



Blau-Gelb

Nachrichten der
Sportgemeinde 1886 e.V.
Weiterstadt

Nummer 2
Tel.: 0 61 50/96 10 10

41. Jahrgang · Juni 2015
email: verwaltung@sg-weiterstadt.de

D 8204 F

★ **Nachtflohmarkt** ★

Der Sportkindergarten Weiterstadt veranstaltet einen Flohmarkt für jedermann...

Am 19.06.15 von 19.00 - 23.00 Uhr

★
in der alten Tennishalle am Aulenberg

Anmeldung unter Telefon: 0160 1411746
und 06150 961020

ABTEILUNGSLEITER

Turnen: Patrizia Lachnit, Fr.-Ebert-Str. 26, 64331 Weiterstadt, T. 015784508874

Abteilung Musik: René Lotz
Bahnhofstr. 42, 64331 Weiterstadt, T. 53 07 43

Handball: Harald Bott
Prenzlauer Weg 16, 64331 Weiterstadt, Tel. 1 23 51

Tischtennis: Joachim Fischer
Heinrich-Rühl-Str. 3, 64331 Weiterstadt, T. 1 40 87

Badminton: Ina Beck
Rheinstr. 9, 64331 Weiterstadt, T. 20 50

Schwimmen: Ralf Zimmermann
Heinrich-Heine-Str. 2

Tennis: Heidrun Maus
Groß-Gerauer-Str. 86, 64331 Weiterstadt, T. 37 34

Volleyball: Harald Schmitt
Wilhelm-Leuschner-Str. 13, 64293 Darmstadt, T. 0 61 51/1 01 91 40

Judo: Christian Rothkirch, Im Wingertsberg 28, 64331 Weiterstadt, T. 54 46 22

Leichtathletik: T. 0 61 50/96 10-10

Ski und Freizeit: Dieter Hahn

Bahnhofstr. 50a, T. 4 06 82

Tanz: Christa Bauer, Darmstädter Str. 77, 64319 Pfungstadt, T. 0 61 57/8 39 30

Kegeln: Helmut Sondershaus, Kiefernweg 27, 64331 Weiterstadt, T. 1 28 42

Basketball: Gerd Lohnes
Berliner Straße 25, 64560 Riedstadt, T. 0172/6900247

Bahngolf: Wolfgang Schieblich
Am Helgengraben 33, 64331 Weiterstadt, T. 13 69 99

Seniorenengemeinschaft: Günter Schuchmann
Lärchenweg 38, 64331 Weiterstadt, T. 4 06 00

Gesundheitssport: Wolfgang Hartmann
Berliner Str. 18, 64331 Weiterstadt, T. 35 80

JuJutsu: Heiko Neubert, Dresdener Str. 2, 64331 Weiterstadt, T. 4 05 46

Laufftreff: Heike Ackermann
Kreuzstr. 33, 64331 Weiterstadt, T. 4 09 17

Fitness-Studio:
Leiter: Taher Mohseni
Am Aulenberg 2-10, 64331 Weiterstadt, T. 96 10-14

Sportkindergarten
Leiterin: Christiane Greifenstein, T. 96 10-20

Vorteil für unsere Mitglieder: Bei allen Mitgliedsvereinen, die weiter als 100 km von Weiterstadt entfernt sind, ist bei Vorlage des Mitgliedsausweises die Teilnahme am Sportbetrieb kostenlos, längstens 6 Wochen. Ausgenommen sind lediglich Platzgebühren für Squash- und Tennisanlagen, Saunagebühren.

Die SGW ist Mitglied im
Freiburger Kreis
Arbeitsgemeinschaft
größerer deutscher Sportvereine



Öffnungszeiten Sauna Tel.: 0 61 50 - 96 10 15

| | | | |
|------------------|-------------------|----------|-------------------|
| Mo., Mi., Fr. | 10.30 - 23.00 Uhr | Samstag | 13.00 - 18.00 Uhr |
| Dienstag | 12.00 - 23.00 Uhr | Sonntag | 08.00 - 14.00 Uhr |
| Do. (Frauensaua) | 08.30 - 23.00 Uhr | Feiertag | 08.00 - 14.00 Uhr |

Öffnungszeiten Fitnesscenter Tel.: 0 61 50 - 96 10 16

| | | | |
|------------|-------------------|--|-------------------|
| Montag | 08.30 - 22.00 Uhr | Freitag | 08.30 - 22.00 Uhr |
| Dienstag | 08.30 - 12.30 Uhr | Samstag | 11.00 - 18.00 Uhr |
| | 14.00 - 22.00 Uhr | Sonntag/Feiertag | 08.30 - 16.00 Uhr |
| Mittwoch | 08.30 - 22.00 Uhr | | (Keine Betreuung) |
| Donnerstag | 08.30 - 12.30 Uhr | Wir unterscheiden zwischen Öffnungs- und Kernzeiten! | |
| | 14.00 - 22.00 Uhr | | |

GESCHÄFTSFÜHRENDE VORSTAND

1. Vorsitzender: Michael Gießelbach
Am Ohlenbach 11, 64331 Weiterstadt, T. 5 53 12

2. Vorsitzende: Christiane Greifenstein
Spessartstr. 9, 64331 Weiterstadt, T. 96 10 20

Rechner: Dr. Michael Brügger
Neckarstr. 7, 64331 Weiterstadt, T. 5 17 54

Anlagenverwalter: Hartmut Marchand
Buchenweg 3, 64331 Weiterstadt, T. 4 07 80

Protokollführer: Hans-Jörg Daum
Sudetenstr. 67, 64331 Weiterstadt, T. 1 45 51

Sportwart: Kurt Weidert
Kreisstr. 29, 64331 Weiterstadt, T. 0171/9313544

Pressewart: Marco Budweg
Am Krötenberg 30, 64331 Weiterstadt, T. 86 52 83

Jugendwartin: Christiane Greifenstein
Spessartstr. 9, 64331 Weiterstadt, T. 96 10 20

GESCHÄFTSSTELLE

Geöffnet: Mo. - Fr. 8.00 - 12.00 Uhr
Mi. 14.00 - 18.00 Uhr

Telefon: 06150/9610-0 (Geschäftsstelle)
Durchwahl-Nummern

Katja Haaß 9610-10
Gertraud Scharfenberger 9610-11

Taher Mohseni/Fitness-Studio 9610-16
Theke/Sauna 9610-15

TELEFAX Geschäftsstelle 9610-17
Internet-Adresse: www.sg-weiterstadt.de

e-mail: verwaltung@sg-weiterstadt.de

Sportkindergarten

Christiane Greifenstein/Büro 9610-20
Gruppe 1 9610-21

Gruppe 2 9610-22
Gruppe 3 9610-23

Gruppe 4 9610-24

Vereinskonto:

Stadt- und Kreissparkasse

Kto.-Nr. 26 001625 - BLZ 508 501 50

IMPRESSUM

Herausgeber:

Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt

Geschäftsstelle: Am Aulenberg 2-10

Redaktion: Gebhard Bendel

Beethovenstraße 6,

64331 Weiterstadt, T. 4778

e-mail: gebhard.bendel@t-online.de

Gesamtherstellung:

L.A.U. Satzherstellung und Druckservice

Odenwaldring 3, 64846 Groß-Zimmern

T. 06071/43232 Fax 06071/44780

e-mail: mail@laub-online.net

Nächster Redaktionsschluss: 3. August 2015

Bitte bei allen auf dem PC geschriebenen Texten mit der CD oder USB-Stick auch einen Ausdruck mitgeben. Die gleiche Bitte gilt auch für digitale Bilder.

Verspätet eingehende Manuskripte können nicht berücksichtigt werden. Die Artikel stellen die Meinung der Verfasser dar.

Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten

IN KÜRZE

Laufftreff –Walking

Braunhardter Tännchen

Mittwoch: 18.00 - 19.00 Uhr

Sommerzeit: Samstag: 17.30 - 18.30 Uhr

Winterzeit: Samstag: 16.30 - 17.30 Uhr

19. Juni 2015

SPORTKINDERGARTEN – Nachtflohmarkt

23. Juli 2015

SENIORENGEMEINSCHAFT 50Plus– Sommerfest

3. August 2015

BLAU-GELB REDAKTIONSSCHLUSS

31. August - 4. September 2015

HANDBALL – Sommercamp

4. - 6. September 2015

HANDBALL – 20 Jahre HSG

5. September 2015

TAG DER OFFENEN TÜR – Aulenbergfest

19. Oktober 2015 - 19.00 Uhr

Außerordentliche Mitgliederversammlung

Deutsches Sportabzeichen

Abnahmetermine für das Jahr 2015



| Tag: | Ort: | Uhrzeit: | Disziplin: |
|----------|------------------------|----------|----------------|
| 12.05.15 | Hallenbad | 19:00 | Schwimmen |
| 13.05.15 | Sportplatz | 17:30 | LA |
| 09.06.15 | Hallenbad | 19:00 | Schwimmen |
| 10.06.15 | Sportplatz | 17:30 | LA |
| 14.06.15 | Bürgertreff Riedbahn * | 10:30 | Nordic Walking |
| 07.07.15 | Hallenbad | 19:00 | Schwimmen |
| 08.07.15 | Sportplatz | 17:30 | LA |
| 06.09.15 | Bürgertreff Riedbahn * | 10:30 | Nordic Walking |
| 08.09.15 | Hallenbad | 19:00 | Schwimmen |
| 09.09.15 | Sportplatz | 17:30 | LA |
| 13.10.15 | Hallenbad | 19:00 | Schwimmen |
| 14.10.15 | Sportplatz | 17:30 | LA |

Die Abnahme bei den Turnern ist jeweils montags von 18:00 bis 19:30 Uhr in der DHS Halle

* Der Bürgertreff Riedbahn befindet sich in der Sandstr.

Verleihung des Sportabzeichens soll am 13.11.2015 um 18:00 Uhr im Raum Verneuil sein.

Erinnerungen

Richard von Weizäcker

Am 31. Januar 2015 verstarb der Altbundespräsident **Richard von Weizäcker**

Zum 100 jährigen Jubiläum der SGW erhielten wir von ihm die **Verdienstplakette des Bundespräsidenten** persönlich in Arnberg im Sauerland überreicht. Für unseren Verein eine besondere Auszeichnung.



1. Vors. Reinhold Fuchs, Bürgermeister Günter Hahn, Präsident des Deutschen Sportbundes Hans Hansen, Bundespräsident Richard von Weizäcker



Die Weiterstädter Delegation in Arnberg: 1. Vors. Reinhold Fuchs, Erika Schuchmann, Gretel Fuchs, Adi Schamber, Bürgermeister Günter Hahn, Sigfried Bade, Bundespräsident Richard von Weizäcker, Erika Best, Ehrenvors. Heini Heß

Günter Hahn



Günter Hahn

Am 19. März 2015 ist Günter Hahn im Alter von 68 Jahren verstorben.

Bürgermeister von 1974 bis 1995 in Weiterstadt.

In der Amtszeit von Günter Hahn wurden in Weiterstadt viele soziale Einrichtungen geschaffen, die unsere Lebensqualität in der Stadt wesentlich verbessert haben.

Eine wichtige Aufgabe sah er in der Förderung der Weiterstädter Ortsvereine. In seiner Amtszeit entstanden viele Vereinsheime.

Günter Hahn wusste, dass mit der Förderung der Vereine auch die Infrastruktur in Weiterstadt gestaltet wird.

Unsere Sportgemeinde hatte bei vielen



2. Vors. Götz Maus, Bürgermeister Günter Hahn, 1. Vors. Reinhold Fuchs

Investitionen die Unterstützung des Bürgermeisters. In seiner Amtszeit wurde unser Sportzentrum verwirklicht.

