

# TURNER BLÄTTCHEN

Ausgabe 1/2015

Vereinsnachrichten der Turnerschaft Geisenheim 1848 e.V.



*Geschichten zur Vereinsfahne  
Zwei Jubiläen der besonderen Art  
Die Montagsfrauen in Gelnhausen  
Weihnachtsfeiern der Abteilungen*

*Abschlusstraining der „Herzis“  
erfolgreiche Leichtathleten  
Spiele-Nachmittag  
Kreis-Cross-Lauf*



Fritz Issinger auf der Bubenhäuser Höhe



Unsere Vereinsfahne



Historische Fahنشleifen

## Inhalt

Geschichten über unsere Vereinsfahne	3	Abschlusstraining der „Herzis“	10
Zwei Jubiläen der besonderen Art	4	Leichtathleten in der Halle erfolgreich!	11
Die Montagsfrauen in Geinhausen!	5	Die neuen Mittwochsgymnastikgruppe	12
Weihnachtsfeier der Montagsfrauen	5	Spiele-Nachmittag	13
Weihnachtsfeiern bei den Leichtathleten	6	Kreis-Cross-Lauf im Rheingaustadion	14
Alle Jahre wieder!	7	Verdiente Sportlerinnen und Sportler der TSG	15
Weihnachtsfeier der Senioren-Gymnastikgruppe	7	Kinderseiten	16
Weihnachtsfeier der Mittwochsfrauen	8	Trainingsplan	18
TSGler zur Weihnachtsfeier im Kino	9		

## Impressum

**Herausgeber:**  
Turnerschaft Geisenheim  
Neustraße 8  
65366 Geisenheim

**Verantwortlich für den Inhalt:**  
Andrea Wunsch  
Im Jungenhaag 9  
65385 Rüdesheim  
Tel. 06722/910746

**Redaktion:**  
Alexander Derstroff, Petra Derstroff, Andrea Wunsch

**Kostenlos erhältlich bei:**  
Vorstandsmitgliedern, Übungsleitern, Rheingauer Volksbank, Nassauische Sparkasse, Modehaus Scherer, Autohaus Reutershan, Tanzschule Axel Jolie, Kulturzentrum „Scheune“, Städtischer Kindergarten

Auflage: 600 Stück  
**Druck:** Druckerei Nagel  
**Satz:** Andrea Wunsch

## Geschichten über unsere Vereinsfahne

Fahnen und Flaggen sind besonders aussagekräftige Zeugen der Geschichte. Sie gelten als feste Bestandteile von Ritualen der Identifikation im militärischen wie im zivilen Bereich. So tragen sie zur Existenz eines „Wir-Gefühls“ bei.

Die aktuelle Fahne der TSG stammt aus dem Jahr 1919, als sich die Turngemeinde mit dem Männerturnverein zur Turnerschaft zusammenschloss. Es gab noch eine ältere Fahne, die seit dem Umbau des Vereinslokals - Deutsches Haus -, so vermutet man, spurlos verschwunden ist. 1861 wurde von den „Damen“ Geisenheims der Turngemeinde eine Fahne übergeben, die sie eigenhändig genäht und gestickt hatten. Zu dieser Zeit durften die Frauen Geisenheims noch nicht Mitglied der Turngemeinde sein. Bei einem Treffen mit Frau Weber erzählte sie mir eine „Fahnen“- Geschichte.

1950 fand in Kassel das erste Landesturnfest Hessens statt. Viele Mitglieder der TSG (Jahrgänge um 1910) fuhrten mit einem Sonderzug dorthin und wurden in Privatquartieren in und um Kassel untergebracht. Auch Willy Ewald fuhr als Fahnenträger mit. Die Fahnen sämtlicher Vereine mussten vor dem Turnfest im Rathaus in Kassel abgegeben und am Tag des Turnfests wieder abge-

holt werden. Am Ende des Festumzugs sollte jeder Verein eine Fahnen Schleife bekommen. Diese galten und gelten heute noch als besondere Auszeichnung und deutlich sichtbare Zeichen der Anerkennung/Wertschätzung und Verbundenheit innerhalb des Vereins. Da Willy Ewald leider außerhalb Kassels sein Quartier bezogen hatte, kam er am Morgen zu spät zum Rathaus, welches leider schon geschlossen hatte. Enttäuscht, keine Fahnen Schleife erhalten zu haben, machten sich die Turner ein paar Tage später auf den Nachhauseweg. Kurz vor Geisenheim musste der Zug ein paar Minuten halten und während der Wartezeit holte Fritz Issinger, zur Überraschung aller, eine Fahnen Schleife aus seinem Gepäck. Dank seiner Verbindungen zu den Landesverbänden hatte er es irgendwie geschafft, an eine Schleife zu kommen. Die Freude war daraufhin riesengroß. Das Foto links zeigt Fritz Issinger bei einem Wettkampf auf der Bubenhäuser Höhe.

