

»TRAILJUNKIES« UND »BERGLAUFENTHUSIASTEN«

Sieben Tage durch die Alpen

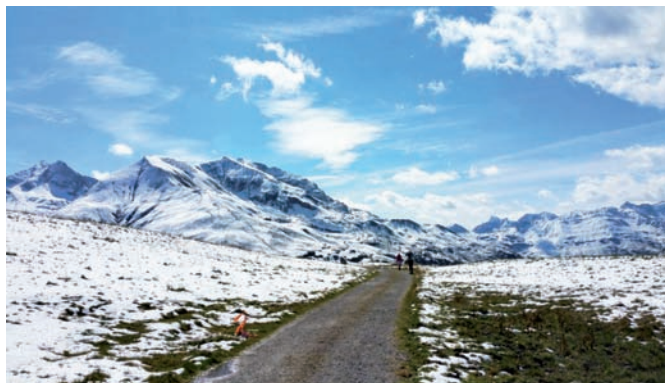
Die – wie sie sich selbst nennen – »Marathonis« der TG Groß-Karben sind das ganze Jahr über bei allen möglichen Laufveranstaltungen in der Region, im übrigen Deutschland und manchmal auch im Ausland unterwegs. Das müssen nicht immer Marathonläufe sein, das können aber auch Läufe über erheblich größere Distanzen sein. Eine besondere Herausforderung ist sicher der GORE-TEX® Transalpine-Run, eine der härtesten

und zugleich spektakulärsten Trailrun-Veranstaltungen der Welt. In Zahlen: sieben Tage, 267,4 km Laufstrecke mit 15556 Höhenmetern im Auf- und 14450 Höhenmetern im Abstieg. Praktisch fast jeden Tag ein Marathon im Gebirge, lediglich die zweite und die siebte Etappe nennenswert kürzer. Diese Strapazen haben sich dieses Jahr gleich drei Teams der TG zugemutet und gemeistert.



Am Start in Fischen Rainer Pfluger, Bernadette Obermeier, Götz Siebert und Thomas Simon (v.l.n.r.)

Foto rechts: 2. Etappe von Lech nach St. Anton in Österreich



Die 13. Ausgabe dieses Sieben-Tage-Laufs führte die Teilnehmer vom 02. bis 09. 09. 2017 von Fischen im Allgäu durch Österreich und die Schweiz bis nach Sulden am Ortler in Italien. In der Kategorie Senior Master Men kam das Team »Trailjunkies« mit Mathias Laufer und Thomas Wagner auf Platz 22 und das Team »Die Berglaufenthusiasten« mit Götz Siebert und Rainer Pfluger auf Platz 23. In der Kategorie Master Mixed landete das Team »Kissflitzer« mit Thomas Simon und Bernadette Obermeier auf Platz 31.

Thomas Simon berichtet über seine Erfahrungen: »Schon der Anblick der reinen Zahlen lässt Nichtläufer die Stirn runzeln, nicht vorstellbar, verrückt. Ja vielleicht, aber seid beruhigt, selbst für den trainierten Läufer sind die Vorstellung und diese Veranstaltung eine nicht alltägliche körperliche als auch

mentale Herausforderung. Sieben Tage jeweils einen Marathon mit mehr als 2000 Höhenmetern. Grenzgänger nicht nur beim Überschreiten der Landesgrenzen von Deutschland, Österreich, Schweiz und Italien, sondern auch beim Über-

→ S. 10

Inhaltsverzeichnis

Titelthema	I	Leichtathletik: Jugend ...	11
Leopold	II	Turnspiele	12
Kinderturnen.....	1	Verein	14
Wettkampfturnen	1	Terminkalender	16
Fitness & Gesundheit	3	Vereinsbeiträge	16
Volleyball	6	Kontakt	III
Alle Sportangebote	8	Impressum	III
Leichtathletik: Laufen	10	Pinnwand	IV

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

VOLLEYBALL

Nach sieben Spielen im Mittelfeld

[11. 11. 2017] Die neuformierte erste Mannschaft der TG mit ihrem neuen Trainer Thomas Brunner behauptet sich in der Oberliga Hessen immer besser und steht nach einem Drittel der Saison und zuletzt drei Siegen in Folge auf Platz fünf der Tabelle. → S. 6

WETTKAMPFTURNEN

Landesligateam auf Platz neun in Hessen

[04. 11. 2017] Beim Landesfinale im Gerätturnen weiblich der Turnerinnen, Jugendturnerinnen und Schülerinnen am 04. 11. in Dillenburg landete das Team der Turngemeinde auf Platz neun. → S. 3

LEICHTATHLETIK

Großaufgebot beim Frankfurter Marathon

[29. 10. 2017] Mit so vielen Läuferinnen und Läufern wie nie zuvor hat sich die TG am Mainova Frankfurt Marathon beteiligt: 22 junge Teilnehmer/innen beim Mini-Marathon, und 14 erwachsene beim Lauf über die lange Strecke von 42,195 km. → S. 10f

Hallo, liebe Leute,

nach den Verzögerungen im letzten Jahr bedingt durch das Vereinsjubiläum erscheint unsere Vereinszeitschrift jetzt wieder zu den vorgesehen Terminen. Ihr werdet diese neue Ausgabe also vor Weihnachten in den Händen halten und noch einmal zusammengefasst nachlesen können, was im letzten halben Jahr so alles in unserem Verein passiert ist.

Ohne Übertreibung gibt es viel Positives zu berichten: Wir waren wieder bei vielen Gelegenheiten öffentlich präsent. Unser Stimmungsnest an der Gehspitze beim **IRONMAN**, diesmal gemeinsam mit dem neuen Partner hr1 betrieben, war eine Attraktion und hat mehr als 200 Besucher animiert, die Triathleten beim Radfahren anzufeuern. Bei der **Groß-Kärber Kerb** konnten unsere jungen Turnerinnen auf ihrer Airtrack-Bahn wieder viel Applaus ernten. Auch auf der **Familiade** am Jukuz waren wir vertreten. Und die Planungen für das nächste Jahr, also zunächst den Bewegungsdschungel am 28. 01. 2018 und das Heringessen am 16. 02., laufen bereits.

Erfolgreich waren in den letzten Monaten auch wieder unsere Leistungssportler. Der **Ringtennis-Nachwuchs** hat – man muss schon fast sagen: wie üblich – nach den Hessischen Titeltkämpfen bei den Süddeutschen und Deutschen Meisterschaften seine ganze Klasse bewiesen, u.a. mit zwei nationalen Titeln für **Samuel Jansen**. Ein Highlight war ohne Zweifel die Nominierung von **Hendrik Freitag** für den Nationalkader, der 2018 zu den



Weltmeisterschaften nach Minsk reisen wird. Hendrik hat sich aber auch als Initiator und Organisator profiliert und im Oktober ein Trainingswochenende für Schüler/innen und Jugendliche aus ganz Deutschland organisiert, das sehr gut besucht war.

Unsere jungen Turnerinnen (Foto oben v.l.n.r.: Alina Jaux, Melissa Stette, Julia Zimmermann, Yanina Tena und Svenja Posthaus) konnten sich erneut auf Gau-Ebene, beim Regionalentscheid und sogar beim Landesfinale bewähren, wo sie zuletzt einen neunten Platz belegten. Bei den **Leichtathleten** ragten die Leistungen von **Malin Stavenow**, die ihren persönlichen Rekord im Weitsprung auf 5,54 m steigerte und in den Hessischen D-Kader berufen wurde, und **Torben Jungclaus**, der bei den Landesmeisterschaften Dritter über 400 m Hürden wurde, heraus.

Kein Wunder also, dass bei den jüngsten **Sportlerlehren der Stadt Karben** Aktive von der TG Groß-Karben ausgezeichnet wurden, die alle aus den drei Bereichen

Ringtennis, Turnen und Leichtathletik stammen. Ihnen sei an dieser Stelle auch die Anerkennung der Vereinsspitze ausgesprochen.

Als Leistungssport wird in der TG bekanntlich auch **Volleyball** betrieben, nicht nur durch die erste Damemannschaft, die seit dieser Saison in der Oberliga Hessen antritt, sondern auch durch die zweite Mannschaft in der Kreisklasse Friedberg/Hanau, wo das Team aktuell auf Platz fünf steht, und im Spielbetrieb der Jugend. **Die erste Mannschaft ist** vor der laufenden Saison neu formiert worden, musste zahlreiche Abgänge verkraften und unter dem neuen Trainer Thomas Brunner vier neue Spielerinnen integrieren. Das ging verständlicherweise nicht von heute auf morgen. Inzwischen aber wächst das Team zusammen und behauptet sich immer besser in der höchsten Spielklasse des Landes, **zur Zeit im Mittelfeld** auf Platz fünf.

So sehr der Leistungssport, vor allem die Leistungen der Volleyballerinnen, im Lichte der Öffentlichkeit steht und damit Aufmerksamkeit auf den Verein lenkt: Die Turngemeinde ist und bleibt in weiten Bereichen ein **Breiten- und Gesundheitssportverein**, auch wenn sich unsere Erfolge im Bereich Gesundheit nicht in Sekunden oder Punkten messen lassen. Die Öffentlichkeit scheuen wir allerdings in diesen Bereichen ebenfalls nicht. Unser **Gesundheitsforum »Wissen, was hilft«**, das regelmäßig zwei Vorträge pro Halbjahr anbietet, kann bald vier Jahre nach dem Start im Januar 2014 als gut etabliert gelten und zieht jeweils viele Zuhörer an, die auch von der Gelegenheit, die Referenten eingehend zu befragen, ausgiebig Gebrauch machen. Der **Familien sportpark neben unserer Vereinshalle** ist kürzlich dank des Engagements vieler Sponsoren um weitere zwei Geräte angewachsen und wird mittlerweile von Jung und Alt gut genutzt. Wer sich dort ausgepowert hat, findet jetzt zudem eine **Ruhebank** vor, die unsere Mitglieder Sigrid und Jürgen Vorwerk gestiftet haben. Ein Beispiel, das zur Nachahmung animieren sollte.

Nach all den positiven Nachrichten soll nicht verschwiegen werden, dass es auch Probleme gibt, die uns auf den Nägeln brennen. Einerseits haben wir angesichts der Nachfrage beispielsweise in den Bereichen Turnen oder Ringtennis Probleme, **ausreichend Hallenkapazität** zu beschaffen, andererseits kämpfen wir beispielsweise beim Badminton mit **fehlender Nachfrage** in allen Altersklassen. Und die Aikido-Gruppe ist gerade, da sich keine neuen Mitglieder gemeldet haben, auseinandergefallen.

Außerdem suchen wir weiter nach Ehrenamtlern, die sich in verantwortungsvollen Positionen für den Verein einsetzen. Hierzu wird es dann hoffentlich in der nächsten Ausgabe nach den Vereinsrats- und Vorstandswahlen am 16. 03. 2018 Positives zu berichten geben.

Ich wünsche allen unseren aktiven Sportlerinnen und Sportlern, dass sie ihren sportlichen Leidenschaften auch 2018 mit Erfolg und Spaß, aber ohne Verletzungen nachgehen können.

Tschüss,

Euer Leopold

KINDERTURNEN

Fit wie ein Turnschuh

In Zusammenarbeit mit dem Förderverein der Turnabteilung haben die Übungsleiter der drei Kinderturngruppen der TG – Turnmäuse, Kletteraffen und Flummis – am 19.06.2017 für alle Kinder und ihre Eltern ein Turnfest auf die Beine gestellt. Eva Dettingmeijer berichtet:

»Unter dem Motto »Fit wie ein Turnschuh« konnten die Kinder an verschiedenen Stationen ihre persönliche Fitness testen und ausprobieren, welche Bewegungsabläufe und Koordinationsaufgaben sie schon so richtig gut drauf haben.

Diese Stationen waren in der Halle aufgebaut. Nach einem gemeinsamen Beginn mit dem allen Kindern bekannten Tanzlied »Lauf, Theo, lauf« konnten die Teilnehmer zusammen mit ihren Eltern die Stationen durchlaufen. Auf einem Laufzettel haben die Eltern die erreichten Leistungen und gesammelten Punkte eingetragen. Am Ende erhielt jedes Kind eine Urkunde.