Mit Unterstützung der Stadt konnten wir bei unserem Verein in dieser Zeit folgende Investitionen umsetzen:

Das Gelände für unser Sportzentrum wurde uns übertragen

Das Vereinsheim mit 3 Feld Tennishalle entstand 1977 - 1979

Die Tennisanlage mit 16 Tennisplätzen entstand 1976 - 1980

Der Spiegelsaal als Übungs- und Gymnastikraum entstand 1987

Das neue Sportzentrum mit Fitnessstudio, Tennis- und Squashhallen und der

Sportkindergarten mit 4 Gruppen entstand 1991

Es wurden in seiner Amtszeit in Weiterstadt 3 Sporthallen von der Stadt gebaut, sodass auch wir in der Dr.-Horst-Schmidt-Halle unsere Angebote erweitern konnten. Für seine Verdienste für unseren Verein wurde ihm bei der Einweihung des neuen Sportzentrums mit Sportkindergarten die Verdienstplakette in Silber der Sportgemeinde überreicht.

Wir haben Günter Hahn viel zu verdanken, er bleibt bei uns in guter Erinnerung

Reinhold Fuchs,
Ehrenvorsitzender

Delegiertenversammlung der SG Weiterstadt 1886 e.V.



Vorsitzender Michael Gießelbach

Am 12. April 2015 fand um 15:00 Uhr die Delegiertenversammlung der Sportgemeinde Weiterstadt statt. Nach Feststellung der frist- und formgerechten Einladung durch den 1. Vorsitzenden Michael Gießelbach begrüßte dieser die Anwesenden und hier insbesondere den Bürgermeister Ralf Möller, Heike Hofmann MdL, weitere Vertreter aus der Politik sowie die anwesenden Ehrenvorsitzenden, Ehrenabteilungsleiter und Ehrenmitglieder des Vereins.

Nach Vorstellung und Aussprache zum Geschäftsbericht, nach Entlastung des Vorstandes, fanden die Vorstandswahlen statt.

Zur Wahl standen:

- 1. Vorsitzender
- Rechner
- Anlagenverwalter
- Jugendwart
- Betätigung der Abteilungsleiter
- Wahl der Beisitzer



Wir trauern um
unser Mitglied

Heinz Krämer

Gewählt wurden bzw. in ihrem Amt bestätigt, da es keine Gegenkandidaten gab: Michael Gießelbach als 1. Vorsitzender, Dr. Michael Brügger als Rechner, Hartmut Marchand als Anlagenverwalter. Der Posten des Jugendwartes wurde nicht gewählt, da es hier keinen Kandidaten gab. Ebenfalls bestätigt wurden die Abteilungsleiter sowie die Beisitzer und Kassenprüfer.

Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt sucht Bundesfreiwilligendienstleister

Die Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt - ein traditionsreicher, familiärer und innovativer Sportverein - sucht im Rahmen des Bundesfreiwilligendienstes eine Freiwillige / einen Freiwilligen. Die Stelle ist ab sofort in 2015 und für einen Zeitraum von 12 Monaten zu besetzen. Der Einsatzort ist die SG Weiterstadt in Kooperation mit einem vereinsinternen Sportkindergarten, direkt im Sportzentrum Weiterstadt.

Aufgabenschwerpunkte im Rahmen des Bundesfreiwilligendienstes der SG Weiterstadt (37,5 Std./Woche):

- Assistenz bei der Betreuung von AGs
- Unterstützung bei Verwaltungstätigkeiten einfache Hausmeisterarbeiten im und um das Sportgelände
- Unterstützung bei der Betreuung und Hilfe bei Leitung und Vorbereitung diverser Sportgruppen
- Mithilfe bei Aktivitäten des Sportkindergartens
- Handreichung und Beihilfe bei organisatorischen Aufgaben, sowie Planung und Durchführung von Veranstaltungen (Ferienspiele für Kinder, Turniere etc.)
- Hilfe beim Aufbau und der Vorbereitung von Sportanlagen
- Alle genannten Tätigkeiten werden von einem erfahrenen Kollegen angeleitet.

Wir bieten:

- Ein interessantes breitgefächertes Aufgabengebiet im Sportverein sowie eine abwechslungsreiche und verantwortungsvolle Tätigkeit
- Möglichkeit zum Erwerb der DTB-C-Lizenz im Rahmen der 25 Seminartagen
- Einbindung in ein integratives und offenes Umfeld
- Umfassende Betreuung und Unterstützung

Taschengeld, Jahresurlaub
Einbindung in einen Großsportverein, sowie in Kursgestaltung und Verwaltungstätigkeiten

Die Bewerberin/der Bewerber sollte/n folgendes Anforderungsprofil erfüllen:

- Spaß und Interesse an der Kinder- und Jugendarbeit
- Einsatzbereitschaft
- Hohe Teamfähigkeit und Eigeninitiative
- Interesse an handwerklichem Arbeiten sowie handwerkliche Grundkenntnisse
- Offensein für neue Einsatzgebiete und Aufgaben
- Wir freuen uns auf die Bewerbung von sportbegeisterten jungen Frauen und Männern im Alter von 18-27 Jahren. Für Rückfragen stehen wir gern zur Verfügung. Eure schriftliche Bewerbung (gerne per Email), mit Foto, Zeugniskopien sowie Qualifikations- u. Tätigkeitsnachweisen richtet Ihr bitte an:
- Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt
- Freiwilligendienste
- Taher Mohseni
- Am Aulenberg 2-10
- 64331 Weiterstadt
- e-mail: fitness@sg-weiterstadt.de
- Telefon: 06150/961016

Mit uns kriegen Sie alles gebacken.

Bäckerei & Konditorei

BäckereiBest

seit 1901

Bäckerei Best · Inh. Henriette Risch
Kreuzstrasse 17 · 64331 Weiterstadt
Telefon: 06150 - 2614



Kreative Bewegung für Kinder zwischen 3-6 Jahren



Bewegung ist ein grundlegendes Element der menschlichen Entwicklung. Für eine gesunde Entwicklung Ihres Kindes ist Bewegung unerlässlich. Das Ausleben des natürlichen Bewegungsdrangs Ihres Kindes und die ausreichende und zielgerichtete körperliche Bewegung sind hier von großer Bedeutung. Nicht umsonst leiden heutzutage fast 40% der Kinder an motorischen und koordinativen Schwächen (Bewegungsmangel). Die Bewegung bildet heutzutage die Grundlage für eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung. Sie ist Bestandteil der Gesund-

heitserziehung für unsere Kinder. Die Sportgemeinde Weiterstadt bietet aus diesem Grund im Rahmen des Entega Kindersportclubs einen Kurs „Kreativer Kindertanz“ an. Mit viel Spaß wird spielerisch zur Musik, Rhythmik, Bewegung, Eigenaktivität und Phantasie gefordert und gefördert. Es werden keine Tanzschritte oder Bewegungsabläufe einstudiert, vielmehr wird die Kreativität Ihres Kindes eingefordert und in die Stunde miteinbezogen. Die Weiterentwicklung der sozialen Kompetenz und persönlichen positiven Entwicklung Ihres Kindes steht ebenso

im Vordergrund.

Die Kursleitung Frau Catherin Luh hat langjährige Erfahrung im Kindersport und im Umgang mit Kindern generell. Sie überlegt sich für jede Stunde ein neues Thema wie zum Beispiel Hexen, Sommer oder Tiere. Zu diesen unzähligen und spannenden Themen dürfen die Kinder dann ihrer Kreativität tänzerisch und spielerisch freien Lauf lassen.

Beim „kreativen Kindertanz“ geht es um eine enge Verbindung von Bewegung, Musik, Wahrnehmung und Handeln.

Somit ist es ein ganzheitliches Bewegungskonzept in einem sozialen Umfeld, mit Spaß an Musik und tänzerischer Aktivität.

Ein neuer Kurs beginnt nach den Sommerferien, 08.09.2015, zehnmal dienstags um 15:00 im Raum Frankfurt, bei uns in der Sportgemeinde Weiterstadt.

Für nähere Informationen für Anmeldung, Kursinhalte und Events wenden Sie sich bitte an den Entega Kindersportclubbeauftragten der SGW, Herrn Taher Mohseni (telefonisch erreichbar donnerstags von 11:00 bis 13:00 Uhr bzw. montags von 18:00 bis 19:00 Uhr unter der Nummer 06150-961016; Email: fitness@sg-weiterstadt.de), oder bei unserer Geschäftsstelle (06150-96100).

Ebenfalls erhalten Sie bei uns Teilnahme-gutscheine zum Verschenken.

Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

Taher

Änderung der Nutzungsgebühren bei der SGW

Was hat sich geändert:

Bereich Fitness/Sauna/Aerobic

1. Koppelung zwischen Fitnessstudiomitgliedschaft und einstündige kostenlose Nutzung der Sauna wird aufgehoben.
2. Koppelung zwischen Fitnessstudiomitgliedschaft und kostenlose Nutzung der Aerobic-Angebote wird aufgehoben
3. Es können Sauna-/Aerobic-Upgrades für Fitnessstudiomitglieder erworben werden.
4. Die Preise für Monatskarten im Fitnessstudio werden gesenkt.
5. Die Preise für das Halbjahresabo im Aerobic-Bereich wird erhöht.
6. Monatskarten und Halbjahresabo sind namensbezogen mit Bild und nicht übertragbar.

Bereich Tennishallen/-plätze

1. Dauerbücher erhalten die Möglichkeit bis zu 2 Zehnerkarten für die Sauna je gebuchter Stunde und Platz für 50 Euro zu erwerben.
2. Die Kosten für eine Einzelstunde wurden teilweise angehoben
3. Die Sauna-Upgrades gelten nicht für Tennisbezirk, gewerbliche Tennislehrer, andere Vereine und Tennistraining der Abteilung Tennis der SGW

Bereich Sauna

1. Einführung von Sommer-Specials
2. Es gibt keine zeitliche Limitierung mehr.
3. Einführung von Sauna-Dauerkarten für Winter (270€) und Sommer (220€).

4. Die Dauerkarte ist namensbezogen mit Bild und nicht übertragbar

5. Einführung von Gruppenkarten (90€) zur einmaligen Benutzung der Sauna. Gruppenkarten können nur Mannschaften erwerben.