Petra Derstroff

Quellen: [www.uni-osnabrueck.de/presse\\_oeffentlichkeit](http://www.uni-osnabrueck.de/presse_oeffentlichkeit)  
150 Jahre TSG - Festschrift  
Erinnerungen von Frau Weber



Die erste Handballmannschaft der TSG

## Zwei Jubiläen der besonderen Art

Gleich zwei besondere Jubiläen konnte unser langjähriges Mitglied Anneliese Hauck im vergangenen Jahr begehen. Neben ihrer 75-jährigen Mitgliedschaft in der Turnerschaft Geisenheim konnte sie am 20.12.2014 ihren 90. Geburtstag feiern. Anneliese Hauck ist quasi mit der TSG groß geworden. Nach Ende des zweiten Weltkriegs war sie Mitglied der ersten Handballmannschaft der TSG, die ein halbes Jahr nach Kriegsende mit Erlaubnis der amerikanischen Militär-Regierung aktiv werden konnte. 1947 kam die Mannschaft sogar zu Meisterehren. Bis zu einer Hüft-Operation 1958 war Frau Hauck bei den Gymnastikfrauen (Mittwochsfrauen) aktiv. Darüber hinaus war sie mehrere Jahre im Vorstand als Schriftführerin und Kassiererin tätig. Besonders gern erinnert sich Frau Hauck an die vielen geselligen Veranstaltungen wie Wanderungen, Kegelabende, Stammtischrunden etc.

Eine besondere Verbindung zur TSG hat Frau Hauck auch durch ihren Vater, Peter Spring. Dieser war von 1927-1933 Vereinsvorsitzender der Turnerschaft Geisenheim und in seiner Jugend begeisterter Turner. Als bekennender Pazifist, Sozialdemokrat und Gegner des NS-Regimes starb er im April 1945 im KZ Dachau.

Alexander Derstroff

In der Region - für die Region.

**Unsere Kunden...  
...haben Erfolg!**

RHEINGAUER VOLKSBANK  
nah | direkt | persönlich

www.rheingauer-volksbank.de



Weihnachtsengel in Gelnhausen



Weihnachtsfeier der Montagsfrauen

## Die Montagsfrauen in Gelnhausen

Am Freitag, den 12.12.2014 ging es per Bahn zum Weihnachtsmarkt in das beschauliche Gelnhausen mit seinen schönen Fachwerkhäusern. Nach einer Stärkung unternahmen wir eine weihnachtliche Führung mit der Schneekönigin. Wir erfuhren viel über das frühere Leben der Stadt. Wortspiele und deren Hintergründe aus alten Zeiten und Bräuchen wurden uns auf amüsante Weise erläutert. Dazu gab es Gewürzplätzchen, Huzelkuchen und Glühwein. Vor dem ganz alten Karussell wurde nicht halt gemacht. Wir sahen das Christkind und den Goldengel. Als die Weihnachtslichter überall in Ober- und Unterstadt brannten, mussten wir leider unsere Heimreise antreten. Es war für alle ein wunderschöner Tag.

Monika Frankenberger

## Weihnachtsfeier der Montagsfrauen

Am Montag, den 15. Dezember 2014 traf sich die Frauengymnastikgruppe im Hotel Trapp im „Blauen Salon“ zu ihrer diesjährigen Weihnachtsfeier. Übungsleiterin Monika Frankenberger konnte 17 Sportkameradinnen an diesem Abend begrüßen. In einem sehr schönen, festlich dekorierten Rahmen durfte sich jede Teilnehmerin ein Päckchen aus dem Sack nehmen und es gab zu Freude aller noch einen Gutschein. Drei Damen, die in einem Chor singen, haben Weihnachtslieder gesungen und es wurden Gedichte vorgelesen. Mit diesem Ausklang endete für unsere Gruppe ein harmonisches Jahr 2014.

Monika Frankenberger

**Kieslich**

Bedachungen Spenglerei Gerüstbau  
06722/5594 www.kieslich-dach.de



Kochen und Chillen im Vereinsheim



Fun beim Bowlen



Lockeres Zusammensein der „Herzis“ zu Weihnachten



Tradition - die Weihnachtsfeier der Seniorenfitness

## Weihnachtsfeiern bei den Leichtathleten

Am 05.12., 06.12. und 13.12.2014 trafen sich die Kinder und Jugendlichen der TSG zusammen mit dem Trainerteam zu den diesjährigen Weihnachtsfeiern.

Die 12 - 19-Jährigen trafen sich am 05.12.2014 abends zum Kochen und Chillen im Vereinsheim in der Kellersgrube. Bei leckerer Pasta und dem Film „Die Bestimmung“ hatten alle viel Spaß und erlebten einen schönen Abend.

Die 7 - 11 Jährigen trafen sich am darauffolgenden Morgen in Wiesbaden in der Fun-Fabrik zum Bowlen. Dabei hatten alle viel Spaß und zeigten großen Einsatz. Die Jüngsten erlebten am 13.12.2014 einen tollen Vormittag im Kino in Geisenheim. Gemeinsam mit den Turnern und unseren Gruppen vom St. Vincenzstift schauten sie sich den Film „Paddington“ an.

