insgesamt wurden bei dieser von Oliver Becker moderierten Veranstaltung 148 Sporttreibende aus der Stadt für ihre Leistungen im vergangenen Jahr geehrt. Zur Sportlerin des Jahres gekürt wurde die Läuferin Lara Tortell vom TV Rendel. Sie setzte sich bei dieser Wahl gegen vier weitere Kandidaten, darunter Hendrik Freitag von der TG, durch.

Die Wettkampfturnerinnen Felina Gräf, Alina Jaux, Svenja Posthaus, Melissa Stette, Yanina Tena und Julia Zimmermann erhielten ihre Ehrung dafür, dass sie Vizemeisterinnen im Bezirk geworden waren und sich für die Hessenmeisterschaft

qualifiziert hatten. Hervorgehoben wurden auch die Einzelleistungen von Alina Jaux als Gaumeisterin und Dritte bei den Landesmeisterschaften sowie von Felina Gräf als Zweite bei den Gaumeisterschaften, die es bei der Hessenmeisterschaft auf Platz 13 geschafft hatte. Nicht unerwähnt bleiben sollte, dass die Turnerinnen der TG ihr Können auch bei der Sportlerehrung selbst gezeigt und das Publikum hervorragend unterhalten haben.

Malin Stavenow, mittlerweile Mitglied im D-Kader des Hessischen Leichtathletik-Verbands, war in der Halle wie im Freien Kreismeisterin geworden, hatte in der Halle Platz zwei bei den Hessischen Meisterschaften gewonnen und im Freien schließlich mit 5,86m Gold geholt. Bei den Süddeutschen Titelkämpfen kam sie zudem noch auf Rang drei.

Die Erfolge der Ringtennisgruppe sind kaum zu zählen und können hier nur beispielhaft erwähnt werden. So haben die Ausgezeichneten – Josephine Bolowich, Ulrich Bick, Nicola Elsner, Oliver Elsner, Hendrik Freitag, Jonas Kruse und Greta Seelisch – auf Landes-, süddeutscher und nationaler Ebene zahlreiche Meister- und Vizemeister-Titel gesammelt, und Hendrik Freitag ist mit der Nationalmannschaft diesen Sommer in Minsk Weltmeister geworden. Die Vereinsmannschaft mit Josephine Bolowich, Greta Seelisch, Hendrik Freitag und Jonas Kruse hat Ende 2017 erstmals den Hessenpokal im Seniorenbereich gewinnen können. Oliver Elsner und Jonas Kruse haben vor allem im Doppel Erfolge gefeiert, zuletzt bei den Deutschen Meisterschaften, und sind inzwischen beide in den Perspektivkader der Nationalmannschaft berufen worden.

Anzeige

Beruhigend sicher. Haustüren von Romi.



Fenster • Türen • Tore

Wintergärten • Vordächer • Rollläden • Markisen
Jalousien • Raffstore • Rolltore • Sektionaltore

Fragen Sie uns. Gerne beraten wir Sie.

Romi Fenster GmbH
Industriestraße 18
61184 Karben
Tel. 06039 9220-0
www.romi-fenster.de

Romi fenster
technik ■ kompetenz ■ design

1117/fotolia
© Martin Rettenberger

Hessen Lotto zur Vergabe des ODDSET-Zukunftspreises

Wenn Vereinsangebote zur Förderung der Gesundheit so gut gemacht sind wie die der Turngemeinde Groß-Karben, dann stoßen sie schnell an ihre Kapazitätsgrenzen. Doch damit wollte sich der Verein nicht abfinden und die hohe Nachfrage dennoch erfüllen. Das war 2013 und schon bald entstand die Idee, auf einer Grünfläche neben der Vereinshalle einen öffentlichen und kostenlosen Familiensportpark zu errichten. Ein Jahr später war es soweit, das erste Übungsgerät konnte aufgestellt werden, das bis heute um neun weitere ergänzt wurde, die nach neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen ausgewählt wurden. Die Finanzierung ermöglichen Spenden. »Während Jüngere eher auf den Aufbau von Muskelmasse fokussiert sind, steht für ältere Menschen die gesundheitliche Prävention mit Übungen zur Beweglichkeit,



Koordination, Sturzprophylaxe, Sensomotorik, Ausdauer und Kraft im Vordergrund. Wir decken mit unseren unterschiedlichen Geräten alles ab, somit können Sportinteressierte aller Leistungs- und Altersklassen hier trainieren«, erklärt Heike Waller, Abteilungsleiterin Fitness und Gesundheit.