Bereich Squash/Badminton

1. Dauerbücher erhalten die Möglichkeit bis zu 4 Zehnerkarten (Halbjahres-Abo bis zu 2 Zehnerkarten; Ganzjahres-Abo bis zu 4 Zehnerkarten) für die Sauna je gebuchter Stunde und Platz für 50 Euro zu erwerben.
2. Die Sauna-Upgrades gelten nicht für Tennisbezirk, gewerbliche Tennislehrer, andere Vereine und Tennistraining der Abteilung Tennis der SGW

Nutzungsgebühren Bereich Hallenvermietung Tennis

| Zeitspanne | | Dauerbuchung Preise je Saison | | | | Upgrade für Saunanutzung 1.1. - 31.12. |
|------------------|-----------------|---------------------------------------|---------------------------------------|--|--|---|
| | | Tennishalle Pl. 1 + 2 1.10.-30.04. | Tennishalle Pl. 3 - 6 1.10.-30.04. | Tennishalle Pl.1 - 2 1.05. - 30.09. | Tennishalle Pl.3 - 6 1.05. - 30.09. | |
| Montag-Freitag | 07.00-14.00 Uhr | | SGW: 338 € G: 494 € | | 270,00 € | bis zu 2 Zehnerkarten je gebuchter Stunde und Platz |
| | 07.30-14.30 Uhr | SGW: 270 € G: 426 € | | 229,00 € | | |
| | 15.00-20.00 Uhr | | SGW: 476 € G: 632 € | | 270,00 € | |
| | 15.30-20.30 Uhr | SGW: 426 € G: 582 € | | 229,00 € | | |
| | 21.00-22.00 Uhr | | SGW: 238 € G: 394 € | | 270,00 € | |
| | 21.30-22.30 Uhr | SGW: 238 € G: 394 € | | 229,00 € | | |
| Samstag | 7.00-18.00 Uhr | | SGW: 476 € G: 632 € | | 270,00 € | Kosten für Zehnerkarte 50 € |
| | 7.30-17.30 Uhr | SGW: 426 € G: 528 € | | 229,00 € | | |
| Sonntag/Feiertag | 7.00-22.00 Uhr | | SGW: 238 € G: 394 € | | 270,00 € | |
| | 7.30-21.30 Uhr | SGW: 238 € G: 394 € | | 229,00 € | | |

(Die Sauna-Upgrades gelten nicht für Tennisbezirk, gewerbliche Tennislehrer, andere Vereine und Tennistraining der Abt. Tennis)

Nutzungsgebühren Bereich Sauna

| Zeitspanne | Sauna Einzelkarte 1.10-31.03. | Sauna Einzelkarte 1.04-30.09. | Sauna 10er-Karte | Sauna Dauerkarte 1.10. -31.03. | Sauna Dauerkarte 1.04-30.09. | Sauna Gruppenkarte (einmaliger Besuch) |
|--|----------------------------------|----------------------------------|------------------|-----------------------------------|---------------------------------|--|
| Montag-Sonntag (keine Limittierung der Zeit) | 15,00 € | Sommer-Special | 132,00 € | 270,00 € | 220,00 € | 90,00 € |

Die **Saunadauerkarte** ist namensbezogen mit Bild und nicht übertragbar

Die **Saunagruppenkarte** ist ausschließlich für Vereinsmannschaften nutzbar

Fitness Bereich Studio/Aerobic

| Zeitspanne | | Fitnesscenter SGW Mitglied | Fitnesscenter Gast | Upgrade für Saunanutzung 1.1. - 31.12. | Upgrade für Aerobic 1.1. - 31.12. |
|--|------------|----------------------------|--------------------|--|-----------------------------------|
| Tageskarte | Erwachsene | 8,00 € | 9,00 € | | |
| | Jugend | 6,00 € | 7,00 € | | |
| Monatskarte (Barzahler/Überweisung/Abbucher) | Erwachsene | 31,00 € | 40,00 € | 15,00 € | 10,00 € |
| | Jugend | 25,00 € | 34,50 € | 15,00 € | 10,00 € |
| Halbjahresabo (Sonderbeitrag; Kündigung zum 30.06. und 31.12. möglich) | Erwachsene | 20,00 € | 33,00 € | 15,00 € | 10,00 € |
| | Jugend | 15,00 € | 25,00 € | 15,00 € | 10,00 € |
| Zehnerkarte | | 62,00 € | 88,00 € | | |

Fitness Bereich Aerobic

| Zeitspanne | Fitnesscenter Aerobic SGW Mitglied | Fitnesscenter Aerobic Gast | Upgrade für Saunanutzung 1.1. - 31.12. |
|--|---------------------------------------|-------------------------------|---|
| Monatskarte (Barzahler/ Überweisung/Abbucher) | 16,00 € | 29,00 € | |
| Halbjahresabo (Sonderbeitrag; Kündigung zum 30.06. und 31.12. möglich) | 13,00 € | 26,00 € | 15,00 € |
| Zehnerkarte | 31,00 € | 57,00 € | |

Die Monatskarte und Halbjahreskarte Fitnessstudio ist namensbezogen mit Bild und ist nicht übertragbar.
Im neuen Fitnessstudiobeitrag ist die **Saunanutzung** sowie das **Aerobic-Angebot** nicht mehr enthalten.

Bereich Hallenvermietung Tennis

| Zeitspanne | | Einzelbuchung Preise je Platzstunde | | | | | | |
|----------------------|-----------------|--|--|---|---|--------------------------|--|---|
| | | Tennishalle Pl. 1 + 2 1.10.-30.04. | Tennishalle Pl. 3 - 6 1.10.-30.04. | Tennishalle Pl.1 - 2 1.05.-30.09. | Tennishalle Pl.3 - 6 1.05.-30.09. | Freiplätze Erwachsene | Freiplätze Jugend/Azubi/ Studenten | Tennishalle Pl. 1 + 6 Zehnerkarte |
| Montag- Freitag | 07.00-14.00 Uhr | | 18 € | | 18 € | 18 € / Platz | 12 € / Platz | 150 € |
| | 07.30-14.30 Uhr | 15 € | | 15 € | | | | |
| | 15.00-20.00 Uhr | | 21 € | | 18 € | | | |
| | 15.30-20.30 Uhr | 18 € | | 15 € | | | | |
| | 21.00-22.00 Uhr | | 18 € | | 18 € | | | |
| 21.30-22.30 Uhr | 15 € | | 15 € | | | | | |
| Samstag | 7.00-18.00 Uhr | | 21 € | | 18 € | | | |
| | 7.30-17.30 Uhr | 18 € | | 15 € | | | | |
| Sonntag/ Feiertag | 7.00-22.00 Uhr | | 21 € | | 18 € | | | |
| | 7.30-21.30 Uhr | 18 € | | 15 € | | | | |

Lichtgeld: 2 € je Stunde

Endlich – es wird wieder draußen gespielt



Nach mehr als einem halben Jahr Hallentennis kann endlich wieder draußen gespielt werden.

Bei der Tennisabteilung wurde die Saison am 26. April 2015 eröffnet. Die Freiluftplätze und die gesamte Anlage wurden durch eine Fremdfirma und durch sehr viel Eigenleistung des Vereins und der Mitglieder bestens präpariert.

Die Organisatoren und die vielen Helfer waren über die große Beteiligung beim

Eröffnungsturnier sehr erfreut. Auf 8 Plätzen wurde gleichzeitig gespielt.

Wie immer bei solchen Aktivitäten haben die Mitglieder des Vergnügungsausschusses für das leibliche Wohl bestens gesorgt.

So wie in den letzten Jahren, gehen auch dieses Jahr wieder 18 Mannschaften an den Start. Los ging es bereits am 2. und 3. Mai. Unsere Damen 30 – Mannschaft erzielte einen überzeugenden 6:0 Sieg gegen RW Gernsheim. Leider mussten die Herren 40 in der Regionalliga und die Herren 60 II in der Kreisklasse eine knappe Niederlage hinnehmen.

Aber die Saison ist noch lang und es kommen noch viele Spiele, bei denen sicherlich, so wie in der letzten Saison auch, viele weitere Siege erzielt werden. Spieltag für Spieltag werden dann über 100 Spieler und Spielerinnen im Einsatz sein. Eine stolze Zahl und der Beweis, dass Tennis ein attraktiver Sport ist.

Neben den vielen Verbandsspielen von Mai bis Juli stehen noch zahlreiche weitere Aktivitäten vor der Tür. Hierzu gehören das Pfingst-Turnier, ein Flutlichtturnier, das Ferien-Tennis-Camp, die Stadtmeisterschaft, Kreis- und Bezirksmeisterschaften, Midfeld-Turniere für unsere Jüngsten und vieles mehr.

Das ist das Schöne am Tennis. Er kann in jedem Alter aktiv gespielt werden. Ob man 5 Jahre alt ist oder 75 Jahre, ob man Mannschafts-oder Hobbyspieler ist, spielt keine Rolle. Nicht die Spielstärke oder der Sieg ist das Wichtigste, sondern die Spielfreude und das Gemeinschaftsgefühl.

P.S.

**Dein Verein
SGW**

In drei Wettkämpfen die Silbermedaille geholt Qualifikation für die Hessenmeisterschaft erturnt



Am 07. März 2015 nahmen 12 Turnerinnen an den Gaeinzelmeisterschaften im Gerätturnen weiblich in Rüsselsheim teil. In drei Durchgängen kämpften rund 300 Turnerinnen in 16 Wettkampfklassen in der Rüsselsheimer Großsporthalle um den Gaumeistertitel und die Qualifikation für das hessische Landesfinale. In dem Rahmenwettkampf im Wettkampf P5-P7 belegte Katrin Guba mit 59.000 Punkten den zweiten Platz und Kim Bubenheimer belegte den zehnten Platz. Im Wettkampf P5-P6 belegte Nina Punkte den 12. Platz. Shania Bubenheimer belegte im Wettkampf P5 den fünften Platz. Die Turnerinnen im Jahrgang 2005 waren gut vertreten. Hier erreichte Naemi Kelleter im Wettkampf P3-P4C Sprung P5 mit 52.550 Punkten ebenfalls den zweiten Platz. In diesem Wettkampf erturnte Johanna Pons den 15. Platz, Yuting Wang den 19. Platz, Luisa Wolf den 25. Platz,

Vivien Daum den 26. Platz und Leila El Azzouri den 28. Platz.

Zwei weitere Turnerinnen des Jahrgangs 2005 starteten in der Qualifikation Wettkampf P5. Nach einem gelungenen Wettkampf konnte Milena Ziegenbein mit 55.000 Punkten den zweiten Platz erturnen und sich damit für das hessische Landesfinale qualifizieren. Jana Stallmeier erreichte in diesem Wettkampf den 15. Platz.

Nach vielen Jahren ist dies die erste Qualifikation, wir wünschen jetzt schon viel Erfolg. Über diese guten Ergebnisse freuten sich die Übungsleiterin Vanessa Amann, Christina Seemann, Kimberly Görich, Helga Seliger und Gisela Jung.

**19.06.
Nachtflohmarkt**

Vereinsmeisterschaft und Sportlereherung der Turnabteilung

Dieses Jahr hat nach langjähriger Pause in der Turnabteilung wieder eine Vereinsmeisterschaft stattgefunden. Am 22. Februar 2015 wurden in der Sporthalle in Gräfenhausen die besten Turnerinnen ermittelt. Eröffnet wurde die Vereinsmeisterschaft

von den jüngsten Mitgliedern der Turnabteilung, unserer Kids-Cup-Mannschaft (Jahrgang 2008). Sie haben zum ersten mal vor großem Publikum ihr Wettkampflied vorgetragen und diese Herausforderung sehr gut gemeistert.

Bei der Vereinsmeisterschaft gingen knapp 50 Turnerinnen aus drei verschiedenen Gerätturngruppen sowie der allgemeinen Turngruppe in insgesamt 10 Wettkämpfen an den Start.

Geturnt wurde ein Dreikampf, das bedeutet es müssen drei aus vier Geräten geturnt werden. Welches Gerät ausgelassen wird ist der Turnerin selbst überlassen.

In Wettkampf Nr. 1 starteten sechs Turnerinnen der Jahrgänge 2005-2007. Sie mussten die Pflichtübungen P2-P4 zeigen und den 1. Platz belegte **Esma Felek** mit 34,0 Punkten.

Ebenfalls die Pflichtübungen P2-P4

zeigten sechs Turnerinnen der Jahrgänge 2003/04 in Wettkampf Nr. 2. Siegerin wurde mit 36,1 Punkten **Jessica Walter**. **Emily Patella** zeigte einen tollen Wettkampf mit den Pflichtübungen P3/P4 und holte sich so ebenfalls Gold mit 39,1 Punkten. Sie trat in Wettkampf Nr. 3 gegen vier weitere Turnerinnen der Jahrgänge 2006/07 an.

In Wettkampf Nr. 4 wurden ebenfalls die Pflichtübungen P3/P4 gezeigt. Hier traten sieben Turnerinnen der Jahrgänge 2005 und jünger an. Erste wurde **Lilly Joy Riegel** mit 40,55 Punkten.