Alexander Derstroff

**175 JAHRE**

**Neuer Look. Starker Auftritt.**

Pünktlich zum 175. Geburtstag bekennen wir Farbe und zeigen uns ab sofort im neuen, roten Look.

So ist unsere Zugehörigkeit zu der Sparkassen-Finanzgruppe ganz deutlich, und wir setzen ein starkes Zeichen für die Zukunft.

**Naspa**  
Nassauische Sparkasse

[www.175.naspa.de](http://www.175.naspa.de)

## Alle Jahre wieder! Weihnachtsfeier der Koronarsportgruppe

Die Herzsportgruppe trifft sich dienstags, ob das zum Training oder zum Feiern ist. Also traf man sich am 02.12.14 zur Weihnachtsfeier. Sie fand wieder im Weingut Hemes in Oestrich-Winkel statt, das wie üblich proppenvoll war. Man kommt gerne mit Partner. Natürlich gibt es da gewisse Rituale, die sich wiederholen. Die Ärzte, die Übungsleiter und der Koordinator erhalten ein kleines Geschenk; die Ärzte geben einen aus. Dann sitzt man locker zusammen, isst, trinkt und „babbelt“. Der Auftritt des „Duo Coro“ (Martin Vogel Mundharmonika, Peter Bach Gitarre) mit einigen Liedern gehört inzwischen dazu. Es fehlte auch nicht der „Herzie-Boogie“, ein Liedchen, das das Training ein wenig auf die Schippe nimmt. Es geht also alles andere als bierernst zu. Neues? Immerhin ist „Cheftrainer Maddin“ Vogel als frischgebackener Rheingauer des Jahres angetreten. Er war sicher von etlichen seiner Wähler umgeben. Paul Dries berichtete auch kurz aus der Sicht eines Partners. Er stellte fest, dass Dienstag ganz einfach Herzsport ist. Basta. So neu nun auch wieder nicht (s.o.).

Vergleicht man das mit früheren Berichten, denkt man vielleicht ein wenig an „same procedure as every year“. Ja und? Macht doch auch immer Spaß.

Peter Bach

## Weihnachtsfeier der Senioren-Gymnastikgruppe

Zur schon zur Tradition gewordenen Weihnachtsfeier der Gymnastikgruppe „Seniorenfitness“ trafen sich am 17.12.14 21 Senioren um 18.00 Uhr im Winzerhaus in Johannisberg. Vera Bittner hatte die weihnachtlich dekorierten Tische wie schon häufig mit selbstgebackenen Plätzchen ergänzt. Nachdem alle Teilnehmer eingetroffen waren, bedankte sich Franz Jörger im Namen aller für die von den Übungsleitern geleistete Arbeit. Anschließend gab Holger Wunsch einen kurzen Rückblick über das Jahr 2014 und einen Ausblick auf das Jahr 2015 (Hallensituation). Nach einem guten Essen lasen Ernie Stutzer, Angelika Oberst und Resi Meckel lustige Weihnachtsgeschichten vor. Elisabeth von Ameln hatte Weihnachtslieder kopiert die dann von allen gesungen wurden. Nach vielen angeregten Gesprächen mit den Tischnachbarn wünschten sich alle Teilnehmer schöne Feiertage und alles Gute für 2015. Am Ende konnten alle noch das neue Turnerblättchen mit nach Hause nehmen.

Holger Wunsch



Weihnachtsfeier der Mittwochsfrauen



Ein Hauch von Wehmut...



Der Weihnachtsmann der TSG brachte den Kindern den Film „Paddington“ ins Kino

## Weihnachtsfeier der Mittwochs- frauen und Abschied vom aktiven Trainingsbetrieb

Ein Hauch von Wehmut wehte am 03.12.2014 durch die Domstuben zu Geisenheim. Dort trafen sich unsere Mittwochsfrauen zu ihrer traditionellen Weihnachtsfeier. Bei köstlichen Speisen und kühlen Getränken erlebten alle einen schönen Abend. Leider wird es wohl die letzte Weihnachtsfeier als aktive Gymnastikgruppe gewesen sein. Da immer weniger Damen den Weg mittwochs abends in die Turnhalle gefunden haben, hat die Gruppe beschlossen, den Trainingsbetrieb einzustellen. Damit geht eine über 55jährige Ara zu Ende. Nach dem zweiten Weltkrieg wurde die Frauenturngruppe unter der Leitung von Therese Weber wiederbegründet. Am Anfang trafen sich nur acht Frauen zum regelmäßigen Training. In kurzer Zeit entwickelte sich die Abteilung aber zu einer großen, aktiven Gruppe und nennt sich „Mittwochs-Frauenturngymnastikgruppe“. Neben dem Sportbetrieb pflegte die Gruppe von Anfang an das gemütliche Beisammensein. Neben gemeinsamen Fahrten und Festivitäten wurde beispielsweise 1972 ein eigener Kegelclub gegründet. Im Laufe der Zeit haben sich zwei Gruppen mit verschiedenen sportlichen Anforderungen gebildet. Seit November 1995 haben sich die beiden Gruppen auch räumlich

mit neuen Übungszeiten getrennt. Die Leitung der „Montagsfrauen“ übernahm Monika Frankenberger. Gerti Oswald kümmerte sich seitdem um den Trainingsbetrieb der „Mittwochsfrauen“. 2007 konnten beide Gruppen ihr 50-jähriges Bestehen feiern. Einige Sportlerinnen der Mittwochsfrauen werden nun zu den Montagsfrauen wechseln und dort weiter trainieren. Auf jeden Fall will man sich weiterhin regelmäßig treffen.