Der Förderverein bot währenddessen Kuchen, Brezeln und Getränke an, dank des guten Wetters konnten diese Leckereien draußen verzehrt werden. Danke für diese schöne Aktion vor der Sommerpause!«

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



1117/fotolia
© Martin Rettenberger

WETTKAMPFTURNEN

Eine unvergessliche Woche

Unter dem Motto »Wie bunt ist das denn« fand in Berlin vom 03.06. an das Internationale Deutsche Turnfest 2017 statt. Zu den 400 Veranstaltungen an 70 Orten in ganz Berlin reisten rund 80000 Menschen in die Hauptstadt, darunter auch eine



Delegation der Turnabteilung der TG Groß-Karben. Die Mitglieder der Reisegruppe haben, so Isabel de la Rosa, »eine unvergessliche Woche erlebt«, waren bei allen ihren Aktivitäten guter Stimmung und haben sich in ihren jeweiligen Wettkämpfen gut behauptet.

Bei den Wettkämpfen konnten verschiedene Varianten gewählt werden. Besonders erfolgreich war dabei Lena Wilcke, die in ihrem Wahlwettkampf 56. von 556 Turnerinnen wurde. Ebenfalls einen tollen Wettkampf lieferte Felina Gräf, die in einem Teilnehmerfeld von 202 Turnerinnen auf Platz 47 landete. Auch die anderen Turnerinnen lagen mit ihren Ergebnissen im ersten Drittel des jeweiligen Teilnehmerfelds und waren sehr zufrieden mit ihren Leistungen. So beispielsweise Alina Jaux, die besonders auf ihre Bodenübung stolz sein konnte. In einer Einzelwertung hätte sie an diesem Gerät den 23. Platz belegt!

Der älteste Teilnehmer der TG war Wolf Meier, der in der Ü-40 Gruppe des Vereins trainiert. Er beendete seinen Wahlwettkampf auf einem hervorragenden fünften Platz unter 40 Teilnehmern.

Neben ihren Wettkämpfen hat die Karbener Gruppe viele Mitmach-Angebote wahrgenommen, die Stadiongala und die Turnfestgala besucht.

Ein Team auf Platz zwei

Am Wochenende 23./24.09.2017 fand der Regionalscheid im Bezirk Hessen Mitte, ausgerichtet vom Turngau Mittelhessen, im Gerätturnen weiblich in Großen-Linden statt. Die Turnerinnen der TG Groß-Karben nahmen daran mit vier Teams teil, die sich am 09.09. für diesen Entscheid qualifiziert hatten. Eines der Karbener Teams schaffte es, sich die Startberechtigung für die Hessischen Mannschaftsmeisterschaften am 04.11.2017 in Dillenburg zu erturnen. In einem wahnsinnig spannenden und turnerisch ganz starken Wettkampf der Leis-



tungsklasse II behielten Alina Jaux, Yanina Tena, Svenja Posthaus, Julia Zimmermann und Melissa Stette die Nerven und erreichten den zweiten Platz unter acht Mannschaften.

Mit einem ersten Platz am Balken und einem zweiten am Boden konnten die fünf Turnerinnen ihre weniger guten Ergebnisse am Sprung (7.) und am Stufenbarren (6.) mehr als ausgleichen. Im Ranking der besten Einzelturnerinnen turnten sich Alina Jaux auf Platz drei, Yanina Tena auf Platz fünf und Svenja Posthaus auf Platz acht. Die TG brachte also drei Teilnehmerinnen unter die Top Ten.

Nicht ganz so gut lief es für das TG-Team in der Leistungsklasse III. Felina Gräf, Alischa Yildirim, Mira Horinek, Emma Zenser und Lena Wilke landeten auf Platz acht unter neun Mannschaften. Gegen die turnerisch sehr starke Konkurrenz reichte es diesmal nur zu Platz sieben am Balken und Platz sechs am Boden. Bestes Gerät war der Sprung mit Platz fünf. Schwer zu kämpfen hatten die Mädchen am wackligen Stufenbarren und belegten hier nur Platz neun. Beste Einzelturnerin der TG war in diesem Wettkampf Felina Gräf auf Platz 13.

Hart gekämpft hat auch die jüngste Kür-Mannschaft der Turngemeinde in der Leistungsklasse IV mit Janna Dettingmeijer, Lena-Linn Gubitzer, Jessica Sachse, Lucia Fischer und Maya Gräf. In diesem Wettkampf waren sechs Mannschaften am Start, und die TG belegte gemeinsam mit dem TV Niederscheid Platz fünf. Am Ende fehlten nicht einmal 0,5 Punkte zum dritten Platz und zur Qualifikation für die Hessenmeisterschaften. Beste Einzelturnerin der TG war Janna Dettingmeijer, die es auf Platz vier schaffte.

Der Sonntag lief für die Pflichtmannschaft der TG in der P5 leider gar nicht gut. Das Team erwischte nicht seinen besten Turntag und musste sich mit dem zehnten und letzten Platz begnügen. Trotzdem zog Trainerin Anke Tena ein positives Fazit: »Unsere Mädchen haben jetzt erst einmal ›Bezirks-Luft‹ schnuppern können und beim nächsten Mal wird es ganz sicher wieder besser ... Für alle gilt: Euer Trainerteam ist wie immer stolz auf Euch!«

Drei Gaumeistertitel für die TG

Am letzten Samstag im September fand in der Großsporthalle der Karbener Kurt-Schumacher-Schule die zweite und entscheidende Runde im Gerätturnen weiblich des Turngaus Wetterau/Vogelsberg statt. Dabei konnten die Teams der TG (Foto unten) ihre in der ersten Runde am 09.09. in Niederflorstadt erturnten Platzierungen durchweg bestätigen. In den Kür-Leistungsklassen II und IV holten sie ohne Konkurrenz die Titel, in der Leistungsklasse II gegen die Mitbewerberinnen



aus Butzbach ebenfalls. Nicht ganz so erfolgreich waren sie in den Pflichtklassen. Hier reichte es in der P5 zu einem Vize-meistertitel, in der P4 zu einem dritten und der P3/P4 zu einem vierten Platz. Nach dem Wettkampf traf sich ein Großteil der Turnerinnen und ihrer Eltern noch beim Italiener zum Essen und feierte die Erfolge.

In der Leistungsklasse II traten für die TG Alina Jaux, Svenja Posthaus, Yanina Tena, Julia Zimmermann, Larissa Hillen und Alicia Tena an und kamen zusammen auf 139,15 Punkte. Beste Turnerin hier war Yanina Tena, die an allen vier Geräten eingesetzt wurde und es auf 47,40 Punkte brachte. Allein 13 Punkte davon sammelte sie am »Zitterbalken«. Das Team in der Leistungsklasse III bildeten diesmal Felina Gräf, mit 48,70 Punkten die Beste des gesamten Wettkampfs, Alischa Yildirim, Mira Horinek, Emma Zenser, Mara Zeller und Mia Dettingmeijer, das sich gegenüber der ersten Runde noch verbessern und sich mit insgesamt 267,90 Punkten deutlich von den Konkurrentinnen aus Butzbach absetzen konnte. In der Leistungsklasse IV turnten Janna Dettingmeijer, Lena-Linn Gubitzer, Helena Simon, Maya Gräf, Jessica Sachse und Lucia Fischer für die TG. Mit 123,60 Punkten schafften sie fast das gleiche Ergebnis wie in der ersten Runde. Am meisten trug Lucia Fischer mit 41,30 Punkten dazu bei.

In der P5 bestätigten Tilda Duchscherer, Anna Wagner, Maya Altmann, Miriam Edel, Zoe Momberger, Anna Nimcke und Emilia Kortmann ihr Ergebnis aus der ersten Runde fast und sicherten sich mit 156,20 Punkten ihren zweiten Platz hinter der SU Nieder-Florstadt. Beste Karbenerin in diesem Wettkampf: Anna Wagner mit 51,55 Punkten, darunter tolle 14,15 Punkte am Barren.

Kontinuität auch im Wettkampf P4, in dem das TG-Team hinter den Teams aus Nieder-Florstadt und Glauberg auf Platz drei landete und fast die gleiche Punktzahl erturnte wie in Runde eins. Das Team in der P3/P4 konnte sich gegenüber dem Wettkampf in Nieder-Florstadt sogar leicht verbessern, musste sich aber trotzdem mit Platz vier unter fünf Mannschaften zufrieden geben.

Anzeige



Sabine Jost – Praxis für Naturheilkunde

Heilpraktikerin, Sportwissenschaftlerin (M.A.)

Ramonville-Straße 5-7, 61184 Karben

Tel: 06039/488 910

Osteopathie/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, Infektanfälligkeit, u.v.m.

Auf Platz neun in Hessen

Mit 138,90 Punkten landeten die Turnerinnen der TG Groß-Karben beim Landesfinale im Gerätturnen weiblich der Turnerinnen, Jugendturnerinnen und Schülerinnen am 04. 11. in Dillenburg auf Platz neun, 1,20 Punkte hinter dem TV Lieblos. Trainerin Anke Tena: »Mehr war nicht drin, maximal eine Platzierung höher! Die Konkurrenz war wahnsinnig stark, fast die gesamte Landesliga 1 war am Start. Wir bewegen uns ja lediglich in der Liga 2.« Den Wettbewerb gewann der KTV Fulda mit 153,05 Punkten.

Erstes Gerät war für die Karbenerinnen der Balken. Leider musste jede der Turnerinnen hier einmal absteigen. Trotzdem reichte es an diesem Gerät mit 35,65 Punkten zu Platz sechs. Anke Tena: »Damit können wir zufrieden sein, die Turnerinnen bauen inzwischen auch höhere Schwierigkeiten in ihre Übungen ein, teilweise sind die D-Noten, die den Schwierigkeitswert anzeigen, schon ganz schön hoch.«

Zweites Gerät: der Boden. Hier zeigten Alina Jaux, Svenja Posthaus, Melissa Stette und Yanina Tena solide Leistungen. Allerdings fehlten ihnen im Vergleich zu den starken Teams aus der ersten Liga ein paar Höchstschwierigkeiten. Ergebnis war mit 36,35 Punkten erneut ein sechster Rang, mit dem die Trainerin ebenfalls zufrieden war.

Nicht so besonders lief es am dritten Gerät, dem Sprung. Es reichte nur zu 33,45 Punkten. Noch einmal Anke Tena: »Sollten wir irgendwann einmal mit mehr Anlauf trainieren können, sind wir sicher auch an diesem Gerät ausbaufähig.



Landesfinale in Dillenburg: das Team der TG ist die zweite Gruppe von links in der zweiten Reihe

Keine Turnerin sprang wirklich schlecht, aber hier konnte die Konkurrenz an diesem Tag mehr zeigen.«

Letztes Gerät eines wahnsinnig langen Wettkampfs – um 17.00 Uhr ging es los und erst um 21.30 Uhr war Schluss – war der Barren. Hier sprang Yanina Tena kurzfristig für Alina Jaux ein, die sich beim Einturnen leicht verletzt hatte, und auch Julia Zimmermann kam zum Einsatz. Erneut 33,45 Punkte bedeuteten Rang zehn an diesem Gerät.

Das Endergebnis kam dann gegen 22.00 Uhr, und die Betroffenen waren mit dem »einstelligen« Resultat und Platz neun ganz zufrieden. Fazit der Trainerin: »Eine Platzierung unter den ersten Sechs (wie in den beiden Vorjahren) wäre in keinem Fall möglich gewesen. Dazu sind die anderen Teams mit teilweise ehemaligen Bundesligaturnerinnen einfach zu stark.«

FITNESS & GESUNDHEIT

Zum Jubiläum nach Straßburg

Jedes Jahr im Herbst macht die Damengymnastikgruppe der TG einen Ausflug – 2017 zum 20. Mal. Nachdem die erste Fahrt nach Paris und die 10. nach Amsterdam ging, sollte auch der 20. Ausflug etwas Besonderes werden und ins Ausland



führen – nach Straßburg. Mitte September machten sich 15 Teilnehmerinnen der Gruppe »Gymnastik und mehr« auf den Weg dorthin. Ilona Haufe und Bärbel Grikscheit berichten:

»Wegen der Rheintalsperre hätte sich die geplante Bahnfahrt nach Straßburg um Stunden verlängert. Kurzerhand mieteten wir einen Bus, und Philippe, ein charmanter Franzose, holte uns Freitagmorgen am Hessenring ab und fuhr uns zügig und sicher in drei Stunden direkt vor unserer Hotel.