Zwei Turnerinnen des Jahrgangs 2002 zeigten in Wettkampf Nr. 5 die Pflichtübungen P4/P5. Durchsetzen konnte sich **Jana Haak** mit 38,15 Punkten.

Ebenfalls die Pflichtübungen P4/P5 wurden in Wettkampf Nr. 6 von vier Turnerinnen der Jahrgänge 2003/04 gefordert. Siegerin mit 42,35 Punkten wurde **Shania Bubenheimer**.

Ein drittes Mal wurden die Pflichtübungen P4/P5 von sechs Turnerinnen des Jahrgangs 2005 in Wettkampf Nr. 7 gezeigt. Mit 40,4 Punkten holte sich **Yuting Wang** die Goldmedaille.

Vier Turnerinnen der Jahrgänge 2000 und jünger zeigten in Wettkampf Nr. 8 die Pflichtübungen P5/P6. Erste wurde **Jacqueline Fischer** mit 41,9 Punkten.

In den letzten beiden Wettkämpfen wur-

CENTURION E-BIKE

E-Co 400 EQ



**Zuverlässig zu jeder Jahreszeit
Nicht schneller - nur leichter!**

Größe: 43cm (26"), 48, 53, 58cm (28"), Farbe: matt-schwarz., Bremse: Shimano M447
Schaltung: NuVinci N360, Motor: Bosch Aktive Line, Batterie: Bosch PowerPack Racktype 400W

Radsport Boos

Seit 30 Jahren

Otto-Wels-Str. 17 - 64331 Weiterstadt
Tel.: 06150/4427 - Fax 14821
radsport.boos@t-online.de - www.radsportboos.de
Mo., Di., Do., Fr. 15-18.30 Uhr - Sa. 10-13 Uhr
Vormittags nach Vereinbarung - Mittwoch geschlossen

den Kürübungen gezeigt, wobei besonders die Bodenübungen mit selbst erwählter Musik für die Zuschauer ein Highlight war.

In Wettkampf Nr.9 traten fünf Turnerinnen der Jahrgänge 2003 und jünger in der Leistungsklasse 4 an. Siegerin mit sehr guten 35,2 Punkten wurde **Milena Ziegenbein**.

Im letzten Wettkampf gingen noch einmal drei Turnerinnen an den Start und zeigten ihr Können in der Leistungsklasse 3. Mit 35,8 Punkten holte sich **Katrin Guba** Gold.

Ein sehr angenehmer und verletzungs-

freier Wettkampftag ging zu Ende. Vor Beginn der Siegerehrung präsentierte die TGW Jugendmannschaft ihren Wettkampf-Tanz und bekam dafür großem Applaus.

Doch es gab nicht nur die Siegerehrung der stolzen Vereinsmeisterinnen sondern auch noch eine kleine Sportlerehrung, denn auch die ist in den letzten Jahren oft zu kurz gekommen.

Geehrt wurden folgende Gruppen für ihre Leistungen im Jahr 2014: Die Leistungsgruppe 2005 für ihren 3. Platz beim Main-Rhein-Pokal Mannschaftswettkampf, außerdem die SGW Mannschaft für ihren

3. Platz bei der Hessischen Meisterschaft sowie die TGW Erwachsenen Mannschaft für ihren 2. Platz bei der Hessischen Meisterschaft und ihren sehr guten 2. Platz bei der Deutschen Meisterschaft.

Eine Ehrenmedaille erhielten außerdem Lilly Joy Riegel und Shania Bubenheimer für ihren jeweils 1. Platz beim Main-Rhein-Pokal Einzel.

Ein Dank geht an Vanessa Amann sowie den Vorstand der Turnabteilung für die Organisation. Außerdem an die engagierten Trainer und Kampfrichter sowie alle Helfer.

Erfolgreiches Jahr für die Turnabteilung der SG Weiterstadt

Die diesjährige Abteilungsversammlung der Turnabteilung der SG Weiterstadt fand am 26. Januar 2015 in der Dr.-Horst-Schmidt-Halle statt. Die Abteilungsvorsitzende Patrizia Lachnit konnte leider nur wenige Mitglieder der Turnabteilung begrüßen. Sie bedankte sich bei den Übungsleiterinnen, dem Abteilungsvorstand sowie Kurt Weldert vom geschäftsführenden Vorstand für die gute Zusammenarbeit.

Patrizia Lachnit sowie die Sportwartinnen Gisela Jung und Katrin Pellowski gaben mit ihren ausführlichen Berichten allen Anwesenden einen Rückblick auf das sportlich sehr erfolgreiche Jahr 2014. In der Sparte Geräteturnen waren die Turnerinnen der SG Weiterstadt an zahlreichen Wettkämpfen aktiv. Besondere Erfolge waren ein sehr guter 2. Platz bei den Gaueinzelmeisterschaften und ein 1. Platz auf dem Main-Rhein-Pokal. Teil-

genommen wurde außerdem an den Gau-mannschaftsmeisterschaften Gerätturnen weiblich, dem Landeskinderturnfest in Marburg, sowie dem TuJu-Abzeichen, bei dem das erste Mal Pokale erturnt werden konnten. Auch die drei TGW-Gruppen konnten in diesem Jahr sehr gute Platzierungen auf ihren Wettkämpfen erreichen. Die älteste Gruppe schaffte es erstmals bei den deutschen Meisterschaften aufs Treppchen und wurde 2., während die beiden jüngeren Gruppen auf den hessischen Meisterschaften in ihren jeweiligen Altersklassen einmal den dritten und den siebten Platz erreichten. Der Kassenbericht wurde von Petra Lachnit vorgestellt, der von den Kassenprüferinnen eine ordentliche Führung der Kasse bescheinigt wurde. Anschließend wurde der Antrag auf Entlastung des Vorstandes gestellt, der einstimmig erteilt

wurde.

Die Wahlleitung für die Neuwahlen übernahm Kurt Weldert. Patrizia Lachnit wurde einstimmig als Abteilungsleiterin und Angela Marthe als ihre Stellvertreterin gewählt. Gisela Jung wurde wieder als Sportwartin gewählt, ihre Stellvertretung übernimmt ab diesem Jahr Christina Seemann. Die Kasse verwaltet weiterhin Petra Lachnit und als ihre Prüfer wurden erneut Ursula Becker, Sigrid Kilian und Heidrun Schuchmann gewählt.

Der Organisationsausschuss wird nun von Melanie Jung und Franziska Oeler geleitet und Beisitzer in der Abteilung sind Sophia Lohrum, Stefanie Guba, Isabell Lachnit, Katrin Pellowski und Anna Bisten. Abschließend wurden Gisela Jung und Angela Marthe als Beisitzer im Hauptverein sowie 10 Delegierte für die Delegiertenversammlung am 12. April 2015 gewählt.

SGW und BCD versuchen es mit dem JBBL

Bereits seit Längerem lässt sich im Raum Südhessen eine Konzentration von erfolgreicher Nachwuchsarbeit im Basketball beobachten. Neben dem bekannten Bundesligisten Fraport Skyliners (Frankfurt) ist es die erfolgreiche Arbeit kleinerer Vereine in der Förderung von Individualtalenten, aber auch überregional erfolgreichen Jugendmannschaften, die Südhessen zu einem Begriff im Basketball machen.

Stellvertretend dafür lassen sich z.B. der BC Darmstadt und die SG Weiterstadt nennen. Aus den im südlichen Rhein-Main-Gebiet ansässigen Nachbarvereinen gehen seit Jahren Kaderathleten und auch erfolgreiche Jugendteams hervor, so auch Vertreter beider Vereine in aktu-

ellen männlichen und weiblichen Jugendnationalkadern.

Als nächste Stufe sowohl in der Talentförderung als auch der Bildung leistungsorientierter Jugendmannschaften haben die beiden Vereine eine enge Zusammenarbeit für den Bereich dem männlichen Basketball-Nachwuchs bekanntgegeben. Die unter dem Namen „SG (Spielgemeinschaft) Südhessen“ agierende Kooperation hat das Ziel, einerseits individuelle Talente frühzeitig zu erkennen und zu fördern. Zweitens sollen diese dann in gemeinsamen Teams auf den leistungsorientierten Basketball vorbereitet werden und sobald wie möglich in den Jugendbundesligen als Mannschaft antreten.

Im ersten Schritt bedeutet das die Zusammenlegung der Förderung in den Altersklassen unterhalb der Jugendbundesligen (z.B. mU12 oder mU14). Für die bereits der Altersklasse mU16 angehörenden Talente wird unmittelbar mit Bekanntgabe der Kooperation die Vorbereitung auf die Jugendbundesliga (JBBL) gestartet. Bereits im Juni soll über die Teilnahme an den Qualifikationsrunden der JBBL die Zugehörigkeit zu dieser höchsten Jugendspielklasse für die nächste Saison sichergestellt werden. Im Rahmen der Vorgespräche konnte dafür erfreulicherweise ein mehr als kompetentes Team aus im Jugendbereich bekannten und erfolgreichen Trainern gewonnen werden, bestehend aus dem

Headcoach Michael Krause und den Assistent Coaches Tobias Wilmesmeier (BC Darmstadt) und Matthias Dönges (SG Weiterstadt). Begleitet wird dies durch der Altersklasse angemessene Individualmaßnahmen, auch eine schulische Unterstützung wird im Bedarfsfall gewährleistet. Auftakt zur Teambildung waren die ersten Try-Outs am 18. und 22. April. Mit dieser Entscheidung arbeiten zwei Kooperationspartner zusammen, die dafür einiges an Hintergrund und Erfahrung mitbringen. Der BC Darmstadt als einer Traditionsvereine der Region hat in der Vergangenheit von Zeit zu Zeit starke Jugendteams zusammengestellt und immer wieder Talente auf JBBL-Niveau ausgebildet, die bisher mangels Spielgelegenheit in Nachbarvereine wechseln mussten. Der Club hat zurzeit vermutlich eine der bundesweit stärksten Mannschaften im Jahrgang 2001/2002 woraus eine zukünftige JBBL-Mannschaft gebaut werden soll. Die Herrenteams des BCD wa-

ren mehrfach in der 1. und 2. Bundesliga vertreten. Heute steht der BCD für erfolgreiche Jugendarbeit und Teile des Trainerteams sind sowohl in der männlichen als auch weiblichen Nachwuchsarbeit des Hessischen Basketballverband aktiv. Auch die SGW hat sich in den letzten Jahren vor allem in der Nachwuchsarbeit einen Namen gemacht und ist dadurch mit weiblichen Teams sowohl in der Jugend (WNBL) als auch Damenbundesliga (2. DBBL) vertreten, daher erfahren in Organisation und Durchführung eines hochklassigen Spielbetriebes. Geschlechterübergreifend ist Weiterstadt führend im Bereich der Schulkooperationen, hier gibt es seit längerem sichtbare Ergebnisse im männlichen sowie weiblichen Nachwuchs. Eigene Oberligateams in fast allen Altersklassen repräsentieren dies, und auch da, wo im Alleingang eine Teilnahme an der obersten Klasse nicht möglich ist, nutzt die Abteilung Kooperationen mit anderen Vereinen. So spielen z.B. auch

einzelne SGW Athleten in der BCD mU14. Darüber hinaus verfügt die SGW über ein funktionierendes Individualtrainingskonzept.