Petra Derstroff

- Elektro-Installation
- Schalt- und Steuerungsbau
- Zähler- und Sprechanlagen
- Alt- und Neubauinstallation
- Zuverlässiger Service und individuelle Beratung



Elektromeister  
**Rudolf Kienberger**

65366 Geisenheim · Niclas-Vogt-Straße 12  
Telefon: 06722-8464 · Telefax: 06722-981787

## TSGler zur Weihnachtsfeier im Kino

Einen spannenden Vormittag verbrachten die Kleinsten der Leichtathleten, die Turner sowie die Gruppen Psychomotorik und Leichtathleten Special Olympics im Geisenheimer Kino. Die Turnerschaft Geisenheim hatte alle zu einer Sondervorstellung des Films „Paddington“ eingeladen. Bei Popcorn und kühlen Getränken genossen die Besucher den spannenden Film und hatten jede Menge Spaß. Der Dank der TSG geht an Herrn Thorn und sein Team vom Kino in Geisenheim für die tolle Zusammenarbeit!

Alexander Derstroff

### Geschäftszimmer

Turnerschaft Geisenheim  
Neustraße 8  
65366 Geisenheim

Telefon 06722 / 75422, Telefax 06722 / 937741

Öffnungszeiten  
Mo: 16:00 bis 18:00 Uhr, Do: 17:00 bis 19:00 Uhr



**ERBSLÖH**  
Fortschritt macht Zukunft®



Abschlusstraining der Wintersaison 2014/15



Team der TSG bei den Hallenwettkämpfen

### Abschlusstraining der „Herzis“

Am 17.01.2014 traf sich unsere Herzsportgruppe zum letzten Training im Jahr 2014 in der Sporthalle der St.Urula-Schule. Schon fast traditionell klang der Abend, nachdem man sich zuvor sportlich betätigt hatte, bei leckerem Essen und einem guten Glas Wein im Vorraum der Sporthalle aus. Dazu waren dann auch die Partner mit eingeladen. An diesem Abend konnten Martin Vogel und sein Trainerteam mit Birgit Lorbeer und Friederike Urbach 42 Teilnehmer begrüßen.

Höhepunkt des Abends war das musikalische Duett mit Peter Bach am Banjo und Martin Vogel mit der Mundharmonika. (Bild siehe Rückseite des Turnerblättche)

Alexander Derstroff

**INTERSPORT KIEGELE**

**Finde deinen Weg in die Welt des Sports**

**INTERSPORT KIEGELE - 5x in deiner Nähe.**

Map locations: Nastätten, Geisenheim, Ingelheim, Bad Schwalbach, Eltville am Rhein, Mainz.

**SPORT MARKEN OUTLET**

Kiegele Handels GmbH - Binger Str. 60c, 55218 Ingelheim

**INTERSPORT KIEGELE**

Kiegele Handels GmbH - Römerstr. 52 - 56355 Nastätten  
 Kiegele Handels GmbH - Rheingauer Str. 19 - 65343 Eltville am Rhein  
 Kiegele Handels GmbH - Rüdeshheimer Str. 38 - 42 - 65366 Geisenheim  
 Kiegele Handels GmbH - Am Kurpark 6 - 8 - 65307 Bad Schwalbach  
 Kiegele Handels GmbH - Flachmarktstrasse 10-12 - 55116 Mainz

**Gegen Vorlage dieses Coupons bekommst du beim nächsten Einkauf ein kleines Präsent!**

**Aus Liebe zum Sport**

### Leichtathleten der Turnerschaft Geisenheim in der Halle erfolgreich!

In sehr guter Form präsentierten sich die Leichtathleten der TSG bei den leichtathletischen Hallenwettkämpfen des Turngau Mitteltaunus am 22.03.2015 in der Halle der Berufsschule in Wiesbaden. Der bestens organisierte Wettkampf startete vormittags mit den Jugendlichen ab Jahrgang 2002, während die Jüngeren dann gegen Mittag ins Geschehen eingriffen. Zu absolvieren war ein klassischer Dreikampf. Für die Größeren stand neben dem Sprint über 50 m und dem Weitsprung Kugelstoßen auf dem Programm. Die Jüngeren dagegen versuchten sich im Schlagballwurf, außer Lionel Mouzon für den der Vollballwurf als dritte Disziplin dazu kam. Alle hatten wahnsinnig viel Spaß und waren hochmotiviert bei der Sache. Am Ende sprangen allein vier erste Plätze und weitere sehr gute Platzierungen heraus. Nachfolgend die Platzierungen im Einzelnen:

- 1. Platz Lionel Mouzon Jahrgang 2004
- 1. Platz Jannik Domes Jahrgang 2005
- 9. Platz Leonie Korn Jahrgang 2006
- 1. Platz Brian Donley Jahrgang 2007
- 3. Platz Max Steinhäuser Jahrgang 2008
- 7. Platz Nico Derstroff Jahrgang 2008
- 9. Platz Conrad Börner Jahrgang 2008

Alexander Derstroff

- 2. Platz Sophie Kuchenbecker Jahrgang 2000
- 3. Platz Klara Rothmund Jahrgang 2001
- 3. Platz Selma Goosmann Jahrgang 2002
- 7. Platz Anna-Lina Schneider Jahrgang 2002
- 1. Platz Jan-Kevin Hofmann Jahrgang 2002

**Bäckerei Faust**  
www.bäckerei-faust.de

**Erstaunlich ...**

Es ist eagl, in wlecher Riehnelfoge die Bcuhtsbaen in eniem Wrot sethen, das einzig wchitge dbaei ist, dsas der estre und lzete Bcuhtsbae den rchigiten Paltz heabn. Der Rset knan ttolae Bölsdinn sien, und man knan es torztedm onhe Porbelme lseen.

Das ghet dseahlb, wiel das mneshliche Geihrn nicht jdeem Bchustbaen eizlzen liset sodnern das Wrot als Gnaezs. Tseten wir es dcoah mal:

**Lceker belteges Brchöten.**



Montagsfrauen jetzt Mittwochs



Fitness ab 50



Spiele-Nachmittag des Kinderschutzbundes mit Unterstützung der TSG

### Die neue Mittwochsgymnastikgruppe

Vor genau 20 Jahren sind wir, ein Teil aus der Mittwochsgruppe, zur Montagsgruppe geworden. Der sportliche Aspekt und der teilweise Altersunterschied ließen uns damals diesen Schritt gehen und wir wurden die Montagsfrauengymnastik. Die Mittwochsgruppe hat sich leider zum Jahresende 2014 aufgelöst, wir wurden von der Gruppe gefragt, ob wir statt Montags, mit einigen ihrer Teilnehmerinnen, Mittwochs weitermachen würden. Die Montagsgymnastikfrauen mit ihrer Übungsleiterin Monika Frankenberger, haben einstimmig beschlossen ihre Übungsstunde von Montag auf Mittwoch zu verlegen und freuen sich über den „Zuwachs“ der Damen. Wir sind eine harmonische, homogene und rege Gruppe mit 22 Personen ab 50 Jahren.

Die Sportstunde findet ab sofort:  
Mittwoch von 20.00 bis 21.30 Uhr  
in der Sporthalle an der Emely-Salzig-Schule  
(Grundschule) statt. Eingangstor Trinostrasse.

Das angebotene Sportprogramm fördert die Fitness und Beweglichkeit, stärkt das Herzkreislaufsystem, sowie

den soziale Aspekt eines jeden Einzelnen. Verschiedene Übungsprogramme, wie Gymnastik mit und ohne Musik, verschiedene Entspannungsübungen mit Musik, Gymnastik mit Kleingeräten und Spiele werden angeboten. Das ermöglicht ein abwechslungsreiches Training. Hierfür steht die seit 1985 lizenzierte Übungsleiterin Monika Frankenberger, durch ihre zeitnahen Teilnahmen an verschiedenen Lehrgängen, ist das Training immer auf dem neuesten Stand.

Wer Lust und Interesse hat, in unsere Sportstunde reinzuschneppern . . . .  
einfach kommen oder melden bei  
Monika Frankenberger, Tel. 06722 50500.  
Ich würde mich sehr freuen!

Monika Frankenberger

**AUTOHAUS  
hermansky**

Ihr Renault Partner im Rheingau.

Autohaus Hermansky GmbH  
Chauvignyst. 22 65366 Geisenheim  
Tel. 06722 6699 kontakt@hermansky.de  
www.hermansky.de

### Kinderschutzbund und TSG veranstalten Spiele-Nachmittag

Am 29.11.2014 war es wieder soweit: Der Kinderschutzbund hatte alle interessierten Kinder zum Spiele- und Sportnachmittag in der Turnhalle der Grundschule in Geisenheim eingeladen. Alex und Petra Derstroff von der TSG unterstützten diese tolle Veranstaltung. Dazu hatten sie einen Bewegungs-Parcours aufgebaut und organisierten zahlreiche Spiele. Unterstützung bekamen die zwei durch zahlreiche Schülerinnen und Schüler der Hansenbergsschule. Zwischendurch konnten sich die kleinen Sportlerinnen und Sportler am Obstbuffet des Kinderschutzbundes stärken.