Dort starteten wir mit einer Stadtführung. Durch die verwinkelten Gassen ging es zum Münster, das sehr eindrucksvoll ist. Man kann nur staunen, wie so ein Bauwerk ohne die heutige Technik gebaut werden konnte. Der einsetzende Regen konnte unsere Laune nicht verderben. In kleinen Gruppen erkundeten wir anschließend die Stadt, was meist in einem Café endete. Das Abendessen gab es in einer Brasserie mit gut gelaunten Kellnern, die uns mit verschiedenen Flammkuchen verwöhnten, bis wir nicht mehr konnten.

Samstagmorgen war das mit dem Zug ein halbe Stunde entfernte Colmar unser Ziel. Auch hier hatten wir einen Stadtrundgang (Foto oben) gebucht und in zwei Stunden hat uns Jean-Louis auf eine sehr nette und witzige Art seine gemütliche und malerische Stadt gezeigt. Was viele nicht wissen, aus Colmar stammt der Bildhauer Frédéric-Auguste Bartholdi, der die berühmte Freiheitsstatue in New York schuf.

Zurück in Straßburg fuhren manche in die Neustadt, wo u.a. das Europaparlament steht, andere bummelten durch das Viertel Petit France und einige ganz sportliche erklimmten die 332 Stufen im Münster hoch auf die Aussichtsplattform. Das Abendessen haben wir in einem Pendant zum Haus Kammerzell, ein Fachwerkhaus errichtet 1427, eingenommen.

Zum Abschluss haben wir am Sonntag eine Bootsfahrt auf der Ill unternommen. Durch zwei Schleusen ging es durch alte und neue Stadtteile und wir erfuhren viel Interessantes über die Stadt Straßburg, die eine bewegte Geschichte hat und auf jeden Fall eine Reise wert ist. Um 14.00 Uhr holte uns wieder ein netter Busfahrer am Hotel ab und brachte uns wohlbehalten ohne Stau nach Karben. Es war wieder mal eine schöne Tour, und wir freuen uns schon auf das nächste Jahr.«

Gesundheitsforum: Beipackzettel & mehr

Trotz hochsommerlicher Temperaturen versammelten sich am Abend des 20.06.2017 zahlreiche interessierte Zuhörer in der Karbener Sporthalle am Park, als es im Gesundheitsforum der TG »Wissen, was hilft« um Nebenwirkungslisten auf Beipackzetteln ging, deren Lektüre für viele Patienten die Frage aufwirft: »Machen Medikamente krank?« Diese Frage zu beantworten versuchte Prof. Dr. med. Tibo Gerriets, Facharzt für Neurologie, Chefarzt der Stroke Unit/Abteilung für Neurologie am Bürgerhospital Friedberg, nicht zum ersten Mal Referent im Gesundheitsforum. Und die Antwort des Referenten fiel eindeutig aus: »Lesen Sie keine Beipackzettel!« Die dort aufgelisteten potenziellen Nebenwirkungen seien eine juristische Absicherung und die Zettel schreckten eher ab als abgewogen zu informieren. Sein Fazit: »Sprechen Sie lieber mit Ihrem Arzt!«

Prof. Gerriets, der seinen Vortrag immer wieder mit kleinen Geschichten und ironischen Anmerkungen würzte, machte das Problem von Beipackzetteln unter anderem damit deut-

lich, dass er selbst entworfene Zettel für Butter und Wasser auf die Leinwand projizierte, die geeignet schienen, dringend vom Konsum dieser Lebensmittel abzuraten. Bevor er gegen Ende seines einstündigen Vortrags zu diesen Schlussfolgerungen

kam, klärte er die Anwesenden umfassend darüber auf, wie Medikamente gemacht, getestet und kontrolliert werden und welche Rolle beim Einsatz von Medikamenten Placebo- und Nocebo-Effekte spielen. Nach dem Vortrag folgte noch ein halbstündiger Dialog zwischen dem Referenten und seinem Publikum, in dem keine Frage unbeantwortet blieb.

Zum Einstieg in den Abend gab es ein paar beeindruckende Zahlen. Die medizinische Versorgung der Bevölkerung in der Bundesrepublik kostet pro Jahr mehr als 340 Mrd. Euro (2015 nach Angaben des Statistischen Bundesamts), 11,3 Prozent des Bruttoinlandsprodukts. Ein erheblicher Anteil davon, 2015 mehr als 50 Mrd. Euro, fließt in Arzneimittel. Allerdings werden rund 50 Prozent der Medikamente von den betroffenen Patienten gar nicht oder nicht korrekt eingenommen, u.a. aus Angst vor Nebenwirkungen. Das wiederum rufe Folgeschäden in Milliardenhöhe hervor.

Der Hauptakteur im Bereich Medikamente und der einzige, der neue Mittel entwickle, sei die Pharmaindustrie und die wolle Gewinn machen. Daher sei das Interesse groß, neue, wirksame Medikamente gegen Krankheiten zu finden, an denen viele Menschen leiden. Bei Entwicklungskosten von 1,0 bis 1,6 Mrd. Dollar pro Medikament werde jedoch kaum in die Bekämpfung seltener Leiden investiert. Und auch spezielle Medikamente für Kinder gebe es so gut wie nicht.

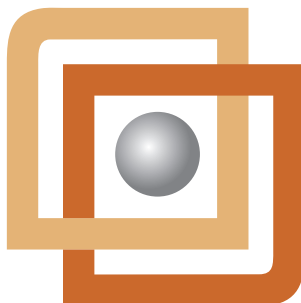
Prof. Gerriets schilderte dann ausführlich den Weg eines neuen Medikaments von der ersten Zielbestimmung bis zum Alltagseinsatz an Patienten. Ein Schwerpunkt dabei war die Beschreibung von Doppelblindstudien, mit denen an größeren Testgruppen geprüft wird, ob ein Mittel die gewünschte Wirkung zeigt und möglicherweise unerwünschte Nebenwirkungen hat. Unbestreitbar gebe es Nebenwirkungen, doch in den allermeisten Fällen seien sie sehr selten und nur während der Einnahme des Medikaments zu bemerken. Dauerhafte Schäden durch Nebenwirkungen seien äußerst selten. In jedem Fall müsse der Arzt genau abwägen, ob der Nutzen eines Medikaments bei einer bestimmten Diagnose größer sei als die Gefahr potenzieller Nebenwirkungen. Das gelte ebenfalls für frei verkäufliche Mittel, beispielsweise Paracetamol oder Voltaren. Hier solle der Patient sehr vorsichtig sein oder gleich seinen Hausarzt fragen.



lich, dass er selbst entworfene Zettel für Butter und Wasser auf die Leinwand projizierte, die geeignet schienen, dringend vom Konsum dieser Lebensmittel abzuraten. Bevor er gegen Ende seines einstündigen Vortrags zu diesen Schlussfolgerungen

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

Wenn der Dickdarm Probleme macht

Am 04. 10. ging es im Gesundheitsforum der TG um eine der häufigsten Darmerkrankungen in westlichen Ländern, die Sigmavertikulitis. Dr. med. Klaus-Peter Kröll, Facharzt für Chirurgie, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie im Hochwaldkrankenhaus Bad Nauheim, referierte über diese Krankheit und die Möglichkeiten, sie zu behandeln. Von Hause aus Chirurg ging er dabei vor allem auf die heutigen Operationsmöglichkeiten ein, falls eine Divertikulitis eine OP erfordert.

Dr. Kröll erklärte zunächst, was Divertikel sind: sackartige

Ausstülpungen der Schleimhaut des Darms durch Lücken in der Muskelschicht. Diese Ausstülpungen können im gesamten Magen-Darm-Trakt auftreten, finden sich aber ganz überwiegend im linksseitigen Abschnitt des Dickdarms, dem so genannten Sigmabereich. Als Ursachen für das Auftreten der Divertikel nannte er vor allem die in der westlichen Welt zunehmende Neigung zu Fast-Food und damit zu einer ballaststoff- und faserarmen Ernährung, Mangel an Bewegung und Übergewicht. Mit

zunehmendem Alter steigt das Risiko, Divertikel zu entwickeln, deutlich an. Im sechsten bis siebten Lebensjahrzehnt treten bei jedem Zweiten derartige Veränderungen auf.

Darmwandausstülpungen (Divertikulose) stellen im eigentlichen Sinn jedoch noch keine Erkrankung dar. Medizinisch bedeutsam werden Divertikel erst, wenn sie sich entzünden und damit Bauchschmerzen verursachen. Diese Divertikelentzündung wird dann als Divertikulitis bezeichnet. Eine solche Entzündung tritt nur bei einer Minderheit derjenigen auf, die Divertikel haben.

Die Divertikulitis kann sich in unterschiedlicher Art und Heftigkeit äußern. In weniger gefährlichen Stadien der Krankheit kann diese konservativ behandelt werden, also mit Antibiotika, schmerzlindernden Medikamenten, Infusionen (Tropf) und zeitweiliger Einschränkung der Nahrungsaufnahme. Selbst in Fällen, in denen früher standardmäßig operiert wurde, wird heute kaum noch zum Messer gegriffen. Und wenn operiert wird, ja in Notfällen werden muss, kommt inzwischen in den allermeisten Fällen Schlüsselloch-Chirurgie zum Einsatz, wird also nicht mehr der gesamte Bauchraum geöffnet. In der Regel

reichen drei kleine Öffnungen, eine davon für die Kamera, mit der der Operateur seine Arbeit kontrolliert. Wie das funktioniert, zeigte der Referent in einem kleinen Video.

Dank der modernen OP-Techniken und des sonstigen medizinischen Fortschritts ist die Letalitätquote bei Divertikulitis, also die Gefahr, an dieser Krankheit zu sterben, drastisch zurückgegangen. Im Hochwaldkrankenhaus liegt sie aktuell bei weniger als fünf Prozent.

Familien sportpark wächst weiter

Bei herbstlich kühlem Wetter trafen sich am 11.10. die Verantwortlichen der Turngemeinde mit Bürgermeister Guido Rahn und Vertretern der Sponsoren, um im Familiensportpark neben der Sporthalle am Park zwei weitere Geräte einzuweihen. Beide neuen Geräte – die Balancierstrecke »Bergheim«, gefördert von der Sparda-Bank Hessen, der AOK, dem Lions Club Wetterau und der Firma ContiTech, und eine Pedalostrecke, zu deren Finanzierung die Mainova und die Bürgerstiftung »Unser Karben« beigetragen haben – sollen Koordination und Geschicklichkeit fördern. Wie das funktioniert konnten die Anwesenden live erleben, als während der Einweihungsfeier ein kleines Mädchen auf den Platz kam und versuchte, die Balancierstrecke auszuprobieren. Als es nach wenigen Schritten von der Slackline am Anfang der Strecke fiel, half Dagmar Heber von der TG ihm, und an deren Hand klappte es dann mit dem Balancieren. Vielleicht dadurch ermutigt, wagte sich etwas später Jens Boldt (Foto rechts) vom Sponsor Mainova auf die Pedalostrecke.

Deren Funktionsweise hatte zuvor Heike Waller, Leiterin der Abteilung Fitness und Gesundheit der TG und Initiatorin des Sportparks, demonstriert. Heike Waller hatte nach einer kurzen Begrüßung der Gäste durch den TG-Vorsitzenden Martin Menn zu Beginn der Veranstaltung noch einmal die Ziele des Sportparks erläutert und dabei erneut darauf hingewiesen, dass dieses Fitness-Center im Freien für alle Bürgerinnen und Bürger Karbens gedacht ist und nicht nur für Vereinsmitglieder. Mit den jetzt eingeweihten Geräten sei der Park zu mehr als der Hälfte fertiggestellt. Zehn Geräte seien betriebsbereit, weitere sechs sollen noch folgen. Das wird jenseits des bisherigen Spendenaufkommens von fast 35.000,- € weitere rund 32.000,- € erfordern.