Nicht nur der Verein und seine Mitglieder profitieren vom Familiensportpark. Kindergärten und Schulen haben ihn bereits fest in ihre Sportstunden eingeplant und Vereinsmannschaften verschiedenster Sportarten führen hier ihr Trainingsprogramm durch. Der familienfreundliche Aufbau lässt Eltern ihr Fitnessprogramm absolvieren, während ihre Kinder im Sand der Dehnungsstation spielen. Ein ebenerdiger und barrierefreier Zugang ermöglicht auch Menschen mit Handicap uneingeschränkten Zugang.



Eine Woche nach den erwachsenen Sportlerinnen und Sportlern der Stadt wurden am 03.11. auch die jugendlichen ausgezeichnet, erhielten aus der Hand von Bürgermeister Guido Rahn Urkunden, jeweils eine Powerbank und ein Los für die Tombola am Ende der Veranstaltung. Unter den 106 in der Petterweiler Sporthalle Geehrten waren 23 Mitglieder der TG aus den Bereichen Wettkampfturnen, Leichtathletik und Ringtennis.

Das Turnteam Maya Altmann, Tilda Duchscherer, Janna Dettingmeijer, Miriam Edel, Zoe Momberger, Anna Nimcke und Helena Simon hatte sich für die Ehrung durch seinen zweiten Platz beim zweiten Gau-Rundenwettkampf Ende 2017 empfohlen und Helena Simon als Gau-Einzelmeisterin 2018. In der Besetzung Maya Altmann, Cora Dettingmeijer, Olivia Limoa, Rosalie Lindau, Clara Luise Redlich und Greta Weyland hatten die jungen Turnerinnen zudem den zweiten Platz bei den Gaumannschaftsmeisterschaften 2018 belegt.

Aus der Leichtathletik-Gruppe der Turngemeinde wurden Moritz Gubitzer als Kreismeister im 200m-Lauf bei den U18-Hallenmeisterschaften, Mia Melzer als zweifache Kreismeisterin – im Dreikampf und im Vierkampf in der Altersklasse W12 – und Lena Wilcke als zweifache Kugelstoß-Kreismeisterin im Freien und in der Halle in der Altersklasse U18 geehrt.

Aus der Ringtennis-Gruppe der TG wurde zunächst das Team »TG-Feuer« mit Hannes Bertelsmann, Henrike und Samuel Jansen (*Foto rechts mit Oliver Becker*) sowie Carl Seelisch ausgezeichnet, das 2017 den Hessen-Pokal gewonnen hatte. Dann brauchte Oliver Becker, der die Veranstaltung erneut moderierte, einige Zeit, um die Einzelerfolge der Mitglie-

der dieses Teams aufzuzählen, die von Hessischen und Süddeutschen Meistertiteln bis hin zum Gewinn der Deutschen Meisterschaften durch Henrike Jansen und Carl Seelisch im Mixed ihrer Altersklasse reichten. Und noch eine zweite Gruppe des Ringtennisnachwuchses, die zahlreiche Meisterti-



tel und Podestplätze erobert hat, kam zu Ehren: Sarah Engelken, Vincent David Grunenberg, Malte Jansen, Daniel Jedd Gonzalez und Bennet Marx. Sarah Engelken zum Beispiel hat den Kids-Cup gewonnen, Malte Jansen und Vincent David Grunenberg waren Hessenmeister im alternierenden Doppel geworden.

TERMINE

DEZEMBER 2018

08.12. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL TV Lieblos – TG Groß-Karben 2	Lieblos Anton-Calaminus-Schule
08.12. 20.00 Uhr	VOLLEYBALL TG Naurod – TG Groß-Karben 1	Wiesbaden Kellerskopfhalle
16.12. 16.00 Uhr	VOLLEYBALL FSV Bergshausen – TG Groß-Karben 1	Fuldabrück Sporthalle vor der Söhre
24.12. – 13.01.19	WEIHNACHTSFERIEN	

JANUAR 2019

20.01. 11.00 Uhr	VOLLEYBALL Karbener SV – TG Groß-Karben 2	Karben Sporthalle Selzerbachschule
20.01. 13.00 Uhr	VOLLEYBALL TG Groß-Karben 1 – SSC Bad Vilbel 2	Karben Großsporthalle der KSS
26.01. 16.00 Uhr	VOLLEYBALL USC Gießen – TG Groß-Karben 1	Gießen Herderhalle A