Alexander Derstroff

#### In eigener Sache:

Wir suchen engagierte Mitglieder, die uns helfen, die Seniorenfahrt zu organisieren. Rufen Sie uns an oder schicken Sie uns eine Email.  
Tel. 06722 / 75422  
E-Mail post@ts-geisenheim.de

# aaahh!

Alles gegen Allergien.  
Damit Ihre Nase den Frühling  
wieder riechen kann.

rheingau apotheke  
weil es um die gesundheit geht

\_Winkeler Str. 68 65366 Geisenheim \_Fon: 067 22 / 81 19 Fax: 067 22 / 81 59  
\_Inh.: Kristina Singhof, Fachapothekerin für Offizin – Pharmazie u. Gesundheitsberatung



Auf die Plätze fertig los!

## Kreis-Cross-Lauf im Rheingaustadion

Zum 10. Mal trafen sich die Läuferinnen und Läufer von nah und fern am 14.03.2015 im Rheingaustadion zum Stadion-Cross. Veranstalter war in diesem Jahr der neu gegründete Leichtathletik-Kreis Rheingau-Taunus. Als örtliche Ausrichter fungierten die TS Geisenheim und die TG Rüdesheim. Armin Schlepper und Maximilian Freund hatten wieder einen tollen Wettkampf organisiert und für die Läuferinnen und Läufer eine gut präparierte Strecke vorbereitet. Auch für das leibliche Wohl war bestens gesorgt. Die Turnerschaft Geisenheim und die Turngemeinde Rüdesheim hatten eine riesige Kuchentheke organisiert und für den ganz großen Hunger gab es heiße Würstchen. Je nach Alter waren von 1.280 Metern bei den Kleinsten bis zu 6.230 Metern bei den Männern zu laufen. Neu in diesem Jahr war der Zwergenlauf für Kinder unter acht Jahren, der über 800 Meter ging. In diesem Lauf startete auch unser jüngster Teilnehmer, der vierjährige Philipp Börner. Auch der Wettergott hatte ein Einsehen, denn es blieb bis zum Ende der Veranstaltung trocken. Unser Bürgermeister Frank Kilian zeigte seine große Verbundenheit mit dem Sport und gab den ersten

Startschuss ab. Auch ließ er es sich nicht nehmen, die Siegerehrungen persönlich durchzuführen. Die TSG war wieder mit einer stattlichen Anzahl an Läuferinnen und Läufern vertreten und konnte wie in den Vorjahren auch gute Ergebnisse erzielen. Auch unsere Sportlerinnen und Sportler der Leichtathletik Special Olympics vom St. Vincenzstift mit ihrem Coach Daniel Becker waren dabei, die sich alle in sehr guter Form präsentierten und begeistert dabei waren. Nachfolgend die Ergebnisse im Einzelnen:

- 3. Platz Conrad Börner U8
- 5. Platz Philipp Börner U8
- 4. Platz Linus Baumann M8
- 4. Platz Theresa Gietz W9
- 4. Platz Christian Schott M9
- 3. Platz Jaden Furk M10
- 5. Platz Aimo Flender M10
- 6. Platz Jannik Domes M10
- 1. Platz Lionel Mouzon M11
- 1. Platz Justin Oliver Zander M11
- 3. Platz Kora Rothmund W12 (6. Platz Gesamtwertung)
- 1. Platz Marcel Palas M13
- 5. Platz Jan-Kevin Hofmann M13
- 1. Platz Stefanie Heldt W15



Erfolgreiche TSG'ler

- 2. Platz Samara Pieri W15
- 1. Platz Marcel Dreis M15
- 2. Platz Oliver Gerke M15
- 3. Platz Martin Feilen M15
- 4. Platz Dennis Pärschke M15
- 5. Platz Kai Hoffmann M15

Alexander Derstroff



Ehrungen an unsere Sportler und Sportlerinnen

## Verdiente Sportlerinnen und Sportler der TSG

Bei der traditionellen Ehrung für erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler des vergangenen Jahres waren auch diesmal wieder einige TSGler der Leichtathletik-Abteilung eingeladen und konnten im Bürgerhaus Johannisberg Urkunden und Sachpreise aus den Händen der Stadtverordnetenvorsteherin Susanne Göttel-Spaniol und Bürgermeister Frank Kilian entgegennehmen.

Die Leichtathleten waren im letzten Jahr wiederum beim Kreis-Cross-Lauf erfolgreich. Erste Plätze erreichten dabei Brian Donley als Einzelstarter sowie Brian Donley, Jannik Domes sowie Aimo Flender in der Mannschaftswertung der Altersklasse M8/9. Bei den Gaumehrkampfmeisterschaften konnten Klara Rothmund und Adrian Riedl den ersten Platz erringen. Sophie Kuchenbecker wurde Zweite. Alexander Derstroff wurde für sein langjähriges Engagement als Übungsleiter und Beauftragter für die Öffentlichkeitsarbeit ausgezeichnet.