Nach dieser Einführung nutzten die anwesenden Vertreter der Sponsoren noch die Gelegenheit zu erklären, warum sie sich ausgerechnet für das Projekt Familiensportpark einsetzen. Der Vorsitzende der Bürgerstiftung »Unser Karben« Ernst Decker wies beispielsweise noch einmal darauf hin, dass der Park allen Karbenern offen stehe. Bürgermeister Rahn zeigte sich sehr erfreut über die Fortschritte beim Ausbau des Parks, bedankte sich für das Engagement des Vereins und vor allem das von Heike Waller und unterstrich, dass die Kooperation zwischen Turngemeinde und Kommune hier sehr fruchtbar sei.



Anzeige



Antonella Moden

A. Groß

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

Größen 36 – 52

VOLLEYBALL

Im Mittelfeld der Oberliga behauptet

Nach dem Abstieg aus der Regionalliga Südwest begann bei den Volleyballerinnen der TG Groß-Karben der Neuaufbau für die Oberliga Hessen. Mit den verbliebenen sechs Spielerinnen aus dem Regionalliga-Kader – Gioia Frey, Julia Hinterthür, Tatjana Schaus, jetzt Metz, Helen Schäfer, Meike Rupp, vormals Schneider, und als »Backup« Tatjana Henkel –, den Rückkehrerinnen Diana Jehner, Ina R. und Bruna Tocantins de Lima sowie den Neuen Jana Achtert, Patricia Armbruster, Pakize Saglik und Julia Stein umfasste der Kader zu Beginn der neuen Saison 13 Spielerinnen. Den Sommer über haben sich das Team und sein neuer Trainer in zahlreichen Trainingseinheiten und bei Turnieren intensiv auf die neue Saison vorbereitet. Thomas Brunner, seit Anfang Mai im Amt, brachte dabei seine ganze Erfahrung als Spieler und Trainer ein. Der Diplomsporthelehrer, Inhaber der B-Trainerlizenz, hat früher selbst für Rüsselsheim und Gießen in der Bundesliga gespielt, als Spielertrainer die Herren des TV Dreieichenhain betreut und die zweite Damenmannschaft der TG 1862 Rüsselsheim in der 2. Bundesliga gecoacht. 2015/16 schaffte er mit den Damen von Eintracht Frankfurt den Aufstieg in die 3. Bundesliga. Sein Saisonziel 2017/18: »Klassenerhalt«.

Sozusagen mitgebracht von seiner letzten Station, dem Oberliga-Team der TS Bischofsheim, hat der Trainer Pakize Saglik (29) und Patricia Armbruster (29). Erstere war 2015 vom TV Jahn Dortmund nach Maintal-Bischofsheim gekommen,

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

Letztere 2016 von der TG Hanau. Zuvor hat sie beim SSC Bad Vilbel gespielt. Beide verstärken die TG auf der Mittelblock-Position. Ebenfalls für diese Position vorgesehen ist Jana Achtert (25), die von der TSG Erlensee den Weg nach Karben gefunden hat. Julia Stein (29), die diagonal eingesetzt wird, ist nach sechs Jahren beim SV Gießen, wo sie zuletzt in der Landesliga Nord aktiv war, zur Turngemeinde gewechselt, möchte hier »Oberligaluft schnuppern« und ist voller Optimismus: »Wir werden bestimmt ein gutes Team.«

Sieg und Niederlage zum Auftakt

Trotz lautstarker Unterstützung ihrer Fans, für die sich Trainer Thomas Brunner nach dem Spiel ausdrücklich bedankte, blieb die ersten Mannschaft der TG am 16.09. beim Saisonauftakt in Marburg ohne Punkte. Mit 0:3 (11:25, 17:25 und 24:26) verlor



Julia Stein (15) gegen den Block der TG Bad Soden

das neu zusammengesetzte Team sein erstes Auswärtsspiel. Im dritten Satz hatten die Karbenerinnen die Chance, das Spiel zu drehen, und bei 24:23 ihren ersten Satzball, konnten den jedoch nicht nutzen. Thomas Brunner: »Schade, dass sich die Mannschaft nach 0:2-Rückstand für die tolle Aufholjagd nicht belohnt hat und den dritten Satz gewonnen hat. ... Nach dem ersten Satzball für uns haben wir durch drei individuelle Fehler hintereinander dann leider die Wende verpasst.« Seinem Team fehle es »verständlicherweise ... noch an der Feinabstimmung«.

Beim ersten Heimspiel eine Woche später klappte es mit der Feinabstimmung schon besser. Mit einem letztlich überzeugenden 3:1 (13:25, 25:17, 25:21, 25:16) gegen die dritte Mannschaft der TG Bad Soden konnte sich Brunners Team am Mittag des 23.09. seine ersten drei Punkte in der Oberliga holen. Nach einem wenig gelungenen ersten Satz knüpfte es wie gewollt an den dritten Satz des Spiels gegen den VfL Marburg in der Vorwoche an und setzte sich in den folgenden drei Sätzen konsequent durch.

Nur ein Punkt aus Spiel drei und vier

Am letzten Samstag im September fuhren die Karbenerinnen nach Nordhessen zur TG Wehlheiden. Erst im Tiebreak mussten sie sich den Gastgeberinnen geschlagen geben (19:25, 25:7, 26:16, 22:25 und 13:15). Nach fast zwei Stunden Spielzeit entschied ein Netzzoller das Spiel für die Gastgeberinnen.

Dabei hätte die TG den Sack bereits im vierten Satz zumachen können, als sie nach einem überzeugenden Auftritt in den beiden vorherigen Sätzen mit 9:2 in Front lag. Damit war, so ihr Trainer, »das Spiel eigentlich gelaufen ... aber dann kam leider der sicherlich konditionell bedingte Einbruch in allen Spielelementen.« Thomas Brunner konnte in Kassel nämlich nur einen Minikader von acht Spielerinnen aufbieten und beklagte anschließend die sehr eingeschränkten Wechselmöglichkeiten.

Mit acht Spielerinnen musste die TG auch im nächsten Heimspiel auskommen, ausgerechnet, als es gegen die favorisierte HTG Bad Homburg ging. Zwei Sätze lang hatte sie am 14. 10. in der Großsporthalle der Kurt-Schumacher-Schule zwar mehr als Außenseiterchancen, am Ende gab es aber doch eine glatte 0:3-Niederlage (19:25, 21:25 und 10:25).

Ungefährdeter Sieg gegen die Landesauswahl

Am 22. 10. Doppelspieltag in der Großsporthalle der Karbener Kurt-Schumacher-Schule: Die Volleyballerinnen der TG waren Gastgeberinnen für die nächsten zwei Spiele der HVV-Auswahl in der Oberliga. Im ersten Spiel am frühen Nachmittag mussten sie selbst – erstmals in dieser Saison zu zehnt, nur Meike Rupp und Bruna Tocantins de Lima fehlten – gegen das Nachwuchsteam des Verbands antreten. Sie zeigten, so ihr Trainer anschließend, eine »sehr konzentrierte, geduldige Leistung«, fuhren mit 3:0 (25:21, 25:18, 25:19) ihren zweiten Heimsieg ein und belohnten sich mit drei zusätzlichen Punkten. Im zweiten Spiel unterlag die Verbandsauswahl der HTG Bad Homburg ebenfalls mit 0:3. Bad Homburg übernahm damit die Tabellenführung, während die TG auf Platz sieben vorrückte.

Ein toller Auftritt in Bad Vilbel

Am 28. 10. trafen die Volleyballerinnen der TG auswärts auf den nächsten schweren Brocken: die klar favorisierte zweite Mannschaft des SSC Bad Vilbel. Mit erstmals fast komplettem Kader – lediglich Zuspielerin Meike Rupp fehlte

– zeigten die Karbenerinnen eine »Klasse Mannschaftsleistung« (Thomas Brunner) und strahlten mit ihrem Trainer um die Wette, als sie die Nachbarinnen 3:2 (17:25, 25:23, 16:25, 25:16 und 15:11) bezwungen hatten. Der Wermutstropfen: Helen Schäfer verletzte sich Mitte des vierten Satzes bei der Ballannahme am Knie, lag mit schmerzverzerrtem Gesicht am Boden und konnte nicht weiterspielen.

Fazit des Karbener Trainers: »Mit den Fans im Rücken trotz 1:2-Rückstand hat die Mannschaft im vierten und fünften Satz mit den vier Neuzugängen Pakize Saglik, Trish Armbruster, Jana Achtert und Julia Stein (erstmalig gleichzeitig auf dem Feld in dieser Saison) das Spiel noch gedreht. Dazu kamen in dieser Phase die wiederum stabile Annahme- und Abwehrleistung von Ina R., das taktisch und technisch präzise Zuspiel von Julia Hinterthür und eine nicht mehr zu blockende Bruna Tocantins de Lima (Foto oben am Netz).«



Noch ein Tiebreak, noch ein Sieg

Nach dem Krimi in Bad Vilbel folgte ein weiterer in eigener Halle. Nach einem 1:2-Rückstand konnte die TG ihr Heimspiel gegen die FSV Bergshausen am 11. 11. noch drehen und im Tiebreak mit 3:2 (25:13, 12:25, 12:25, 26:24, 16:14) für sich entscheiden. Sie schaufelte damit zwei weitere Punkte auf ihr Konto und kletterte mit nunmehr elf Punkten auf Platz fünf der Oberliga Hessen.

Die Karbenerinnen erwischten einen guten Start und zwangen ihre Gäste aus Nordhessen im ersten Satz recht locker mit 25:13. Danach riss allerdings der Faden, und die FSV wurde immer stärker. Zwei Sätze lang hatten die Gastgeberinnen wenig zu bestellen und verloren glatt mit 12:25 und noch einmal 12:25. In der ersten Hälfte des vierten Satzes ein ausgeglichenes Spiel. Danach erarbeitete sich Bergshausen



einen Vorsprung, der bis auf sieben Punkte answoll. 16:23 in Rückstand hatte die TG das Spiel schon fast aus der Hand gegeben, doch das Team von Thomas Brunner gab sich nicht auf, schaffte bei 24:24 den Ausgleich und dann mit 26:24 auch den Satzausgleich.

Gestärkt von dieser erfolgreichen Aufholjagd machten die Karbenerinnen im Tiebreak konzentriert weiter. Seitenwechsel bei 8:4 für die TG, aber die FSV holte wieder auf. Bei 12:12 Ausgleich. Das Spiel wurde endgültig zum Krimi, Zuschauer und Fans hielt es nicht mehr auf den Sitzen. Bei 14:14 erneut Ausgleich. Zwei Ballwechsel später ein Aufatmen. 16:14 und zwei Punkte gewonnen gegen einen Gegner, der wie erwartet auf Augenhöhe contra gab und zweieinhalb Sätze lang wie der sichere Sieger ausgesehen hatte. Die Karbener Spielerinnen und ihr Trainer tanzten und bedankten sich freudestrahlend bei ihrem Publikum (Foto oben).

Damen 2 vorerst auf Platz fünf

Einen besseren Start in die Saison 2017/18 erwischte Mitte September die zweite Volleyballmannschaft der TG. Sie schlug auswärts die dritte Mannschaft der DJK Freigericht mit 3:0 (25:18, 26:24, 25:23) und holte sich ihre ersten drei Punkte. Ende Oktober folgte allerdings – wieder auswärts – eine 0:3-Niederlage gegen die vierte Mannschaft der VGG Gelnhausen, also kein weiterer Punktgewinn. Damit steht das Team derzeit auf Platz fünf der Tabelle, hat jedoch weniger Spiele ausgetragen als die Mannschaften vor ihm, die überwiegend schon vier Chancen hatten, den Stand ihres Punktekontos zu erhöhen.