Die Herausforderungen einer kontinuierlichen Nachwuchsarbeit mit regelmäßig quantitativ und qualitativ guten Ergebnissen sind groß. Sofern Ziel ist, die ersten leistungsorientierten Maßnahmen bis hin z.B. zu einer JBBL Spielmöglichkeit in einem beständigen Umfeld und ohne organisatorische oder logistische Komplexität zu etablieren, funktioniert das meistens in der männlichen Nachwuchsarbeit kaum für einen einzelnen Verein. Die nun angekündigte Kooperation möchte dies sicherstellen. Angestrebt wird die optimale individuelle Förderung, eng abgestimmt mit Teamtrainings, schulischen Anforderungen und den Belangen der Heimvereine. Und dies nicht nur bei Spielern der Kooperationspartner, sondern auch für interessierte externe Talente.

Erfolgreiches Ostercamp der SGW

In den Osterferien stand wie jedes Jahr das Ostercamp der Weiterstädter Basketballer auf dem Programm. Vom 07. bis 10. April trafen sich 87 Camper und 10 Coaches, sowie drei Helfer in den drei Weiterstädter Hallen, um vier Tage lang von 9.00-18.00 Uhr eine Menge zu trainieren und zu lernen, aber natürlich auch viel Spaß zu haben. Es ging am Dienstagmorgen los mit der Anmeldung und den vielen organisatorischen Dingen, die zu solch einem Camp dazu gehören. Nachdem die Coaches die schwierige Aufgabe geschafft hatten, jeden in die richtige Gruppe zu packen, ging der Trainingsbetrieb dann endlich los. Die „größeren“ drei Gruppen beschäftigten sich vormittags in der Dr.-Horst-Schmidt- und der Adam-Danz-Halle mit den Stationen Werfen, Athletik und Entscheidungstraining, die „jüngeren“ hatten in der

Albrecht-Dürer-Halle Fußballarbeit, Defense und Passen und Fangen als Stationen. Alle Camper konnten in den vier Tagen sehr intensiv an ihren Schwächen arbeiten und an jedem Tag waren immer wieder Entwicklungen zu bemerken, was für die gute Leistung aller Camper während der Woche spricht. Nach den Stationen blieben bei den großen noch 30 Minuten für die Verteidigung übrig.

Dann die verdiente Mittagspause. Nach dem gemeinsamen Mittagessen legten alle eine Verdauungspause ein, ehe die nächste aktive Phase folgte. Zuerst mussten sich alle wieder aufwärmen, dann wurden die Gruppen wieder getrennt. Die Jüngeren konzentrierten sich jetzt mehr auf das Werfen und auf das Spielerische. Auch Abwechslung wie zum Beispiel Völkerball war hier Programmpunkt. Die

Großen gingen wieder in einen Stationsbetrieb über. Ziel war es nun, das anzuwenden was morgens gelernt wurde. Dazu kam der Athletikteil mit Schwerpunkt Kraft und eine halbe Stunde Freiwürfe werfen. Hier war ganz deutlich zu sehen, dass die Trefferquote von Tag zu Tag gesteigert wurde. Nach dieser anstrengenden Phase ging es für beide Gruppen nun ans Spielen. Im 5 gegen 5 oder 3 gegen 3 wurde nun Wert darauf gelegt, dass alles Vorangegangene umgesetzt wird. Auch hier war eine tägliche Steigerung zu erkennen. Nach dem Spielen war der Tag auch schon fast vorbei, das Cool Down bildete jeden Tag den Abschluss des Tages. Am zweiten Tag ging es dann auch zum ersten Mal morgens zum Aufwärmen in den Wald. Joggen stand an den Tagen 2-4 auf dem Programm. An jedem Tag ging es ein Stückchen weiter in den Wald hinein. Alle kämpften sich sehr tapfer durch den Wald und kamen auch wieder gut in der Halle an, bevor es wieder in die Stationen übergang.

Am Camptag 3 gab es ein kleines Highlight für die Großen: Mittags als Athletikteil ging es ins Sportzentrum zum Squash spielen. Fast keiner hatte es zuvor gespielt, es war mal eine schöne Abwechslung, einen Schläger statt einen großen Ball in der Hand zu haben. Mit viel Spaß gingen alle an die Aufgabe ran und manche lieferten sich sogar schon sehr spannende Duelle. Fürs erste Mal sah das bei allen schon sehr gut aus dieser Tag.

Der letzte Camptag sollte nochmal ein schöner Abschluss werden, an den sich noch alle gerne erinnern: Die angekündigte Überraschung war ein Gast aus einem benachbarten Fitness-Studio. Sie scheuchte alle Camper und auch einige Coaches mit dem Kurs „Laboooca“ 30 Minuten durch die Halle. Vorher war

Richtig lecker - bei Jörg Becker!





Marienhof-Catering

**vom Anfang bis zum Ende -
legen Sie's in unsere Hände.**

Täglich leckeres aus der Heissen Theke
+ Frühstück in unserem Bistro
+ Jede Woche neue Angebote
+ Montag - Freitag Mittagstisch

Schleifweg 47 • 64331 Weiterstadt • Tel. 06150 / 2205
www.metzgerei-marienhof.de



Die Teilnehmer am Basketball-Ostercamp (Foto: SGW)

sich wohl keiner über den Muskelkater am nächsten Tag bewusst, viel Beinarbeit war hier gefragt und am Ende lagen sogar einige ziemlich KO am Boden. Aber trotz der Anstrengung sah man danach noch in glückliche Gesichter, allen hat es eine Menge Spaß gemacht. Als vorletzter Programmpunkt kämpften alle im Knockout-Modus um den Titel der Skills Challenge. Bei einer klasse Stimmung in beiden Hallen gab es sehr span-

nende Duelle zu sehen und auch hier war viel Basketball dabei und der Spaßfaktor war sehr hoch. Zu guter Letzt stand noch das All Star Game an. 15 Camper hatten die Ehre, gegen neun Coaches anzutreten. Nach einer sehr dominanten ersten Hälfte der Coaches kämpften sich die Camper wieder heran und konnten sogar kurz in Führung gehen. Die Coaches behielten am Ende aber die Nerven und konnten sich doch knapp durchsetzen.

Zur Abrundung des Camps gab es die Siegerehrung mit der Vergabe aller Teilnehmerurkunden und die Ernennung der Awards für besondere Leistungen. Das Trainerteam war bis auf ganz kleine Ausnahmen sehr zufrieden mit der Leistung der Teilnehmer und freut sich schon auf das Ostercamp im nächsten Jahr. Hoffentlich hat es den Camp Teilnehmern auch so gut gefallen, sodass viele wieder beim Ostercamp 2016 mitmachen.

Len Adam Schoormann im Perspektivkader



Len Adam Schoormann (rechts, Trikot-Nr. 13) bei den Spielen in Heidelberg (Foto: DBB)

Der Weiterstädter Len Adam Schoormann hat Mitte April den bisherigen

Höhepunkt seiner Basketballkarriere erreicht. Nach zwei harten Tagen (am 11. sowie 12.04.) in Heidelberg wurde er zum Abschluss des Sichtungsjahres „Talente mit Perspektive“ in das nur zwölfköpfige Aufgebot der besten deutschen Jungen des Jahrgangs 2002 berufen.

Nachdem er in den vergangenen Monaten an verschiedenen Sichtungstreffen und Spielen einzelner Regionalkader teilgenommen hat, wurden Len Adam und ebenso SGW-Spielerin Sari Cornelius zur Gruppe der stärksten 96 Basketballer des Jahrgangs – davon 48 Mädchen sowie 48 Jungen – nominiert, die sich im Olympiastützpunkt Heidelberg zusammentreffen sollten. Dort durften sich alle unter den Augen der Bundestrainer (für die Jungen waren Berndt Röder, Alan Ibrahimagic, Harald Stein und Kay Blümel verantwortlich) um die Plätze im

neuen Perspektivkader 2015 bewerben. Am Ende der anstrengenden Tage gaben die Bundestrainer die Namen der zwölf Mädchen und Jungen bekannt, die in den vorangegangenen zwei Tagen überzeugen konnten. Die 24 nominierten Talente bilden die neuen Perspektivkader im männlichen und weiblichen Bereich des Sichtungsjahres „Talente mit Perspektive“.

Das Projekt, das bereits auf eine achtjährige Erfolgsgeschichte zurückblicken kann, findet auch im Jahr 2016 seine Fortsetzung. Das gab der Hauptsponsor und Namensgeber, die ING-DiBa, im Rahmen der diesjährigen Veranstaltung bekannt. Damit bleibt ein wichtiger Baustein weiter Bestandteil der Nachwuchsförderung des Deutschen Basketball Bund. Zu Beginn der Veranstaltung hatte A-Nationaltrainer Chris Fleming das Finale von „Talente mit Perspektive“ besucht

und ein paar Worte an die gesammelten AuswahlspielerInnen gerichtet.

Dabei erzählte er von seinen Erfahrungen mit den Topstars im Basketball. Der Nachwuchs nahm sich die Worte des Bundestrainers zu Herzen und zeigte vollen Einsatz und großartige Leistungen. In den jeweiligen Regionalkadern, die sich aus den Sichtungen der letzten Monate ergeben haben, traten die Talente am Samstag und Sonntag gegeneinander an. Insgesamt hatte jedes der vier weiblichen und männlichen Teams

drei Spiele zu absolvieren. Vorangegangen waren bereits am Freitagnachmittag diverse Trainingseinheiten, so dass die Bundestrainer ausreichend Zeit hatten, den Nachwuchs zu beobachten. So war das Projekt „Talente mit Perspektive“ auch im achten Jahr wieder ein voller Erfolg.

Und in diesem Jahr war insbesondere der junge Weiterstädter Len Adam Schoormann mit der für ihn glücklichen Trikotnummer 13 erfolgreich. Leider hat es für die zweite SGW-Kandidatin, Sari Corneli-

us, bei der letzten Auswahl nicht gereicht, aber dabei zu sein war bestimmt auch für sie ein tolles Erlebnis: Ein Erlebnis, das beide SGW-Teilnehmer nachher beim Zuschauen der Sport Show im RheinmainTV vom 13.04. wieder in Erinnerung bringen durften, da unter anderem ein Beitrag von „Talente mit Perspektive“ ausgestrahlt wurde, der immer noch im Internet zu sehen ist. Darin enthalten sind ein Interview mit Len Adam sowie Kurzausschnitte mit Len und Sari in Aktion.

Weiterstädter in Wien

Ostern in Wien ist für jeden Basketballer ein echtes Highlight, findet dort doch das alljährliche Osterturnier statt. Bei diesem Event treffen sich jugendliche Basketballspieler und -spielerinnen der Altersklassen U12 – U22. Diesmal waren auch einige SGWler mit dabei.

Mit dem WNBL-Kooperationspartner MTV Kronberg wurde hierzu ein Team gebildet. Elli und Nafsika Valiano, Enna und Sari Cornelius sowie Malin Beuck spielten in der Altersklasse wU14 zusammen mit sechs Kronberger Mädchen. Betreut wurde das Team von MTV-Trainerin Vicky Mundelius.



Die Kooperationsmannschaft in Wien (Foto: SGW)



Es geht um Ihre Augen.
Lassen Sie sich vom Fachmann beraten.

Optische Schwimmbrillen sind von höchster Qualität und setzen Standards. Um die ganze Bandbreite ihrer Vorteile nutzen zu können, sollten Sie sich unbedingt vom Fachmann beraten lassen - nur so können Sie sicher sein, die Schwimmbrille mit Ihrer optimalen Sehschärfenkorrektur zu erhalten. Ohne langwierige Sonderanfertigung zum attraktiven Preis, direkt zum Mitnehmen.