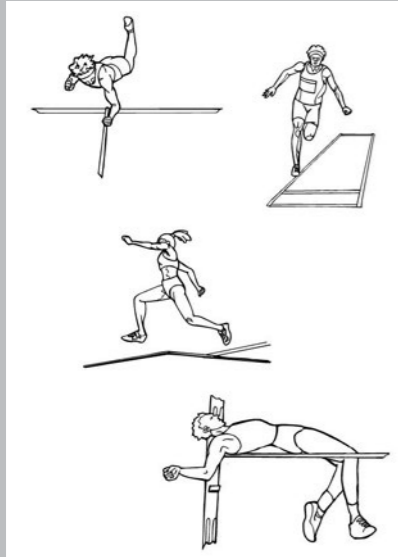
Petra Derstroff

P. H. Autoglas

Steinschlag - Sofort - Reparaturservice  
P.Harteman - Heidestraße 48 65366 Geisenheim  
An der Weißburg 4 65385 Rüdesheim a. Rh.

NOTDIENST RUND UM DIE UHR  
auch an SONN- und FEIERTAGEN  
Telefon 0 67 22 / 13 19  
Fax 0 67 22 / 49 67 26  
Mobil 01 77 / 7 77 13 19  
www.ph-autoglas.de

24  
STUNDEN  
SERVICE



Springen



Werfen



Laufen

## Leichtathletik

Die Leichtathletik hat die seit Urzeiten natürlichen und grundlegenden menschlichen Bewegungsabläufe „Laufen, Springen und Werfen“ in feste Bahnen des Sports gelenkt. Sie steht damit Pate für das Motto „Schneller, höher, weiter“ und bildet mit ihren Disziplinen das Herzstück der Olympischen Spiele.

Die Leichtathletik ist in der Geschichte des modernen Leistungssports fest verwurzelt. Als Ursprungsland gilt England, wo es schon seit 1830 Wettkämpfe gab. 1866 fanden die ersten englischen Meisterschaften in London mit elf Wettbewerben statt, in den USA die ersten 1876 in New York.

Die meisten Medaillen (12) gewann der finnische Läufer Paavo Nurmi, die meisten Goldmedaillen (10), davon zwei bei den Zwischenspielen in Athen 1906 der Amerikaner Ray Ewry. Sein Landsmann Carl Lewis brachte es auf insgesamt neun Medaillen, davon acht in Gold. Bei den Frauen holten Shirley Strickland (Australien) und Irena Kirszenstein (Polen) mit je sieben die meisten Medaillen, den Goldrekord (je 4) halten Evelyn Ashford (USA), Fanny Blankers-Koen (Holland), Betty Cuthbert (Australien) und Bärbel Wöckel (DDR).

(<http://www.olympia-lexikon.de/Leichtathletik>, Wikipedia)

## Warum Laufen Männer schneller als Frauen?

Dass Männer die schnelleren Läufer sind, hat mit mehreren Faktoren zu tun, für die Frau nichts kann. „Schuld“ ist die Pubertät. Während der männliche Körper durch das Sexualhormon Testosteron – vereinfacht ausgedrückt – muskulöser und somit geeigneter für sportliche Leistungen wird, richtet sich der weibliche Körper infolge der vermehrten Östrogenausschüttung auf eine mögliche Schwangerschaft ein.

Vereinfacht ausgedrückt: Männer wurden von der Evolution für das Jagen fit gemacht, Frauen nicht. Das ändert jedoch nichts daran, dass auch Frauen zu außergewöhnlichen sportlichen Leistungen fähig sind.

(<http://www.schwellenlauf.de/warum-laufen-manner-eigentlich-schneller-als-frauen/>)

## Warum Laufen Farbige schneller als Weiße?

Die Muskelfasern – Damerow: „Die Anatomie bei dunkelhäutigen Sportlern ist anders als bei hellhäutigen. Sie sind häufig mit mehr schnellen Muskelfasern ausgestattet, diese sind wichtig für schnelle Bewegungen wie beim Sprint.“

Im Schnitt haben schwarze Sprinter 67 Prozent schnelle Muskelfasern, weiße Sprinter dagegen nur 60 Prozent.

Die Wade – Damerow: „Bei dunkelhäutigen Menschen ist der Wadenansatz höher, dadurch haben sie andere, bessere Kraftverhältnisse.“

Die Motivation – Damerow: „Bei dunkelhäutigen Sportlern ist die Motivation häufig größer, sie sind bereit, sich im Training mehr zu quälen und an die Grenzen zu gehen.“ Denn für viele Athleten aus Entwicklungsländern ist der Sport die einzige Möglichkeit, aus der Armut zu entkommen und Karriere zu machen.

<http://www.bild.de/BILD/ratgeber/gesund-fit/2009/08/17/>

## Witze und Sprüche

Eric der Gewichtheber ist voll fertig. „Schon wieder verloren!“ berichtet er seinem Freund. „Ach Eric,“ sagt er, „du sollst nicht alles so schwer nehmen!“

Wenn ich nicht verliere, kann der andere nicht gewinnen.