Die Sportangebote der TG Groß-Karben im Überblick

KINDERTURNEN	Tag	Uhrzeit	Ort	N.N.	
Eltern-Kind-Turnen Kinder 1 – 3 Jahre	Dienstag Dienstag	10.00 – 11.00 15.30 – 16.30	Sporthalle am Park	Simone Marx Sabrina Schäfer	060 39/467 96 89 0176/61 79 80 68
»Turnmäuse« (Kinderturnen) Kinder 4 – 5,5 Jahre A	Montag	15.30 – 16.25	Sporthalle am Park	Natalja Grauberger	060 39/939 70 20
»Kletteraffen« (Kinderturnen) Kinder 5,5 – 6,5 Jahre A	Montag	16.30 – 17.25	Sporthalle am Park	Natalja Grauberger	060 39/939 70 20
»Flummis« (Kinderturnen) Kinder 6,5 – 7 Jahre A	Montag	14.30 – 15.25	Sporthalle am Park	Simone Marx	060 39/467 96 89
Zumba für Kids (4 – 7 Jahre)* A Zumba für Kids (8– 14 Jahre)* A	Dienstag Dienstag	16.00 – 17.00 17.00 – 18.00	KSG-Halle KSG-Halle	Davina Schwittlinsky	01 76/72 82 47 75
WETTKAMPFTURNEN	Tag	Uhrzeit	Ort	Corinna Kaltwasser	0 60 39/75 33
Wettkampfturnen Mädchen Verschiedene Leistungsstufen	Mittwoch Freitag Freitag	14.45 – 20.00 15.30 – 18.00 14.30 – 19.00	Sporthalle am Park Neue Halle der KSS Sporthalle am Park	Corinna Kaltwasser und Anke Tena	060 39/75 33 060 39/443 31
Ü40-Turnen	Samstag	n. Absprache	Sporthalle am Park	Corinna Kaltwasser	060 39/75 33
Ballett* – Kinder 4 – 6 Jahre A Kinder 5 – 8 Jahre A Kinder ab 9 Jahre A	Freitag	15.50 – 16.40 16.40 – 17.30 17.30 – 18.30	Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park	Marika Ostroika	0157/76 42 31 46
FITNESS & GESUNDHEIT	Tag	Uhrzeit	Ort	Heike Waller	0 60 39/77 46
Sportstacking – Hirnjogging für Erwachsene	Montag	09.50 – 10.50	KSG-Halle	Karin Rupp	  015 25/997 57 82
Präventive Gymnastik und mehr – Funktionsgymnastik	Donnerstag	20.00 – 21.00	Sporthalle 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	08.30 – 09.30 09.30 – 10.30 08.45 – 09.45	Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park	Isabel Theis Isabel Theis Susanne Niehaus-Kronshage, Simone Marx	   060 39/992 04 64 060 39/77 46
Rücken-Fit – Erwachsene	Montag	17.30 – 18.30	Sporthalle am Park	Karin Scholz	  060 39/464 24
Beckenbodentraining* A – Erwachsene	Dienstag	20.00 – 21.00	Sporthalle am Park	Karin Scholz (auf Anfrage)	060 39/464 24
Präventives Herz-Kreislauftraining, 50 Plus	Montag	20.30 – 21.30	Sporthalle am Park	Karin Scholz	  060 39/464 24
Präventive Wirbelsäulengymnastik* A Rehabilitative Wirbelsäulengymnastik* A Rehabilitative Wirbelsäulengymnastik* A Rehabilitative Wirbelsäulengymnastik* A	Mittwoch Montag Mittwoch Donnerstag	20.00 – 21.00 10.30 – 11.30 21.00 – 22.00 09.50 – 10.50	Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park	Ansprechpartnerin: Heike Waller	   060 39/77 46
Power Pilates* – Erwachsene	Dienstag	08.15 – 09.15	Sporthalle am Park	Auf Anfrage an Heike Waller	060 39/77 46
Fit in die Woche mit stabilem Kreislauf	Montag	19.30 – 20.30	Sporthalle am Park	Giulia Romano	
QiGong und TaiJiQuan Erwachsene	Dienstag Donnerstag Freitag	20.00 – 22.00 11.00 – 13.00 10.00 – 13.00	Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park	Peter & Marion Hörnecke	060 39/423 93
Nordic-Walking – Erwachsene	Freitag	09.00 – 10.30	Sporthalle am Park	Patricia Gudelius	060 39/62 13
Yoga* – Erwachsene A	Montag Montag Montag Dienstag Donnerstag Donnerstag	17.00 – 18.15 18.30 – 19.45 20.00 – 21.15 08.30 – 09.45 18.00 – 19.15 19.30 – 20.45	Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park	Alexandra Schwittlinsky Simone Marx Simone Marx Simone Marx Alexandra Schwittlinsky Alexandra Schwittlinsky	  060 39/ 92 66 88 060 39/467 96 89 060 39/467 96 89 060 39/467 96 89 060 39/ 92 66 88 060 39/ 92 66 88
Zumba* A	Montag Mittwoch	19.00 – 20.00 19.00 – 20.00	KSG-Halle Sporthalle Roggau	Gina Rivera (Termin auf Anfrage) Gina Rivera	01 72/77 88 53 9
Denkspaß trifft Pezziball* A Denkspaß trifft Pezziball (Fortgeschrittene)* A	Mittwoch Mittwoch	09.15 – 10.15 10.30 – 11.30	Sporthalle am Park: Sitzungszimmer	Sabine Jansen (auf Anfrage)	  060 39/92 92 61
Gymnastik bei Asthma, Diabetes mellitus und Allergien*	Montag	08.45 – 09.45	KSG-Halle	Karin Rupp	  015 25/997 57 82
Herzsport-Übungsgruppe* A Herzsport-Trainingsgruppe* A Herzsport-Übungsgruppe* A	Dienstag Dienstag Mittwoch	17.30 – 18.45 18.45 – 20.00 08.15 – 09.30	Sporthalle am Park Sporthalle am Park Sporthalle am Park	Ansprechpartnerin: Heike Waller	  060 39/77 46
Reha-Sport bei neurol. Erkrankungen* A Reha-Sport bei Diagnose Krebs ...* A	Mittwoch	10.30 – 11.30 09.30 – 10.30	Sporthalle am Park	Isabel Theis und Simone Marx	   060 39/992 04 64 060 39/467 96 89
Autogenes Training – Erwachsene	Freitag	19.15 – 20.45	Sporthalle am Park	Isabel Theis (auf Anfrage)	060 39/992 04 64

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 34/93 99 39 060 39/4 84 61 49
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 34/93 99 39
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	Bastian Lahrmann Info: Holger Heerlein		01 72/6 53 95 71
VOLLEYBALL	Tag	Uhrzeit	Ort	N.N.		
Damen 1 – Regionalliga Südwest	Dienstag Donnerstag	20.15 – 22.30 20.15 – 22.30	Neue Halle der KSS Alte Halle der KSS	Ansprechpartnerin: Tatjana Henkel		060 39/2 09 99 87
Damen 2 – Kreisklasse	Dienstag Donnerstag	18.00 – 20.15 18.00 – 20.00	Alte Halle der KSS Neue Halle der KSS	Helen Schäfer und 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 39/2 09 99 87
Mixed-Gruppe	Freitag	18.30 – 20.00	Neue Halle der KSS	Helen Schäfer Tatjana Henkel		01 76/60 00 72 72 060 39/2 09 99 87
LEICHTATHLETIK	Tag	Uhrzeit	Ort	Simone Keßler		0 60 39/4 55 88
Schüler/Schülerinnen U18 + U16 + U14 + U12	Mittwoch Freitag Montag	17.15 – 18.45 17.00 – 19.45 17.00 – 20.15	Neue Halle der KSS im Sommer Stadion Stadion	Klaus Persy und Simone Kessler und Janine Stavenow		01 75/5 05 46 55 060 39/4 55 88 060 39/92 65 43
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 39/4 55 88
Sportabzeichen alle Altersklassen Mai – Oktober	Mittwoch	17.00 – 18.30	Stadion an der Waldhohl	Willi Baumgartl und Richard Diegel		060 39/78 28 060 39/44 07 3
Walkingtreff – Erwachsene	Montag	09.00	Sporthalle am Park	Jürgen Vorwerk		060 39/4 10 63
Lauftreff – Ambitionierte Läufer/ Läuferinnen (> 11 km)	Dienstag Donnerstag	18.30 18.00	Sporthalle am Park	Karl Heinz Fünffinger		060 34/73 10
Lauftreff – Einsteiger A	Dienstag und/oder Donnerstag	18.00	Sporthalle am Park	Götz Siebert		060 34/47 52
FREIZEIT	Tag	Uhrzeit	Ort	N.N.		
Fit ins Wochenende – Erwachsene	Freitag	19.00 – 20.00	Sporthalle am Park	Verena Kunad		060 39/93 30 39
Kickbox-Aerobic* Jugendl./Erwachsene	Donnerstag	19.00 – 20.00	Sporthalle am Park	Regina Durand		060 39/4 55 84
Callanetics – Erwachsene	Montag	18.30 – 19.30	Sporthalle am Park	Christiane Iwanus		060 39/77 64
Outdoor Fitness	Dienstag	20.00	Schulhof der KSS	Corinna Kaltwasser		060 39/75 33
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 39/63 94
Ringtennis – Schüler und Jugend	Freitag	16.00 – 18.00	Neue Halle der KSS	Hendrik Freitag Info: Ulrich Bick		060 39/63 94
Ringtennis – Erwachsene und Jugend	Donnerstag	20.15 – 22.15	Neue Halle der KSS	Ulrich Bick		060 39/63 94
Faustball – Herren	Montag	20.00 – 22.00	Neue Halle der KSS	Michael Eidenmüller		060 39/93 53 77

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

FORTSETZUNG VON DER TITELSEITE

Sieben Tage durch die Alpen

schreiten der eigenen physischen und psychischen Grenzen. Für Außenstehende nur schwer oder gar nicht nachvollziehbar, aber trotz aller Anstrengung auch Entspannung pur. Mit dem Startschuss zur 1. Etappe sind, von der ersten Minute an, Alltag, Stress, Arbeit und andere Probleme vergessen, denn es gibt nur einen Gedanken, ein Ziel: Laufen und Ankommen. Wobei Ankommen bei ca. 300000 Schritten auf Wanderwegen, Trails in bergigem und hochalpinem Gelände, Felsen, Geröll mit Matsch, Eis und Schnee, Regen und natürlich auch mal Sonne nicht selbstverständlich ist.

Jeder Tritt muss sitzen, Fehleinschätzungen des Untergrunds können unweigerlich zum Sturz, zu Verletzungen und zum Ausscheiden führen. Und mit jeder Etappe wird es nicht einfacher, schließlich stecken die vorherigen Etappen schon in den Beinen. Mehr als 30 Prozent der Teams erreichen im Laufe des Rennens nicht das Ziel bzw. fallen aus der Wertung aufgrund einer Überschreitung der Zeitlimits oder fallen im Streit aufgrund der psychischen Belastung auseinander.

Trailrunning als Etappenlauf oder auch Ultratrailäufe jenseits der Marathondistanz sind mehr als nur einen Fuß vor den anderen zu setzen, sondern erfordern vor allem Willensstärke und die Kunst, sich durch das Setzen kleiner Etappenziele

und das Ausblenden des großen Ganzen, des nicht Vorstellbaren, trotz etwaiger Schmerzen von Tag zu Tag, von Steigung zu Steigung, Schritt für Schritt zu motivieren und weiter zu machen. Laufen ist definitiv Kopsache, denn wenn der Körper sagt, es geht nicht mehr, muss der Kopf sagen, es geht weiter, denn sonst steigt man bei dem kleinsten »Wehwehchen« aus. Fast jede/r Teilnehmer/in leidet irgendwann mehr oder weniger auf der Strecke und fragt sich »Warum tue ich mir das an?«, aber spätestens nach dem Erreichen jeder Markierung, noch 10 km, 5 km ... 1 km gewinnt die Vorfreude auf das Ziel die Oberhand, und spätestens nach dem Überschreiten der Ziellinie sind alle Zweifel vergessen, pure Freude ob der erbrachten Leistung, trotz Erschöpfung und Müdigkeit überwiegen positive Emotionen und Glücksgefühle.