FEBRUAR 2019

03.02. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL TG Groß-Karben 1 – TSV Rot-Weiß Auerbach	Karben Großsporthalle der KSS
10.02. 11.00 Uhr	VEREIN Bewegungsdschungel	Karben Großsporthalle der KSS
16.02. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL TSV Hanau – TG Groß-Karben 1	Hanau Hessen-Homburg-Schule
23.02. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL TG Groß-Karben 2 – TG Neuenhaßlau 2	Karben Alte Halle der KSS
23.02. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL TG Groß-Karben 2 – Karbener SV	Karben Alte Halle der KSS
23.02. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL TG Groß-Karben 1 – TV Waldgirmes	Karben Großsporthalle der KSS

24.02. 10.00 Uhr	RINGTENNIS Regionalliga Süd (Senioren): TG Groß-Karben – TSV Neubiberg-Ottobrunn – SKG Roßdorf I – SKG Roßdorf II	Karben Großsporthalle der KSS
---------------------	--	---------------------------------

MÄRZ 2019

08.03. 19.30 Uhr	VEREIN Heringessen	Karben Sporthalle am Park
10.03. 15.30 Uhr	VOLLEYBALL TV Jahn Kassel – TG Groß-Karben 1	Kassel Großsporthalle Auepark
16.03. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL TV Schlüchtern – TG Groß-Karben 2	Schlüchtern Bornwiesenhalle
16.03. 20.00 Uhr	VOLLEYBALL VfL Marburg – TG Groß-Karben 1	Marburg Kaufmännische Schulen
16./17.03.	RINGTENNIS Märzenbecher-Turnier	Karben Großsporthalle der KSS
18.03. 19.30 Uhr	GESUNDHEITSFORUM »Wissen, was hilft« (Thema noch offen)	Karben Sporthalle am Park
23.03. 16.00 Uhr	VOLLEYBALL DJK Freigericht 2 – TG Groß-Karben 2	Freigericht Kopernikussschule
23.03. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL: SAISON-FINALE TG Groß-Karben 1 – TG Naurod	Karben Großsporthalle der KSS
26.03. 20.00 Uhr	VEREIN Mitgliederversammlung	Karben Sporthalle am Park

APRIL 2019

13. – 28.04.	OSTERFERIEN	
27.04. 10.00 Uhr	FITNESS & GESUNDHEIT Welt-TaiJi-und-QiGong-Tag	Karben Sportplatz Burg-Gräfenrode

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

Vereinsbeiträge

Monatliche Beträge in EURO	Beitrag ab 01.07.17	Ermäßigter Beitrag ab 01.07.2017
Kinder & Jugendliche bis 18 Jahre	7,75	4,00
Erwachsene ab 18 Jahren	12,00	6,00
Familienbeitrag gemäß § 5 Beitragsordnung	24,00	12,00
Passive Mitglieder, die an keinen sportlichen Aktivitäten teilnehmen	6,00	3,00
Aufnahmegebühr pro Person einmalig	12,00	–
Für Kurse, die einer speziellen Abrechnung unterliegen, sind Zusatzgebühren zu zahlen	Gebühr bitte bei der Übungsleitung erfragen	
<p>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 Kinder/Jugendliche fällig. Ermäßigter Beitrag nach § 6 Beitragsordnung. Der Antrag ist schriftlich beim Vorstand zu stellen. Auskunft erteilt Jürgen Vorwerk, Telefon: 06039/41063 Vereinskonto: Kontonummer 0113000660, Sparkasse Oberhessen, BLZ 51850079 BIC: HELADEF1FR1, IBAN: DE78 5185 0079 0113 0006 60</p>		

IHR KONTAKT ZU UNS



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



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



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



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



2. Vorsitzender
Dieter Kaltwasser
dieter.kaltwasser55@gmail.com



Beisitzer
Oliver Feyl
feyl@gmx.net



Abteilungsleitung Kinderturnen
Natalja Grauberger
kinderturnen@tg-gross-karben.de



Abteilungsleitung Leichtathletik
Simone Keßler
simone.kessler@arcor.de



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



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



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



Abteilungsleitung Turnspiele
Ulrich Bick
ring@bickweb.de



Schriftführer und
Mitgliederverwaltung
Günter Tüttenberg
gigue1208@web.de



Beisitzer
Karl-Heinz Fünffinger
fuenffinger@tg-gross-karben.de



Abteilungsleitung Volleyball
N.N.

Abteilungsleitung Freizeit
N.N.