Optische Schwimmbrillen erhalten Sie bei Ihrem Optiker

Optik 26
jelena bockard

Darmstädter Str. 11-13 • 64331 Weiterstadt
Telefon 0 61 50 / 49 60 • www.optik-26.de

In dieser Zusammensetzung hatten die Mädels zuvor noch nie gespielt. Dennoch konnte die Mannschaft sich gegen renommierte Teams durchsetzen – Lichterfelde, Ulm, Bamberg. Erst im Halbfinale scheiterten die Südhessinnen gegen Linz, die eine doch recht robuste Spielweise aufs Parkett legten, mit der die Mundelius-Mädels so ihre Probleme hatten. Aber alleine die Erfahrungen, die die Spielerinnen bei einem solchen Turnier machen, sind für die kommende Saison sicher viel wert.

Auch die Side-Events kamen in Wien nicht zu kurz. So besichtigte die Truppe den Stephans-Dom, machte eine Stadtrundfahrt und alle Mädchen kennen sich jetzt mehr oder weniger in der Wiener U-Bahn aus. Dazu machte das Team gemeinsam mit der mU13 aus Kronberg beim Freiwurf-Wettbewerb mit, sah sich

den Dunking-Wettbewerb an und spielte „Wahrheit oder Pflicht“.

Nach und nach traf die Gruppe auch noch andere SGWler, die mit anderen Teams an den Start gingen. Chiara Giebelbach wurde von „ihren“ U13-Mädels beim Spiel mit ihrem ABC-Team angefeuert. Ihr Bruder Yannis lief mit den Darmstädtern auf. Karen Beuck wurde an die Bergsträßer wU22 ausgeliehen und Robin Reitz spielte auch in Wien.

So trifft man außerhalb von Weiterstadt immer SGWler in der Basketball-Welt, die in Wien jedes Jahr zusammen kommt. Schade nur, dass im nächsten Jahr eine Teilnahme nicht möglich sein wird. Die Osterferien fangen in Hessen erst mit dem Karfreitag an! Aber alle Teilnehmer waren sich einig: Die SGW wird, sobald die Ferien wieder passen, in Wien mit dabei sein!

SGW veranstaltet wieder Minifest

Nachdem rund 400 Kinder an den erfolgreich in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Basketball Bund (DBB) organisierten Minifestivals 2007, 2008, 2012 und 2013 in Weiterstadt teilnahmen, veranstaltet die Basketballabteilung der SGW im Auftrag des DBB auch in diesem Jahr wieder ein DBJ-Minifestival. Dieses findet vom 3.-5. Juli 2015 statt.

Drei Spielhallen, Unterkunft auf dem Sportgelände, Rundum-Betreuung und die Erfahrung aus den bisherigen vier Weiterstädter Minifestivals sorgen für ein ideales Umfeld für die Nachwuchssportler und Betreuer.

Das DBJ-Minifestival richtet sich an Jungen und Mädchen unter zwölf Jahren, die bereits im Verein Basketball spielen. Es ist als Spielfest mit buntem Rahmenprogramm konzipiert, das über zwei bis drei Tage Kinder aus unterschiedlichen Vereinen und Regionen zum gemeinsamen Spielen zusammenbringt. Dabei stehen insbesondere Kontakt und Austausch der Kinder und das gemeinsame Sport- und Bewegungserlebnis im Vordergrund. Alle teilnehmenden Kinder werden in Gruppen angemeldet und jeweils von mindestens einem Betreuer aus dem Heimatverein

begleitet. Für das Turnier werden die Kinder gleich zu Beginn in neue Mannschaften eingeteilt, um so Kontakt zu Kindern aus anderen Vereinen zu bekommen und den sozialen Umgang untereinander zu fördern. Neben dem Basketballturnier werden zahlreiche andere sportliche und weitere Aktivitäten angeboten. Alle Teilnehmer erhalten Urkunden, ein Event-T-Shirt und einen Basketball. Wie immer ist auch zu hoffen, dass alle Teilnehmer danach mit strahlendem Gesicht und vielen schönen Erlebnissen nach Hause fahren werden.

Resümee Saison 2014/15

Nur eine SGW-Mannschaft abgestiegen, teilweise hervorragende Ergebnisse und vielversprechende Individuell- sowie Mannschaftsleistungen: So können die Basketballer der SGW allgemein mit der Saison 2014/15 zufrieden sein. Wie in den vergangenen Jahren konnten schon einige Teams (diesmal die wU15, wU13 und mU12) die Endrunde der Hessenmeisterschaften erreichen – auch wenn es diesmal nur für die wU15-Mädchen zu den Regionalmeisterschaften gereicht hat.

Zudem hat die mU10/1 die Saison nach einigen spannenden Spielen als Kreismeister beendet, und die 3. Damen konnten mit dem 2. Platz in der Kreisliga den Wiederaufstieg in die Bezirksliga sichern. Zunächst stehen verschiedene Qualifikationsturniere für die Saison 2016/17 an, die für die Pläne von mehreren Mannschaften entscheidend sind. Es geht aber auch in die nächste Phase: die Vorbereitung von etwa 20 Mannschaften auf die neue Saison. Es werden wie immer neue

Spieler und Spielerinnen gesucht, aber auch müssen für die nächste Spielperiode einige neue Trainer und zusätzliche Schiedsrichter gefunden werden. Gleichzeitig muss angesichts der ambitionierten Pläne der Abteilung einige Helfer identifiziert werden, die in der Lage sind, bei der allgemeinen Organisation und bei bestimmten Tätigkeiten dem Vorstand und den anderen Verantwortlichen ihre Unterstützung anzubieten.

U 8 Kinder erfolgreich

In die diesjährige Leichtathletikaison wurde mit einem Wettkampftag in der Sporthalle von Nieder-Ramstadt gestar-

tet. Gemeldet wurde je eine Mannschaft in den Altersgruppen U8, U10 und U12. Die U8-Kinder konnten bei ihrem ersten Wettkampf einen hervorragenden 4. Platz erkämpfen. Auch die anderen zwei Mannschaften lieferten einen spitzen Wettkampf und erreichten jeweils einen tollen 12. Platz. In die Freiluftsaison wurde direkt nach den Osterferien gestartet. Bei dem 2. Liga Wettkampf konnte sich die U8-Mannschaft auf den 3. Platz vorarbeiten. Die U10-Kinder verteidigten ihren 12. Platz erfolgreich. In der Kinderleichtathletik-Liga 2015 stehen noch 2 weitere Wettkämpfe aus. Die Kinder freuen sich immer über neue Verstärkung.

Trainiert wird zurzeit dienstags von 17.00 bis 18.30 Uhr auf dem kleinen Sportplatz am Braunshardter Tännchen. Für die älteren Kinder/Jugendliche (Jahrgang 2005 und älter) wird ein zusätzliches Training zusammen mit der Leichtathletikgruppe der SKG Gräfenhausen auf dem Sportplatz in Gräfenhausen freitags von 17.30 bis 19.00 Uhr angeboten.

Wer Lust auf Leichtathletik bekommt, kann gerne im Training einmal vorbeischauen. Im Vordergrund stehen die

Grundsportarten Laufen - Werfen - Springen. Nähere Informationen gibt es auch unter der Telefonnr. 06150/50144.



Skifreizeit der SGW in Bad Hofgastein 2015



Am 08. Februar 2015 stiegen 36 Schneebegeisterte in den Bus gen Bad Hofgastein. Unser Fahrer Wolfgang wählte die Route über Würzburg und auf der zweiten Rast belegten wir die von Manfred besorgten Brötchen mit Wurst, Gurken und Senf je nach Gusto. Der versprochene Kaffee konnte leider erst später das Frühstück hinunterspülen. Dafür gab es Kuchen, den Inge gebacken hatte.

Wir kamen schon bei Schneefall gegen 17.30 Uhr an – auch dies änderte sich am Montag nicht. Manfred war in Sachen Skipässe schon früh auf den Beinen. Außer drei Hartgesottenen hatte keiner Lust bei dichter Waschküche und Schneetreiben Ski zu fahren. Doch ab Dienstag hatten wir blauen Himmel und strahlenden Sonnenschein, sodass Wanderer, Langläufer und Alpinisten ihrem Hobby frönen konnten.

Der Dienstag war der Schloßalm gewidmet. Man genoss den herrlichen Schnee und das wunderbare Panorama. Weitere Ausflüge waren an den folgenden Tagen das Angertal und Bad Dorfgastein mit Abfahrten nach Großarl. Das Skigebiet insgesamt bot neben erstklassig präparierten Pisten für jeden ambitionierten Fahrer reichlich Abwechslung. Der Einkehrschwung auf den Hütten zur Mittagszeit gehört traditionell dazu und die Auswahl war groß.

Die von Inge angefertigten blau-gelben Bommeln, die jeder Skifahrer an seinem Helm befestigt hatte und die zur Erkennung der Fahrer beitragen sollte, hat sich eigentlich nur in der Gruppe bewährt, denn die jeweils andere Truppe wurde

nie gesichtet. Dennoch war es ein netter Gag.

Auch die Ski-Langläufer kamen auf ihre Kosten. Die ersten Runden wurden im Kurpark von Bad Hofgastein gedreht. Doch die favorisierten Loipen lagen in Sportgastein. Mit dem Skibus ging es über eine Mautstraße auf 1.600 m Höhe. Drei Loipen in unterschiedlicher Länge luden zur sportlichen Betätigung ein. Skater und Langläufer liefen auf dem sonnigen Hochplateau über hervorragend präparierte Pisten, umgeben von verschneiten Bergen. Der Höchste davon war der Kreuzkogel mit 2686 m.

Für die Fußgänger galt es ebenfalls ein großes Areal zu beackern. An der Ache entlang von Bad Hofgastein nach Bad Gastein. Ebenso in die eine oder andere Richtung auf dem Höhenweg. Schon lange stand eine Schneeschuhwanderung auf der Agenda und konnte aus diversen Gründen nie in die Tat umgesetzt werden. Heuer war der Termin am Dienstag schon mit 25 Teilnehmern ausgebucht. Also stürzten sich fünf auf den Ausweichterrain am Mittwoch und wurden quasi mit einer Privatführung belohnt. Die Tour führte durchs Angertal, dauerte drei Stunden und man erfuhr einiges über Fauna und Flora. Das hat richtig viel Spaß gemacht.

Wieder andere schwangen sich in die Lüfte. Von Bad Gastein, einfach mit dem Bus zu erreichen, bestiegen sie die Seilbahn zum Stubnerkogel. Ein Gang über die beeindruckende Hängebrücke in luftiger Höhe und ein kleiner Fußweg zum Aussichtspunkt mit 360 Grad Panorama

und Hinweistafeln auf die Bergwelt der Alpen verkürzte das Warten auf der Sonnenterrasse, bis es zur Familienzusammenführung mit den Skifahrern kam. Ein kurzer Abstecher noch ins Angertal und wieder zurück über Stubnerkogel nach Bad Gastein beendete einen schönen Ausflug.

Bei herrlichem Sonnenschein gab es „Apres Ski“ im Café Schwaiger. Statt Bier und Schnaps erwartete uns eine riesen Kuchen- und Tortenauswahl. Dies hatte sich schnell herum gesprochen, sodass das Café bald schon fest in Weiterstädter Hand war.

Abends wurde Skat gespielt, andere „mackten“ oder spielten Rummykub. Man saß gemütlich beieinander.

Am Mittwochabend gab es den alljährlichen Liederabend mit Josef und seiner „Quetschkommode“ ... es wurde gesungen und gelacht.... Die Stimmung war wieder herausragend. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Josef.

So vergingen die Tage wie im Flug. Das Wetter zeigte sich von seiner besten Seite, innerhalb der Gruppe herrschte wie immer eine super Stimmung, doch wie immer geht die schöne Zeit viel zu schnell um.