Während des Laufs entstehen Freundschaften, man unterhält sich, man kennt sich, man läuft in einer Region gleicher Zeiten mit Läuferteams aus Singapur, Korea, Frankreich, Italien, Mexiko, Australien, Kanada, USA, China und Hessen, eine große Familie, ein Ziel ... ankommen in Sulden.

Begeistert und berauscht von der erbrachten Leistung, den Schönheiten der Natur, den Bergen und überwältigenden Ausblicken, innehalten, genießen, einfach traumhaft, alle Läufer – ein Ziel.

Einzigartige und überwältigende Emotionen beim Überschreiten der Ziellinie der letzten Etappe in Sulden ... geschafft, einfach geil, eine nicht alltägliche Erfahrung, alle Leiden vergessen, Freude pur, gibt es etwas Schöneres? Nein. Jeder, der die Ziellinie überschreitet, ist ein Sieger, jeder wird gefeiert, bis zum letzten Teilnehmer. Dieses Gefühl kann man nicht beschreiben, man muss es erleben ... und dazu muss man laufen. Wenn auch nicht jedes Jahr, vielleicht irgendwann ... nochmal wieder beim Transalpine Run 20xx.«.

Anzeige

Ihr

Fachgeschäft



ELEKTRO- LEONHARDI



IMMER BESSER

**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

Vor dem Frankfurt Marathon

Das nächste Großereignis nach dem Lauf durch die Alpen war der Mainova Frankfurt Marathon am 29.10.2017. In der Zwischenzeit nahmen einige Marathonis allerdings noch an anderen Läufen teil. Beim Karbener Stadtlauf am 13.08. wurde Volker Heidrich Dritter im Halbmarathon der Altersklasse 65, und Karl-Heinz Fünffinger erreichte in der Altersklasse 60 Rang vier. Gundolf Dunkel schaffte es über 10 km in der Altersklasse 70 auf Platz drei. Er war zuvor auch am 23.07. beim 5. Seemeilenlauf (Streckenlänge sechs Seemeilen) in Friedrichskoog gestartet und nahm am 03.10. am Lauf über die Köhlbrandbrücke im Hamburger Hafen teil, wo er nach 12,3 km Platz elf unter 23 Teilnehmern in seiner Altersklasse belegte. Beim Halbmarathon in Florstadt am 27.08. siegte Walter Theis in der Altersklasse 65, direkt vor seinem Vereinskameraden Volker Heidrich, und in der Altersklasse 60 landete Götz Siebert auf dem zweiten Platz, unmittelbar vor Karl-Heinz Fünffinger.

14 TGLer beim 36. Mainova Frankfurt Marathon

Wenn man für einen Marathonlauf monatelang hart gearbeitet hat, richten sich am Starttag morgens die Läuferblicke sehnsuchtsvoll gen Himmel. So auch am 29.10. in Frankfurt am Main. Fegte doch in der Nacht zuvor das Sturmtief Herwart über Deutschland hinweg und legte nicht nur Zugverbindungen lahm. Aber Zeus hatte Erbarmen: Rechtzeitig hatte es aufgehört zu regnen und die anfangs noch nassen Straßen trocknete rasch die Sonne. Windig war es geblieben, und Böen machten auch den Läuferinnen und Läufern der TG Groß-Karben zu schaffen, die diesmal mit drei Staffeln und zwei Einzelstartern ins Rennen gingen.

Die Marathon-Staffeln der Turngemeinde firmierten bei dieser Veranstaltung als »Wetterauer Laufgiganten« und machten diesem Titel alle Ehre. Die Staffel III mit Claudia Oelschläger, Michael Steinbring, Mathias Laufer und Sandra Schnell brauchte nur etwas mehr als dreieinhalb Stunden für die 42,195 km lange Strecke, die Staffel II mit Simone Keßler, Oliver Feyl, Isabelle Siebert und Götz Siebert benötigte eine knappe halbe Stunde mehr, und zehn Minuten nach ihr kam



Karl-Heinz Fünffinger, Mathias Laufer, Michael Steinbring, Simone Keßler, Gundolf Dunkel, Volker Heidrich, Walter Theis, Oliver Feyl (hintere Reihe v.l.n.r.); Thomas Simon, Götz Siebert, Isabelle Siebert, Bernadette Obermeier, Claudia Oelschläger, Sandra Schnell (vordere Reihe v.l.n.r.)

auch die Staffel I mit Karl-Heinz Fünffinger, Gundolf Dunkel, Volker Heidrich und Walter Theis ins Ziel. Bernadette Obermeier und Thomas Simon liefen in taktisch klugen Rennen die Marathonstrecke »am Stück« und beendeten das Rennen rund fünf Minuten nach dem Einlauf der letzten TG-Staffel.

LEICHTATHLETIK

Höhepunkte der Saison

Topfit präsentierten sich die Leichtathleten der TG Groß-Karben bei den Hessenmeisterschaften in Neu-Isenburg (U16) am 17./18. 06. und in Gelnhausen (U18) am 24./25. 06. Bei heißem Sommerwetter lief Moritz Gubitzer (M15) in Neu-Isenburg über seine Paradenstrecke, die 80 m Hürden, mit 11,80 Sek. eine neue Bestzeit (*Foto unten auf Bahn 3*) und konnte diese Zeit im Endlauf mit 11,81 Sek. noch einmal bestätigen. Der Lohn für diese Leistung: ein sechster Platz und die Qualifikation für die süddeutschen Meisterschaften. Premiere bei Hessenmeisterschaften feierte Rieke Heckmann, die über 100 m an den Start ging und 14,44 Sek. lief.



Über einen ganz besonderen Erfolg konnte sich Malin Stavenow freuen, die in Gelnhausen im Weitsprung am Start war. Obwohl sie noch dem jüngeren Jahrgang angehört, schaffte sie es in den Endkampf und stellte mit einer Weite von 5,54 m eine tolle neue Bestleistung auf. Diese brachte ihr nicht nur Platz fünf auf dem Siebertreppchen ein, sondern auch eine Berufung in den hessischen D-Kader. Die Ernennungsurkunde konnte sie bei einer Feierstunde in Gießen entgegennehmen. Dass Malin gut in Form ist, hatte sie bereits beim Stadionsportfest in Mörfelden am 15. 06. unter Beweis gestellt, wo sie sich mit 5,48 m den zweiten Platz geholt hatte.

Auftrumpfen und gleich einen Doppelsieg landen konnten TG-Leichtathleten auch bei den Kreismeisterschaften der Mehrkämpfer am 27. 08. in Altenstadt. 1818 Punkte brachten Lena Wilcke (W15) den Sieg im Vierkampf und den ersten Platz in der Kreisbestenliste. Sie lief die 100 m in 14,30 Sek., sprang 4,23 m weit, 1,44 m hoch und stieß die Kugel auf 8,97 m. Den Kreismeistertitel im Vierkampf sicherte sich auch souverän Moritz Gubitzer (M15), der 2087 Punkte für sich verbuchte. Er sprintete die 100 m in 12,27 Sek., sprang 5,29 m weit, 1,64 m hoch und stieß die Kugel auf 9,59 m. Dritte im Bunde bei den Meisterschaften war Fiona Philipp (W15), die sich über neue Bestleistungen freuen konnte. Sie erreichte 1494 Punkte. Ihre Leistungen: 14,86 Sek. über 100 m, 4,06 m im Weitsprung, 1,24 m im Hochsprung und 6,01 m im Kugelstoßen.

Rekordaufgebot beim Mini-Marathon in Frankfurt

Mit so vielen Läufern wie noch nie in den vergangenen Jahren ging die TG Groß-Karben beim Mini-Marathon im Rahmen des Frankfurt Marathons am 29. 10. 2017 an den Start. 23 Kinder und Jugendliche hatten sich angemeldet, 22 (*Foto unten nach dem Lauf mit ihren Medaillen*) konnten schließlich gut vorbe-



reitet auf die 4,2 km lange Strecke von der Messe über die Alte Oper und wieder zurück zur Festhalle gehen. Zum Team gehörten zahlreiche erfahrene Marathonis, aber auch einige Mutige, die sich zum ersten Mal der Herausforderung stellten.

Die besten Zeiten bei den Mädchen erliefen Marieke Nass, die nach 22,59 Min. ins Ziel kam und in ihrer Altersklasse den 58. Platz von 163 Läuferinnen belegte, sowie Carolin Schmidt, die 23,48 Min. lief und als 88. von 274 Läuferinnen in ihrer Altersklasse das Ziel erreichte. Bei den Jungen liefen Moritz Gubitzer mit 19,43 Min. (Platz 78 in seiner Altersklasse) und Jan Huschens mit 19,46 Min. (80. Platz in seiner Altersklasse) die besten Zeiten. Die beste Platzierung von allen 22 Karbener Startern schaffte in seiner Altersklasse Lars Scharnagl. Er landete mit einer Zeit von 20,42 Min. bei den Läufern der Altersklasse U12 auf Platz 56.

TURNSPIELE

RINGTENNIS

Acht Podestplätze für die Turngemeinde

Mit Urkunden für fünf zweite und drei dritte Plätze kehrte die Ringtennisgruppe der TG Groß-Karben von den Süddeutschen Meisterschaften zurück, die am Wochenende 24./25. 06. im Karlsruher Rheinstrandbad Rappenwört stattfanden. Auch diejenigen der 18 Teilnehmer aus Karben, die es diesmal nicht unter die ersten Drei schafften, konnten stolz auf ihre Leistungen und Platzierungen sein. So musste sich Hendrik Freitag, der erstmals nicht mehr als Jugendlicher antrat und vor den Titelkämpfen in der nationalen Rangliste der Männer auf Platz 15 lag, nur den auf dieser Liste weit vor ihm platzierten Fabian Ziegler (1.), Timo Hufnagel (3.) und Alexej Ernak (2.) geschlagen geben, landete also auf einem hervorragenden vierten Platz im Herreneinzel.

Zweite Plätze belegten in Karlsruhe Jonas Kruse im Einzel der männlichen Jugend 15–18, Tim Elsner im Männereinzel 19–29, Ulrich Bick im Männereinzel 50, Jonas Kruse und Oliver Elsner im Doppel 15–18 und Hannes Bertelsmann und Carl Seelisch im Jugenddoppel nach dem WTF-System der 11- bis 14-Jährigen. Auf Platz drei landeten Carl Seelisch und Vincent Grunenberg im Jugenddoppel 11–14, Hendrik Freitag und Tim Elsner im Männerdoppel und Malte Jansen und Vincent Grunenberg im WTF-Doppel 11–14. Vor allem bei den männlichen Jugendlichen unter 14 Jahren konnte die Turngemeinde demonstrieren, wie gut ihre Nachwuchsarbeit läuft. Im Einzel schafften es hier die teilnehmenden TGl'er auf die Plätze vier bis sechs und acht, im Doppel neben dem schon erwähnten dritten Platz auch auf die Plätze vier bis sechs und im WTF-Doppel neben den beiden Topplatzierungen noch auf Platz sechs.

Die Süddeutschen Meisterschaften waren ebenso wie die parallel in Hannover ausgetragenen norddeutschen Titelkämpfe gleichzeitig die Qualifikation für die 70. Deutschen Meisterschaften, die für den 08. bis 10. 09. im rheinland-pfälzischen Neuwied angesetzt waren. Dort trafen dann diejenigen aufeinander, die bei den jetzigen Meisterschaften auf den Plätzen eins bis vier gelandet sind, und dazu noch die Nachrücker.

Anzeige

www.margarethenhof.de

Landwirtschaftliche Produkte direkt vom Erzeuger

Einkaufsbauernhof

tagesfrische Eier, Kartoffeln (babynahrungsgesegnet), 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!

Bei den nationalen Titelkämpfen wird nämlich in allen Wettkampfklassen auf acht Teilnehmer bzw. Teams aufgestockt, so dass beispielsweise die Karbener Schüler bis 14 Jahre im Doppel nachrücken konnten, da sich im Norden nur ein Jungendoppel qualifiziert hatte.