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),
Dieter Kaltwasser (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

Karbener Märzenbecher und Regionalliga Süd

Das Ringtennisturnier für Schüler- und Jugendmannschaften „Karbener Märzenbecher“ findet 2019 zum 18. Mal statt, wie gewohnt in der Großsporthalle der Kurt-Schumacher-Schule (KSS), und zwar am 16. und 17. 03.

Und schon am 24. 02. ist dieselbe Halle Austragungsort für einen Spieltag der Ringtennis-Regionalliga Süd (Senioren). Dann spielen von 10.00 bis 15.00 Uhr die Mannschaften TG Groß-Karben, TSV Neubiberg-Ottobrunn, SKG Roßdorf I und SKG Roßdorf II.



Der nächste Bewegungsdschungel kommt bestimmt

Der Termin steht: Am Sonntag, dem 10. 02. 2019, wird die TG wieder ihren Bewegungsdschungel in der Großsporthalle der Kurt-Schumacher-Schule veranstalten. Beginn ist wie üblich um 11.00 Uhr. Und natürlich sorgt der Verein nicht nur für das körperliche Wohl, sondern auch für Speis und Trank. Es sind also alle Weichen für einen sportlichen Familientag gestellt.



Die Gruppe **Gymnastik & mehr** macht nicht nur jedes Jahr einen gemeinsamen Ausflug wie hier 2018 nach Hofgeismar, sondern trifft sich vor allem jeden Donnerstag um 20.00 Uhr in der Sporthalle am Park zur präventiven Gymnastik. Wer dabei sein möchte, kann einfach donnerstags in die Stunde kommen. Die Gruppe freut sich über jedes neue Mitglied.

Nicht vergessen: Mitgliederversammlung

Bitte schon jetzt im Kalender anstreichen: Am 26. 03. 2019 findet unsere nächste Mitgliederversammlung statt – um 20.00 Uhr im Wirtschaftsraum der Sporthalle am Park.

Wenn alles vorbei ist: Heringessen bei der TG

Am Freitag, dem 08. 03. 2019, wird die Sporthalle am Park wieder festlich geschmückt sein, denn an diesem Abend ab 19.30 Uhr findet dort das traditionelle Heringessen der TG Groß-Karben statt. Das Programm für die Veranstaltung ist zwar noch in Arbeit, aber die Beköstigung für Fischfreunde und solche, die es (noch) nicht sind, ist gesichert.

Ihr könnt helfen!

In unserem Verein sind – auf der Vorseite zu sehen – mehrere wichtige Stellen vakant, namentlich die Abteilungsleitungen Volleyball und Freizeit, und spätestens 2021 wird sich die Frage stellen, wer künftig die TG-ZETT und die übrige Öffentlichkeitsarbeit der TG verantwortet. Für die Übernahme solcher Ehrenämter ist – das ist allen in der Vereinsführung aus eigener Erfahrung bewusst – viel Engagement nötig – und ein Aufwand, den nicht jedes Vereinsmitglied, das noch im Berufsleben steht, ohne weiteres erbringen kann. Trotzdem hoffen wir, dass sich unter fast 1000 Mitgliedern ein paar finden, die unsere Arbeit dauerhaft unterstützen.

Dabei soll nicht verschwiegen werden, dass neben Engagement und Zeit auch Kompetenzen und Teamgeist gefragt sind. Es kann hier nicht ausgeführt werden, was für Kompetenzen das im Einzelnen sind, aber wer sich für eine der vakanten Stellen interessiert, kann sich jederzeit beim Vor-

stand oder den bisherigen Stelleninhabern informieren. Und selbstverständlich ist der Verein ggf. auch bereit, für Einführungen und Schulungen zu sorgen. Ebenso selbstverständlich sollte sein, dass Interessenten eine gewisse Affinität zu der jeweiligen Sache haben, also sich beispielsweise für Volleyball interessieren, mit Behörden und Verbänden ebenso wie mit Trainern und Spieler/innen umgehen können und keine Scheu vor Managementaufgaben haben oder – im anderen Fall – einen Bezug zum Schreiben, Redigieren, Fotografieren und Gestalten von Print- und Online-Produktionen haben. Gerade für Jüngere könnte es interessant sein, im Vereinskontext etwas über Journalismus und Sportmarketing zu lernen, nicht nur inhaltlich, sondern auch hinsichtlich der eingesetzten modernen Technik und Software.

Ansprechpartner sind für den Bereich Freizeit Martin Menn (info@tg-gross-karben.de), für Volleyball Tatjana Henkel (tati@volleyball-karben.de) und für die Öffentlichkeitsarbeit Horst O. Halefeldt (presse@tg-gross-karben.de).