Die Heimfahrt verlief ohne Stau und besondere Vorkommnisse. Es war noch Kuchen da, der bei einer Rast gänzlich verzehrt wurde und Manfred verwies auf die am 18.03., 20.00 Uhr stattfindende Jahreshauptversammlung mit der Bitte um zahlreiches Erscheinen. Außerdem sollten Anregungen, Ideen und Vorschläge für die nächste Skifreizeit gemacht werden. Damit er uns im nächsten Jahr wieder ein attraktives Ziel bieten kann, das für unsere drei Disziplinen (Ski, Langlauf und Fußgänger) geeignet ist.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei Manfred für die super Organisation, bei Inge für die leckere Bordverpflegung und bei Josef für den bunten Abend....

Kurz nach 17.00 Uhr erreichten wir gesund und munter Weiterstadt und beendeten eine schöne Freizeit bei einem Essen im Aulenberg.

Ski heil... und bis 2016! Ihr seid doch wieder alle dabei?!

AV, KK, RWin

**Besucht
unsere
Vereinsgaststätte**

Drei Jugendspieler der HSG WBW zur DHB-Sichtung geladen



(v.l.n.r.) Luca Vatter, Felix Sturm und Dennis Daschevski vertreten das Hessenteam

Die drei jungen Handballspieler der HSG WBW vertreten gemeinsam mit 9 weiteren Hessenauswahlspielern das Team Hessen und waren zur Sichtung des Deutschen Handballbundes nach Ruit bei Stuttgart eingeladen. Ziel dieses vier-tägigen Sichtungslehrganges war es, die besten Nachwuchstalente aus Deutsch-

land zu sichten, die später gegebenenfalls in der Junioren-Nationalmannschaft das Team Deutschland vertreten werden. Luca und Dennis spielen schon seit den Schlümpfen bei der HSG WBW und konnten schon viele gemeinsame Erfolge in der Bezirksoberliga und der Oberliga feiern. Felix ist seit zwei Jahren bei der HSG, hatte seine vorherige Laufbahn bei der SKG Roßdorf bestritten und errang mit Dennis und Luca im März des vergangenen Jahres mit der Hessenmeisterschaft in der C-Jugend den bislang größten sportlichen Erfolg. Luca konnte schon im letzten Jahr bei der DHB-Sichtung teilnehmen, als er als 99'er bei der 98'er Sichtung vom Team Hessen nominiert worden war. Alle drei Jugendspieler waren nach zahlreichen Jahren in der Bezirksauswahl aufgrund ihrer Leistungen für die Hessenauswahl nominiert worden und nehmen so die zusätzliche Trainingsbelastung auf sich, indem sie zusätzlich zu ihren drei normalen Trainingseinheiten

montags zum Stützpunkttraining der Hessenauswahl nach Frankfurt fahren. Unter der Leitung der DHB-Trainer haben die drei Handballtalente die Möglichkeit, sich gemeinsam mit 10 anderen Landesverbänden zu präsentieren, weitere Erfahrungen und Erkenntnisse zu sammeln und sich zu empfehlen. An den vier Tagen stehen alle Varianten des Handballspiels, zahlreiche sportmotorische Tests und Technik-Taktik-Überprüfungen auf dem Plan. Bewertet werden sie dabei wie alle anderen jungen Handballspieler nach ihrem spielerischen Verständnis in Grundspielen sowie dem persönlichen Auftreten mit ihren Mannschaften. Die HSG wünscht den drei jungen Handballtalenten viel Erfolg bei der DHB-Sichtung und natürlich bei ihrer weiteren handballerischen Laufbahn und freut sich über deren Teilnahme an der DHB-Sichtung, was sicher auch auf die gute Jugendarbeit bei der HSG zurück zu führen ist.

Der
Unterschied
beginnt beim
Namen

Wir sind den **Menschen verpflichtet**:
50 Millionen Kunden mit 50 Millionen unterschiedlichen
Bedürfnissen. Deshalb verkaufen wir nicht einfach Finanzprodukte, sondern
erklären sie so, dass jeder Sie versteht. Da, wo unsere Kunden
sind, da sind auch wir zu Hause. Deshalb bieten wir nicht
nur Sicherheit
für ihr Geld, sondern

Unterstützung für die ganze Region.
Als Finanzierungspartner Nr.1 fördern wir das Wachstum des
Mittelstands und einen Großteil der Existenzgründungen
in Deutschland. Das sichert Arbeitsplätze. Wir entwickeln
die Lösungen
von morgen, weil wir

an Sie und die **Zukunft** glauben. Schon heute haben wir
zum Beispiel die meistgenutzte **Finanz-App**. Erleben
Sie den Unterschied. Bei Ihrer Sparkasse vor Ort und
auf www.sparkasse.de
wenn's um Geld geht - **Sparkasse**

Entdecken Sie mehr Unterschiede auf
www.sparkasse-darmstadt.de

 Sparkasse
Darmstadt

Weibliche D-Jugend wird Meister in der Bezirksoberliga



Mit einem Sieg im Spitzenspiel gegen die HSG Bensheim/Auerbach sicherte sich die weibliche D-Jugend vorzeitig die Meisterschaft der Bezirksoberliga Darmstadt. Zur Meistermannschaft gehören: Julia Heyd, Lea Trenado-Lopez, Jovana Vukovic, Noura Kochems, Amelie Volz, Nele Beck, Noemy Hirsch, Leonie Wesp, Lina Marie Petri, Aliya Kloos, Fabienne Müller und Lea Pöschl, Trainerin Petra Vatter-Diefenbach und Janina Diefenbach.

Liebe Mitglieder über 18 Jahre,

an alle Schüler, Auszubildende und Studenten, denkt bitte daran, den Ausbildungsnachweis in der **Geschäftsstelle** abzugeben, um weiterhin im Jugendbeitrag geführt zu werden. Vielen Dank im Voraus.

Vier Neue für die HSG WBW



v.l.n.r.: Julian Behrens, Jonas Kämmerer, Leon Steinmetz, Joschua Lugert

Nein, erst mal keine neuen Spieler für die HSG WBW sondern was genau so wichtig ist, vier neue Schiedsrichter.

Am 03. März 2015 absolvierten die Nachwuchsschiris Julian Behrens, Leon

Steinmetz, Joschua Lugert und Jonas Kämmerer erfolgreich ihre Abschlussprüfung. Nach bestandener Prüfung dürfen sie sich jetzt offiziell Schiedsrichter der HSG WBW nennen.

Die Handballspielgemeinschaft hat in den letzten beiden Ausbildungsjahren sechs „Neue“ aus den eigenen Reihen hervorgebracht. Damit können die Handballer der Jugend und Aktiven wieder beruhigt in die Saison 2015/2016 starten, ohne Verbandsstrafen befürchten zu müssen. Das Schiedsrichterkontingent ist dafür ausreichend. Es ist aber auch nötig in Sachen Spielleiter stetig für Nachwuchs zu sorgen. Auch hier gibt es immer mal wieder altersbedingte Abgänge, die kompensiert werden müssen. Aber das hat bei unseren „alten Hasen“ hoffentlich noch ein wenig Zeit. Wir brauchen sie auch weiterhin, damit sie als Paten den Jungen mit Rat und Tat zur Seite stehen können.

Auch für den kommenden Ausbildungs-

lehrgang hat sich wieder ein junger Spieler bereit erklärt, zusätzlich zur Schule und Spielbetrieb die Schiedsrichterkarriere einzuschlagen. Auch ihm wünscht die HSG WBW viel Erfolg bei dieser nicht leichten Ausbildung. Fünf Wochenenden muss sich jeder Neuling Zeit nehmen, um das komplexe Regelwerk zu erlernen. Danach folgt eine Zwischenprüfung. Hier werden aus einem Fragenpool von bis zu 360 Fragen 20 ausgewählt, die beantwortet werden müssen. Erst dann werden die Absolventen zum Pfeifen auf die Spiele losgelassen. Nachdem der Neuling eine gewisse Anzahl Spiele gepfiffen hat, muss er noch eine theoretische Abschlussprüfung machen.

Die gesamte HSG WBW Familie wünscht den Neulingen faire Spieler, ruhige Trainer und vor allem Zuschauer, die es gelassen sehen, wenn mal eine Entscheidung aus ihrer Sicht anders sein müsste. Denn wie hinlänglich bekannt, ohne Schiris keine Spiele.

Immer fit mit dem Fitness-Studio

Trainerwechsel bei der ersten Damenmannschaft

Für die Landesliga Damen der HSG Weiterstadt/Braunshardt/Worfelden kündigt sich für die kommende Saison ein Trainerwechsel an. Wie der Vorstand der HSG WBW mitteilt, gibt es zwischen Trainer Ulli Theis und einigen Spielerinnen im Team keine gemeinsame sportliche Basis mehr, die eine Fortsetzung der gemeinsamen Arbeit noch sinnvoll erscheinen lässt. Ulli Theis hat sich daher entschlos-

sen, seine erfolgreiche Arbeit mit der noch jungen Mannschaft zu beenden. Trotz der Bemühungen des Vorstandes zwischen Mannschaft und Trainer einen Konsens zu finden, ist sich Ulli Theis sicher, die richtige Entscheidung getroffen zu haben. Der Vorstand der HSG WBW bedauert, mit ihm einen sehr engagierten Trainer zu verlieren, respektiert aber seine Entscheidung. Als Nachfolger wird Arne

Pathenschneider, langjähriger Trainer der Erfelder Damenmannschaft, die Mannschaft nächste Saison übernehmen.

Terminvorschau der HSG

31.08 -04.09.2015 Sommercamp
04.-06.09.2015 20jähriges Jubiläum der HSG

Neue Fitness-, Präventions- und Rehakurstermine der SG Weiterstadt im Fitnesscenter ab September 2015

Tag der Offenen Tür 05. September 2015:

Am Tag der Offenen Tür bieten wir einige Kurse zum Mitmachen an. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Bezuschussung der Gesundheitskurse:

Die gesetzlich versicherten Mitglieder der Krankenkassen haben bereits von der Beitragserhöhung der Krankenkassen erfahren. Der, trotz einer Beitragserhöhung, eingeführte Sparkurs der Krankenkassen verursacht auch im Bereich des Präventionskurses einige Änderungen. Die Zuschussung von Primärpräventionskursen durch die Kassen haben sich dahingehend geändert, dass zertifizierte Kurse, welche die Sportgemeinde Weiterstadt bereits seit Jahren anbietet, weiterhin von vielen Kassen bezuschusst werden, wohingegen die Zusammenfassung der Präventionskursbereiche im Grunde zu einer Zuschussreduzierung für die Mitglieder führen wird.

Dies macht es für uns noch schwieriger, den Überblick zu behalten. Somit bitten wir alle Kursteilnehmer, vor Kursantritt die jeweilige Zuschussung mit ihren Krankenkassen zu klären, da wir nicht mit allen gesetzlichen Krankenkassen in Verhandlung treten können.

„GESUNDHEIT IST NICHT ALLES, ABER OHNE GESUNDHEIT IST ALLES NICHTS.“

Dieser Gedanke sollte für die Teilnahme an einem Präventionskurs - auch ohne Kassenzuschuss - für jeden gesundheitsbewussten Sportler eine Selbstverständlichkeit sein. Mit vielen Krankenkassen (u.a. VDAK, IKK, AOK, DAK, Ersatzkassen etc.) speziell der BKK Merck sind wir bereits ins Gespräch getreten. Hier ist auch ein Zuschuss für weitere Kurse im Fitnessstudio im Rahmen des fit@Merck-Programms möglich. Eine der Grundvoraussetzungen für die Subvention eines

Kurses, ist die außerordentlich hohe Qualifikation des Trainers. Diese Hürde hat die Fitnessstudiodirektion bereits genommen. Nun obliegt es den Kursteilnehmern, sich bei ihrer Krankenkasse zu erkundigen, ob sie zu dem Personenkreis zählen, der einen Zuschuss beantragen und erhalten kann. Kurse, welche mit „*“ oder „2“ gekennzeichnet sind, wurden vom Landessportbund und der Ärztekammer ausgezeichnet. Diese Kurse werden teilweise von einigen Krankenkassen bezuschusst und haben ein einheitliches Training zum Programm. Zudem verfügen wir über ein ausgezeichnetes Reha Angebot. Dieses können Sie nach Rücksprache mit Ihrem Arzt und Krankenkasse bei uns durchgeführt werden. Nach einem Vorgespräch können Sie von uns in eine Reha Gruppe eingeteilt werden. Die Kosten für Reha Sport werden normalerweise von der Krankenkasse übernommen. Falls Sie sich für zusätzliche Kurse entscheiden

müssen Sie die entstandenen Zusatzkosten übernehmen.