Die Karbener Gruppe hat in Karlsruhe auf dem Sportgelände der ESG Karlsruhe gezeltet. Da waren auch noch ein paar Väter dabei, die diese Chance wahrgenommen haben, mit der Gruppe zu übernachten und ein Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln. Nach den Wettkämpfen am Samstag haben die Zeltenden gemeinsam gegrillt und einen gemütlichen Abend an der Feuerschale verbracht. Der Sonntagmorgen begann mit einem gemeinsamen Frühstück beim Gastgeberverein Lichtbund Karlsruhe. Anschließend ging es im Rheinstrandbad mit den Wettkämpfen weiter.

Kids-Cup Hessen bei der TG

Kurzfristig hat die Ringtennisgruppe der TG Groß-Karben im Sommer 2017 noch die Ausrichtung des Kids-Cups Hessen übernommen, bei dem der Ringtennisnachwuchs des Landes im Alter von bis zu zwölf Jahren alljährlich seine Kräfte misst. Bei bestem Spätsommerwetter fanden die Wettkämpfe am Freitag, dem 01. 09., auf der Ringtennisanlage der Turngemeinde vor der Sporthalle am Park statt. Insgesamt waren sieben Mädchen und sechs Jungen am Start. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Gastgebers konnten sich fünf der sechs Podestplätze sichern.

Bei den Mädchen siegte Katrin Mayer (*Foto rechts Mitte*) von der SKG Roßdorf, die den Pokal bereits im Vorjahr gewonnen hatte. Den zweiten und dritten Platz erreichten die Karbener Mädchen Henrike Jansen und Sarah Engelken (*Foto rechts links und rechts*), die beide erst in diesem Jahr mit dem Training begonnen haben und mit diesen Platzierungen einen ersten Erfolg erreichen konnten. Den Wettkampf der Jungen dominierten die Karbener Sportler. Pokalsieger wurde Malte Jansen, gefolgt von Hannes Bertelsmann und Jannek Breiksch.



Hendrik Freitag von der TG hat als Landesjugendfachwart den Wettkampf souverän geleitet und wurde insbesondere von den Jugendspielern, aber auch von den älteren Schülerspielern tatkräftig unterstützt, so dass um 19.00 Uhr nach einem kleinen Imbiss die Sieger geehrt werden konnten.

Zwei Goldmedaillen, eine Nominierung

Mit höchst erfreulichen Ergebnissen und einer tollen Neuigkeit ist das Ringtennisteam der TG Groß-Karben von den 70. Deutschen Meisterschaften zurückgekehrt, die vom 08. bis 10. 09. unter zeitweise widrigen Wetterbedingungen auf dem Sportplatz Bimsstraße im rheinland-pfälzischen Neuwied stattgefunden haben. Samuel Jansen von der Turngemeinde gewann nicht nur den Einzelwettbewerb der 11-bis-14-jährigen Schü-



ler, sondern zusammen mit Hannes Bertelsmann auch noch den Doppelwettbewerb seiner Altersklasse.

Am Rande der Meisterschaften gaben Bundestrainer Thomas Bleile und sein Team am Samstagabend die 16 nominierten Spieler des WM-2018-Kaders bekannt. Neben altbekannten Gesichtern gehören zum Team Deutschland für die WM in Minsk auch vier Neulinge, darunter als jüngster Spieler des gesamten Kaders der 19-jährige Karbener Hendrik Freitag.

Neben den beiden Titeln erspielten sich die Karbener Teilnehmer noch weitere Podestplätze. So landeten Carl Seelisch und Vincent Grunenberg im Doppel hinter ihren Vereinskameraden Samuel Jansen und Hannes Bertelsmann (*Foto oben v.r.n.l.*) auf Platz zwei. Silber gab es auch für Jonas Kruse und Oliver Elsner im Doppel und im alternierenden Doppel der Altersklasse 15–18. Dritte Plätze erreichten Jonas Kruse im Einzel seiner Altersklasse sowie Vincent Grunenberg und Malte Jansen im Doppel nach WTF-System der 11-bis-14-Jährigen.

Josephine Bolowich, die das Endspiel im Frauendoppel der Meisterklasse geleitet hat, erhielt eine besondere Ehrung als beste Jugendschiedsrichterin.

Eine erfolgreiche Premiere

Auf Initiative von Hendrik Freitag (*Foto unten*), der Anfang Oktober erneut zum Landesjugendfachwart im Fachausschuss Ringtennis des Hessischen Turnverbands gewählt worden ist, veranstaltete die TG Groß-Karben am 21./22. 10. erstmals ein Trainingswochenende für alle Ringtennis-Spieler im Alter von bis zu 21 Jahren aus ganz Deutschland. Dazu hatten sich mehr als 60 Teilnehmer aus acht Vereinen angemeldet. Das Trainerteam bildeten Christian Herzog (ESG Frankonia Karlsruhe), Fabian Ziegler (ESG Frankonia), Tim Flender (RTG Weidenau), Jürgen Öttel (TSV Mimmenhausen), Rainer und Timo Hufnagel (TV Pforzheim) und Udo Heger (DJK St. Ingbert). Trainer und Organisatoren machten die Premiere zu einem Erfolg. Rike Stegert von der SKG Roßdorf meinte nach Abschluss der Veranstaltung: »Das Trainingswochenende konnte unter bestmöglichen Bedingungen vonstattengehen und kam bei den Teilnehmern sehr gut an. Hoffentlich wird auch im nächsten Jahr ein solch gemeinschaftliches Wochenende ausgerichtet werden.«

Zu Beginn des Wochenendes stellte sich das Trainerteam vor. Dann wurden die Spielerinnen und Spieler in drei verschiedene Leistungsgruppen unterteilt, denen jeweils ein Drittel der Halle überlassen wurde, und das Training konnte starten. Rike Stegert: »Die erste Gruppe, trainiert von Rainer



und Udo, startete mit den Basics wie Grundringen, sicher zu spielen, einfachen kurzen sowie langen Ringen. Im Laufe des Tages wurden in Partnerübungen wie auch Einzeltrainings mit den Trainern die Grundwurfarten erarbeitet. Dabei wurde individuell in spielerischer Art und Weise auf die Teilnehmer eingegangen und es machte allen Spaß.

Währenddessen konnten Tim und Jürgen mit der zweiten Gruppe schon eher in Richtung Technik und Präzision gehen, indem Fangen in schwierigen Situationen geübt wurde. Als Oberthema hieß es, die erlernte Technik auch unter Druck, wie etwa in den letzten Spielminuten, beizubehalten und sich nicht aus der Ruhe bringen zu lassen. Dabei erhielten die Teilnehmer hilfreiche Tipps und Tricks, wie sie zum Beispiel auch allein Aufgaben für sich effektiv trainieren können. Nämlich sich



wirklich nur auf eine Wurfart oder vielmehr nur einen Ring zu konzentrieren und sich nach und nach dem Idealwurf anzunähern.

Die dritte Gruppe lernte von Fabian und Chrisse das schnelle Spiel am Netz: Drallringe, Hochkommen, Diagonal und Abrollen. Wie der Ring technisch gut geworfen wird, wurde ihnen anschaulich dargestellt und anschließend durch viele Übungen erarbeitet. Dabei wurden die Übungen erst vereinfacht und dann immer schwerer, bis die entscheidenden Kniffe wirklich saßen. Schön für die Spieler war, dass sie nach jeder Übung ein Feedback von den Trainern erhielten, was sie schon gut machen oder was noch verbessert werden muss.«

Nach dem ersten langen Trainingstag ging es für alle ins Karbener Hallenbad, wo sie sich erfrischen und nochmal richtig austoben konnten, aber vor allem einfach gemeinsam miteinander Spaß hatten.

Noch einmal Rike Stegert: »Die Teilnehmer haben sich durch abwechslungsreiche Übungen und das individuelle Training stark verbessert und haben auch vereinsübergreifende Freundschaften knüpfen können, da hier gemeinsam und nicht wie auf Turnieren als Gegner gespielt wurde. Ein Dank geht an die Trainer, dass sie sich die Zeit genommen haben, den Ringtennis-Schülern und -Jugendlichen einen Teil ihrer Spieltechnik beizubringen. Des Weiteren ist der TG Groß Karben und insbesondere unserem Jugendvertreter Hendrik Freitag ... ein großes Lob und Dankeschön auszusprechen.«

VEREIN

Tolle Stimmung an der Gehspitze

Weite Teile Karbens wirkten am 09.07.2017 verlassen wie an einem autofreien Sonntag, nur an der Gehspitze herrschte reger Betrieb. Um die Mittagszeit versammelten sich dort mehr als 200 Menschen jeden Alters am Stimmungsnetz der TG Groß-Karben, saßen oder standen im Schatten der Bäume, verfolgten das Radrennen des IRONMAN, beklatschten die Athleten und gönnten sich etwas zu essen und/oder trinken.

Der neue Partner der Veranstaltung, hr1, sorgte mit seinem Team auf der gegenüberliegenden Straßenseite dafür, dass



die Zuschauer das Renngeschehen einordnen konnten, und forderte sie immer wieder erfolgreich auf, die Radfahrerinnen und Radfahrer anzufeuern. Die TG-Mitglieder, die schon bei der Premiere 2002 dabei waren, konnten sich nicht erinnern, schon einmal so viel Andrang und eine so tolle Stimmung beim IRONMAN in Karben erlebt zu haben.

Die ersten Fans hatten sich schon am Morgen kurz nach acht Uhr an der Gehspitze eingefunden und bekamen so mit, wie die führenden Athleten Andreas Böcherer, Sebastian Kienle und Patrick Lange erstmals durch Karben düsten.

Zu Besuch in St. Égrève

Wie Ende 2016 besprochen, als zehn Leichtathleten der Union Sportive de Saint-Égrève (USSE) in Karben Station machten, statteten zwölf Mitglieder und Freunde des Laufteams der TG Groß-Karben der französischen Partnerstadt über ein verlängertes Wochenende vom 14. bis 17.07.2017 einen Gegenbesuch ab. Auf dem Programm stand dabei für einige Teilnehmer auch der Start bei einem Traillauf über 65 km und zwei Hängebrücken, dem Trail des Passerelles Monteynard. Nicht nur von diesem Lauf, sondern auch von ihren Gastgebern, bei denen sie privat untergebracht waren, und den weiteren gemeinsamen Aktivitäten, etwa einer Schifffahrt über den Lac Monteynard, nahmen die Karbener viele positive Eindrücke mit.

Am Freitag, dem 14.07., machten sich Götz Siebert, Thomas Simon, Bernadette Obermeier, Mathias Laufer, Martin Menn, Volker Heidrich, Ewald Schuhmacher, Susanne Schubert, Dieter Behrens, Patricia Krug, Rainer Siebert und Rolf Weith auf die lange Reise nach St. Égrève, das rund 10 km

nordwestlich von Grenoble in den französischen Alpen liegt. Abfahrt morgens um 7.00 Uhr am Hessenring, Ankunft abends um 18.45 Uhr in der Partnerstadt, wo sie von den französischen Freunden und Mitgliedern des Verschwisterungskomitees mit einem kleinen Umtrunk begrüßt wurden.

Am Samstag folgten nach der erwähnten Schifffahrt eine gemeinsame Wanderung über 12,5 km, auf der auch zwei Hängebrücken, 180 bzw. 220 m lang, überquert werden mussten, und ein Abendessen bzw. Buffet im Stadion der USSE.

Am Sonntag mussten vor allem die Läufer früh raus, denn der Trail des Passerelles Monteynard startete bereits um 5.30 Uhr in La Mure mit dem Ziel Plage de Treffort. Bernadette Obermeier trat als Etappenläuferin der 2. Etappe über 22,5 km an, Volker Heidrich als Etappenläufer der 3. Etappe über 14,5 km. Mathias Laufer, Thomas Simon und Götz Siebert



muteten sich die gesamte 65-km-Strecke zu und zeigten sich von ihrer besten Seite. Mathias Laufer kam nach fabelhaften 10:08:14 Stunden ins Ziel und erreichte damit den elften Platz in seiner Altersklasse. Götz Siebert finishte ebenso phantastisch in 10:44:39 Stunden und wurde so sensationell Zweiter in seiner Altersklasse.