Boris Becker

„Vogel fliegt, Fisch schwimmt, Mensch läuft.“

von Emil Zatopek (tschech. Leichtathlet)

Sport stärkt Arme, Rumpf und Beine, kürzt die öde Zeit, und er schützt uns durch Vereine vor der Einsamkeit.

Joachim Ringelnatz

Leichtathletik			
4-6 Jahre gemischte Gruppe	Fr 17.00-18.00 Uhr	Rheingastadion Kellersgrube	A. + P. Derstroff
7-9 Jahre gemischte Gruppe	Fr 18.00-19.00 Uhr	Rheingastadion Kellersgrube	A. + P. Derstroff, B. Pendelin
10-12 Jahre gemischte Gruppe	Mo 17.00-18.00 Uhr Fr 17.00-18.00 Uhr	Rheingastadion Kellersgrube	I. Berthold, B. Pendelin, M. Lamm
13-19 Jahre gemischte Gruppe	Mo 18.00-19.00 Uhr Fr 18.00-19.00 Uhr	Rheingastadion Kellersgrube	I. Berthold B. Pendelin, M. Lamm
Aktive	Fr 19.30-22.00 Uhr	Rheingastadion Kellersgrube	G. Pribul
Lauftreff			
Gemischte Gruppe	Di 19.00-20.00 Uhr Fr 19.00-20.00 Uhr	Antoniuskapelle	P. + W. Rustler
Walking-Gruppe	Di 19.00-20.00 Uhr Fr 19.00-20.00 Uhr	Antoniuskapelle	P. + W. Rustler
Sportabzeichen			
ab 6 Jahre gemischte Gruppe	Mo 18.00-19.00 Uhr	Rheingastadion Kellersgrube	V. Gulitz
Klettern			
<b>Kurs:</b> ab 11 Jahre gemischte Gruppe	Di 17.00-18.30 Uhr	Turnhalle Gymnasium	J. Geberth-Neder
Kurssystem: 10 Einheiten. Anmeldung erforderlich. Termine auf der Homepage.			
Turnen			
1-3 Jahre - Turnermäuse gemischte Gruppe	Di 17.00-18.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	A. Wunsch, V. Müller
4-6 Jahre gemischte Gruppe	Di 17.00-18.00 Uhr	Turnhalle Grundschule	M. Jankowski, L. Schädel, S. Bachus
7-10 Jahre Mädchen	Mo 16.30-18.00 Uhr	Turnhalle Grundschule	N. Bachus, M. Klinger, J. Schilken
7-10 Jahre Jungen	Fr 16.00-17.30 Uhr	Turnhalle Grundschule	D. Kilian, J. Hindermann
11-15 Jahre Mädchen	Mo 18.00-19.30 Uhr	Turnhalle Grundschule	D. Becker, J. Schilken, L. Schädel
11-16 Jahre Jungen	Fr 17.30-19.00 Uhr	Turnhalle Grundschule	D. Kilian; J. Lehnhardt
Trampolin gemischte Gruppe	Di 18.15-19.15 Uhr	Turnhalle Gymnasium	H. Wunsch

Gymnastik			
Seniorenfitness gemischte Gruppe	Mo 19.00-20.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	H. Wunsch
Gymnastik Frauen	Mi 20.00-21.30 Uhr	Grundschule Geisenheim	M. Frankenberger
Fit-Gym, ab 14 J. gemischte Gruppe	Di 18.15-19.15 Uhr	Turnhalle Gymnasium	F. Urbach
<b>Kurs:</b> Rückenfit gemischte Gruppe	Di 17.30-18.15 Uhr	Turnhalle Gymnasium	F. Urbach
Kurssystem: 10 Einheiten. Anmeldung erforderlich. Termine auf der Homepage.			
Badminton			
Anfänger & Fortgeschrittene gemischte Gruppe	Di 20.00-22.00 Uhr Do 20.00-22.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	R. Kettner, D. Keller, G. Kranz
Tanzen			
12 - 15 Jahre Mädchen	Do 16.30-18.30 Uhr	Turnhalle Grundschule	K. Jumeau
16 - 25 Jahre Frauen	Mi 20.00-21.30 Uhr	Turnhalle Gymnasium (im Altbau)	K. Jumeau
Basketball			
Training ab 14 J. gemischte Gruppe	Mo 19.30-22.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	M. Söhn
Rehasport			
Herzsportgruppe gemischte Gruppe	Di 19.00-21.00 Uhr	Rheingastadion Kellersgrube	M. Vogel, B. Lorbeer, F. Urbach
Schlaganfallgruppe gemischte Gruppe	Di 18.00-19.00 Uhr	Turnhalle Grundschule	A. Druselmann
Kooperation St. Vincenzstift			
Psychomotorik	Do 16.00-17.00 Uhr	Therapiezentrum St. Vincenzstift	D. Becker, M. Orth, P. Derstroff, S. Amlung
Leichtathletik Special Olympics	Do 17.15-18.15 Uhr	Therapiezentrum St. Vincenzstift	D. Becker, M. Orth, P. Derstroff, S. Amlung