Während die Genannten durch die Alpen liefen, besichtigten die »Nichtläufer« historische Plätze und machten ein Picknick. Am Abend beim »Großen Buffet« im Stadion trafen dann alle wieder zusammen und feierten bei lauen Temperaturen bis kurz vor elf. Am Montag um 8.35 Uhr ging es auf die Rückreise, und alle Teilnehmer waren sehr zufrieden mit diesem Freundschaftsbesuch.

**Trail
des
Passerelles
Monteynard**

Ehrung der Stadt für 14 TG-Mitglieder

Am Samstag, dem 28.10.2017, fand im Karbener Bürgerzentrum die Feierstunde statt, in deren Rahmen Bürgermeister Guido Rahn alljährlich Sportlerinnen und Sportler aus den örtlichen Vereinen für besondere sportliche Erfolge würdigt. Zu den Ausgezeichneten gehörten in diesem Jahr fünf Ring-

tennisspieler der TG Groß-Karben, der Leichtathlet Torben Jungclaus, der leider nicht anwesend sein konnte, und das Landesliga-Team der Turnerinnen.

Ulrich Bick, Hendrik Freitag, Jonas Kruse, Oliver und Tim Elsner aus der Ringtennis-Gruppe der Turngemeinde wurden für ihre zahlreichen hervorragenden Platzierungen bei den Landes-, Süddeutschen und Deutschen Meisterschaften geehrt. Eine besondere Erwähnung fand die Nominierung von Hendrik Freitag für den deutschen Nationalkader, der 2018 an den Weltmeisterschaften in Minsk teilnehmen wird. Torben Jungclaus hat sich seine Ehrung als Kreismeister im 400-Meter-Lauf und Hessenmeister über 400 m Hürden verdient.

Die jungen Turnerinnen – Julia Zimmermann, Alina Jaux, Yanina Tena, Svenja Posthaus, Ida Gubitzer und Laura Semdner – erhielten ihre Urkunden für ihre ersten Plätze bei den Gaumannschaftsmeisterschaften 2016 und 2017 sowie den regionalen Titelkämpfen 2016. Außerdem waren sie im Vorjahr bei der Hessenmeisterschaft auf Platz sechs gelandet.

Ehrung auch für den Nachwuchs

Eine Woche nach den erwachsenen Sportlerinnen und Sportlern der Stadt wurden am Samstag, dem 04. 11. 2017, auch die jugendlichen ausgezeichnet, erhielten aus der Hand von Bürgermeister Guido Rahn Urkunden und als Symbol dafür, dass Karben seinen sportlichen Nachwuchs nicht im Regen stehen lässt, Regenschirme als Präsent. Unter den 99 in der Petterweiler Sporthalle Geehrten waren 19 Mitglieder der TG Groß-Karben aus den Bereichen Ringtennis, Wettkampfturnen und Leichtathletik.

Die Ringtennisspieler Hannes Bertelsmann, Vincent Grunenberg, Alexander Hellmann, Malte und Samuel Jansen, Bennet Marx und Carl Seelisch wurden für ihre tollen Platzierungen bei den Hessischen, Süddeutschen und zum Teil Deutschen Meisterschaften ausgezeichnet, beispielsweise Samuel Jansen als zweifacher Deutscher Meister im Einzel und im klassischen Doppel, dort zusammen mit Hannes Bertelsmann.

Das Turnteam Maya Altmann, Cora Dettingmeijer, Natalie Jenner, Olivia Limona, Anna-Katharina Nimcke und Greta Weyland hatte sich für die Ehrung durch seinen zweiten Platz bei den Gaumannschaftsmeisterschaften im Wettkampf P5 und seine Qualifikation für den Regionalentscheid 2017 empfohlen und Helena Simon als Gau-Einzelmeisterin. Mit diesem Titel hatte sie sich auch für die Landesmeisterschaften qualifiziert.

Aus der Leichtathletik-Gruppe der TG kamen Rieke Heckmann, Fiona Philipp, Malin Stavenow und Lena Wilcke sowie Moritz Gubitzer zu Ehren, die Mädchen als Kreismeisterinnen der 4 x 200-Meter-Staffel in der Halle, Lena Wilcke, Malin Stavenow und Moritz Gubitzer auch wegen ihrer Einzelerfolge bei den Kreismeisterschaften in verschiedenen Disziplinen. Malin Stavenow (*Foto rechts*) zudem für ihren fünften Platz im Weitsprung mit dem persönlichen Rekord von 5,54 m bei den Jugendmeisterschaften des Landes, der ihr eine Berufung in den Hessischen D-Kader einbrachte.



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 2017

09.12. 20.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Naurod – TG Groß-Karben	Wiesbaden Kellers- kopfhalle
09.12.	LAUFEN: Weihnachtsfeier	Karben Sporthalle am Park
09./10.12.	Karbener Weihnachtsmarkt	Karben Am Bürger- zentrum
17.12. 16.00 Uhr	VOLLEYBALL: Bollerwagen-Fackel-Wanderung	Karben

JANUAR 2018

13.01. 16.00 Uhr	VOLLEYBALL: HVV-Auswahl – TG Groß-Karben	Bad Soden Ottfried- Preußler-Schule
20.01. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Hanau 2 – TG Groß-Karben 2	Hanau Elisabeth- Schmitz-Schule
20.01. 16.00 Uhr	VOLLEYBALL: TV Waldgirmes 2 – TG Groß-Karben	Lanau Sporthalle Lahntalschule
27.01. 13.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben 2 – DJK Freigericht 3	Karben Kleine Halle der KSS
27.01. 13.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben 2 – VBC Büdingen 2	Karben Kleine Halle der KSS
27.01. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben – SSC Bad Vilbel 2	Karben Großsport- halle der KSS
28.01. 11.00 Uhr	VEREIN: Bewegungsdschungel	Karben Großsport- halle der KSS

FEBRUAR 2018

03.02. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL: HTG Bad Homburg – TG Groß-Karben	Bad Homburg Feri- Sportpark
16.02. 19.00 Uhr	VEREIN: Heringessen	Karben Sporthalle am Park
17.02. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben – TG Wehlheiden	Karben Großsport- halle der KSS
24.02. 15.00	VOLLEYBALL: VBC Büdingen 2 – TG Groß-Karben 2	Büdingen Dohlberg- halle

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

24.02. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben – 1. VC Wiesbaden 3	Karben Großsport- halle der KSS
---------------------	---	--------------------------------------

MÄRZ 2018

04.03. 16.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Bad Soden 3 – TG Groß-Karben	Bad Soden Ottfried- Preußler-Schule
10.03. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: TV Roßdorf – TG Groß-Karben 2	Roßdorf Heinrich- Böll-Schule
10.03. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben – VfL Marburg	Karben Großsport- halle der KSS
10./11.03.	WETTKAMPFTURNEN Landesliga II und V (1. & 2. Mannschaft)	
12.03. 19.30 Uhr	FITNESS & GESUNDHEIT »Wissen, was hilft«	Karben Sporthalle am Park
16.03. 20.00 Uhr	VEREIN: Mitgliederversammlung mit Wahlen	Karben Sporthalle am Park
17.03. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben 2 – VGG Gelnhausen 4	Karben Kleine Halle der KSS
17.03. 15.00 Uhr	VOLLEYBALL: TG Groß-Karben 2 – TG Neuenhaßlau 2	Karben Kleine Halle der KSS
17.03. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL: FSV Bergshausen – TG Groß-Karben	Fuldabrück Sport- halle vor der Söhre
24.03. 19.00 Uhr	VOLLEYBALL-SAISONFINALE: TG Groß-Karben – TG Naurod	Karben Großsport- halle der KSS

APRIL 2018

22.04.	WETTKAMPFTURNEN Landesliga II (1. Mannschaft)	
28.04. 10.00 Uhr	FITNESS & GESUNDHEIT Welt-TaiJi-und-QiGong-Tag	Karben Sportplatz Roggau
28.04. – 04.05.	LAUFEN: Trainingslager	Mallorca

MAI 2018

05./06.05.	WETTKAMPFTURNEN Einzel-Landesfinale Jugend & Schülerin- nen (9 bis 15 Jahre & Pflicht bis 18 Jahre)	
17./18.05	WETTKAMPFTURNEN Einzel-Landesfinale Gerätturnen LK II und LK III (16 bis 29 Jahre)	
26. oder 27.05	WETTKAMPFTURNEN Landesliga V (2. Mannschaft)	
26./27.05.	RINGTENNIS: Hessische Meisterschaften	Roßdorf

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	
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: HELADEF1FRI IBAN: DE78 5185 0079 0113 0006 60		

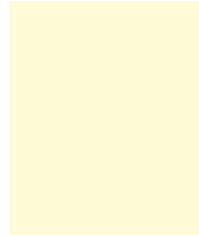
IHR KONTAKT ZU UNS



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



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



Abteilungsleitung Kinderturnen
N.N.



Abteilungsleitung Leichtathletik
Simone Kessler
simone.kessler@arcor.de



2. Vorsitzender
Otto Wagner
ottokar61184@unitybox.de



Beisitzerin
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.



Abteilungsleitung Freizeit
N.N.



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 060 39/93 1199
Telefax 060 39/209 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 060 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



TG Groß-Karben 1891 e.V.

Geschäftsstelle: Auf der Wiese 4, 47184 Karben | Tel.: 05231 - 12 11 82 | www.tg-gross-karben.de | E-Mail: info@tg-gross-karben.de

Beckenbodentraining

Neuer 10-Wochen-Kurs ab 16.01.2018

Zeit: dienstags von 20.00 Uhr bis 21.00 Uhr
Ort: Sporthalle am Park, August-Buß-Weg 1, oberer Gymnastikraum
Kursgebühr: 45,00 € für Nicht-Mitglieder, gebührenfrei für Mitglieder
 Voranmeldung erbeten

Kursinhalte: Sie erfahren durch gezieltes Training, ihren Beckenboden wieder stark und sicher zu machen. Neben allgemeinen Turnübungen konzentrieren wir uns auf Möglichkeiten, wie wir das Training in den Alltag integrieren können. Inkontinenzprobleme bei Frauen und Männern bekommen auch Sie durch ein gezieltes Training wieder in den Griff!

Leitung & Auskunft: Karin Scholz, Übungsleiterin
 Haltung und Bewegung, Telefon: 06039/46424

Wir bewegen Karben



Ein Ruheplatz im Familiensportpark

Der Familiensportpark neben der Sporthalle am Park ist in diesem Sommer nicht nur um zwei weitere Geräte gewachsen, sondern auch um eine Bank, auf der man sich ausruhen kann, wenn man sich dort ausgepowert hat. Die Bank wurde von Sigrid und Jürgen Vorwerk gestiftet. Eine Initiative, die zur Nachahmung animieren sollte.



Badminton: noch Plätze frei

In den Badmintongruppen der TG sind noch Plätze frei. Die Gruppen trainieren alle regelmäßig in der Großsporthalle der Kurt-Schumacher-Schule: Schülerinnen und Schüler montags von 16.00 bis 17.30 Uhr betreut von Ralf Losensky, die Jugendlichen anschließend bis 19.30 Uhr mit Bastian Lahrmann. Die erwachsenen Freizeitspieler treffen sich zwei Mal die Woche: dienstags und donnerstags, jeweils von 20.15 bis 22.15 Uhr. Nähere Infos gibt es bei Holger Heerlein unter der Telefonnummer 0172/6539571.



TG Groß-Karben 1891 e.V.

Geschäftsstelle: Auf der Wiese 4, 47184 Karben | Tel.: 05231 - 12 11 82 | www.tg-gross-karben.de | E-Mail: info@tg-gross-karben.de

Herings-Essen

Freitag, 16.02.2018, um 19.00 Uhr in der Sporthalle am Park | Einlass ab 18.30 Uhr

Auch wer keinen Frisch mag, wird satt. Und für Unterhaltung ist gesorgt. Eintritt 10,00 € inkl. Büfett.



Turngemeinde Groß-Karben 1891 e.V. präsentiert

Bewegungsdschungel

Sonntag 28.01.2018 um 11.00 Uhr Großsporthalle der KSS