Abhängig von der jeweiligen Krankenkasse werden zwischen 50% - 80% der jährlichen Kursgebühr(en) erstattet.

Voraussetzung der Zuschussung ist neben der bereits erwähnten hohen Trainerqualifikation, auch das spezielle Konzept der Kurse.

Bei diesem Konzept werden verschiedene Schwerpunkte gesetzt, insbesondere bei der Schulung des Herz-Kreislauf-Systems und der Rückenschule.

Die genauen Kurstermine und weitere Einzelheiten dieser Kurse stehen im Internet bzw. werden bei der Anmeldung bekannt gegeben. Weitere Informationen waren bis zum Redaktionsschluss noch nicht bekannt. Sobald wir neue Informationen haben, werden wir Ihnen diese natürlich sofort mitteilen. Anmeldungen für alle oben aufgeführten Kurse erfolgen grundsätzlich über unsere Internet-

Besser sehen!

Messung – Analyse – Korrektorempfehlung

Pust
...einfach gute Optik!



Unsere persönliche, professionelle Sehberatung bietet Ihnen eine Vielzahl optometrischer Dienstleistungen mit modernsten Messgeräten ohne lange Wartezeiten:

- Sehtest
- Sehschärfenmessung Ferne
- Sehschärfenmessung Ferne + Nähe
- Sehschärfenmessung Ferne + Nähe mit Arbeitsplatzanalyse
- Premiummessung mit Wellenfront und Hornhauttopographie
- Messung zur Funktionsanalyse der Augenmuskeln nach MKH.

Sehberatung
Termine kurzfristig!

Darmstädter Straße 56
64331 Weiterstadt
☎ 06150 - 2449
www.optik-pust.de

Pust Brillenmode & Kontaktlinsen GmbH Mo - Fr 9 - 12.30 u. 14 - 18 Uhr Sa 9 - 13 Uhr

seite (www.sg-weiterstadt.de) Nach den Kursen können Sie problemlos bei den bestehenden Sportgruppen der SG Weiterstadt weitertrainieren.

Rückenschul-Programm

Ein Thema bei dem heutzutage fast jeder, und in den letzten Jahren zunehmend mehr Menschen mitreden können, sind Beschwerden und Schmerzen im Hals-, Brust-; und Lendenwirbelsäulenbereich. Diese Probleme haben bekanntermaßen u. a. ihre Ursachen darin, dass der Anteil der sitzenden Tätigkeiten zunimmt, dadurch die stabilisierende Stützfähigkeit der Rumpfmuskeln durch Degeneration verloren geht. Eine weitere Ursache liegt wohl im falschen Umgang mit dem Körper. d. h. sich rückengerecht zu verhalten und damit vorausschauend mögliche Überlastungspunkte für den Rücken zu vermeiden und damit präventiv Rückenprobleme zu verhindern. Des Weiteren ist fehlendes Stabilisierungstraining ebenfalls ein Problem. Man kann auch aktiv etwas für den Schutz des Rückens oder den Erhalt wiedergewonnener Beschwerdefreiheit tun. Rückenschule bedeutet zum einen, eine regelmäßige Schulung und Steigerung der wichtigen Stütz- muskulatur im Rumpf, aber auch für die Teilnahme ein „zur Schule gehen“, wie man sich rückengerecht im Alltag verhält. Stichwörter dazu sind richtiges Heben, Sitzen oder auch Aufstehen. Dieses sollte richtig erlernt werden.

Für Personen, die bereits eine „Rückenschule“ besucht haben, werden wir versuchen einen Nachfolgekurs anzubieten.

| Kurs | Zielgruppe | Tag Zeit | Raum | SGW | Sonstige | Beginn | Dauer | ÜL |
|---------------------------------------|-------------------------|----------|-----------|----------|----------|--------------|--------------|-----------------------|
| Kickboxen | Erwachsene | Sa 11:00 | Dojo | | | 12.09.2015 | 90 Min. | Oliver |
| Progressive Muskelentspannung | Erwachsene | Mo 18:15 | ADH | | | 28.09.2015 | 8x 60 Min | Vanessa / Taher |
| Senioren Rückenkurs | Erwachsene | Fr 10:30 | Studio | | | September 15 | 10x 60 Min | Robert / Taher |
| Aqua Jogging*2 | Erwachsene | Mo 19:00 | Hallenbad | 80,00 € | 95,00 € | 07.09.2015 | 10x 50 Min | Frank Roelofs / Taher |
| Aqua Jogging*2 | Erwachsene | Mo 19:55 | Hallenbad | 80,00 € | 95,00 € | 07.09.2015 | 10x 50 Min | Frank Roelofs / Taher |
| Aqua-Fit ² | Erwachsene | Di 18:00 | Hallenbad | 160,00 € | 230,00 € | 13.01.2015 | jahr 45 Min. | Daniela Hirsch-Bluhm |
| Aqua-Fit ² | Erwachsene | Di 19:00 | Hallenbad | 160,00 € | 230,00 € | 13.01.2015 | jahr 45 Min. | Daniela Hirsch-Bluhm |
| Rückenaktivkurs*23 | Erwachsene | Di 20:00 | Hamburg | 80,00 € | 100,00 € | 22.09.2015 | 10x 60 Min | Taher Mohseni |
| Yoga Geübte/Mittelstufe | Erwachsene | Mi 20:10 | Wiesbaden | 95,00 € | 130,00 € | 09.09.2015 | 12x 85 Min. | Gerd Schmid |
| Yoga Fortgeschrittene | Erwachsene | Mi 18:40 | Wiesbaden | 95,00 € | 130,00 € | 09.09.2015 | 12x 85 Min. | Gerd Schmid |
| Yoga Anfänger | Erwachsene | Do 18:30 | Wiesbaden | 95,00 € | 130,00 € | 10.09.2015 | 12x 85 Min. | Gerd Schmid |
| Pilates, Anfänger/Geübte | Erwachsene | Mo 10:00 | Wiesbaden | | | 07.09.2015 | 6x 75 Min. | Uli Weeks |
| Pilates, Anfänger/Geübte | Erwachsene | Do 18:15 | ADH | 75,00 € | 100,00 € | 10.09.2015 | 12x 60 Min. | Cicilia Amann |
| ZUMBA@FITNESS | Erwachsene | Mo 20:10 | Hamburg | | | 07.09.2015 | 6x 55 Min. | Viola |
| Zumba@Gold | Anfänger/Einsteiger | Mo 09:30 | Frankfurt | | | 07.09.2015 | 6x 55 Min. | Cecilia Amann |
| Psychomotorik für Kinder ² | Kinder 4-9 Jahre | Mi 14:30 | DHS-Halle | 30,00 € | 40,00 € | 09.09.2015 | 6x 60 Min. | Catherin Luh |
| Säuglingsschwimmen | Säuglinge 3-9 Mon. | Di 16:00 | Hallenbad | 50,00 € | 65,00 € | 08.09.2015 | 10x 30 Min. | Dörte Volz |
| Säuglingsschwimmen | Babys 9-17 Mon. | Di 16:30 | Hallenbad | 50,00 € | 65,00 € | 08.09.2015 | 10x 30 Min. | Dörte Volz |
| Säuglingsschwimmen | Babys 17-25 Mon. | Di 17:00 | Hallenbad | 50,00 € | 65,00 € | 08.09.2015 | 10x 30 Min. | Dörte Volz |
| Säuglingsschwimmen | Babys 25 Mon. und älter | Di 17:30 | Hallenbad | 50,00 € | 65,00 € | 08.09.2015 | 10x 30 Min. | Dörte Volz |
| Säuglingsschwimmen | Säuglinge 3-9 Mon. | Do 09:30 | Hallenbad | 50,00 € | 65,00 € | 10.09.2015 | 10x 45 Min. | Dörte Volz |
| Säuglingsschwimmen | Säuglinge 9 -17 Mon. | Do 10:15 | Hallenbad | 50,00 € | 65,00 € | 10.09.2015 | 10x 45 Min. | Dörte Volz |
| Kreativer Tanz | Kinder 3-6 Jahre | Di 15:00 | Frankfurt | 25,00 € | 35,00 € | 08.09.2015 | 6x 55 Min. | Catherin Luh |



Hobby, Freizeit, Spass & Sport

Wir halten Ihnen dafür den Rücken frei - mit maßgeschneiderten Angeboten rund um Versicherungen und Finanzdienstleistungen. Wir sind für Sie da. Rufen Sie uns an.

Versicherungs-Agentur Peter & Steffen Klink

Hahlgartenstraße 27, 64331 Weiterstadt
Telefon 06150 - 130 20, Fax 06150 - 1302 11
www.agentur-klink.de

- Top-Schutz
 - Vor-Ort-Service
 - Regulierungsvollmacht
 - Ihr Partner in allen Versicherungsfragen
- Schutz unter den Flügeln des Löwen



GENERALI



Rückenschule für Kinder

Die Zunahme von Bewegungs- und Haltungsschäden in der Bevölkerung, als so genannte Zivilisationskrankheit beschrieben, aufgrund von auftretendem Bewegungsmangel ist in der heutigen Zeit unbestritten. Die Folgen aus einem solchen Bewegungsmangel sind hierbei in aller Regel in einem zunehmendem Körpergewicht und daraus resultierenden Gelenkverschleißerkrankungen, aber auch in immer mehr um sich greifenden Rücken- und Haltungsproblemen zu sehen. Verspannungen, Hexenschüsse aber auch Bandscheibenvorfälle sind die Folge. Die Tendenz dieser massiven Rückenprobleme geht dahin, dass auch immer mehr und immer jüngere Menschen unter diesen leiden. Auch vor Kindern macht diese Tendenz keinen Halt. Daran dürften nicht zuletzt das bewegungsarme und mediale Angebot in Form von Fernsehprogramm, Spielekonsolen aber auch Internet sein. Weiteres Verschärfungspotential dürfte in der momentan geführten Pisa-Diskussion liegen und der damit verbundenen immer stärker werdenden Forderung nach noch mehr Sitzen am Schreibtisch und Einbindung in schulisches Lernen. Diese investierte Zeit fehlt den Kindern auf der anderen Seite, um sich körperlich zu betätigen und Bewegungserfahrungen zu gewinnen. Folge dieser Entwicklung ist eine stetige Abnahme der muskulären Stabilität, welche gerade bei den Wachstumsabschnitten für den nötigen Schutz vor Fehlentwicklungen und Schmerzen sorgt.

Psychomotorik für Kinder



Für Kinder im Alter zwischen 4 und 8 Jahren bietet die Sportgemeinde Weiterstadt Übungsstunden an, in denen ihre Psychomotorik gefördert wird. Spiel, Spaß und abenteuerliche Unternehmungen fördern unter dem Motto „Phantasie kennt keine Grenzen“ die Psychomotorik der Kinder. Hierbei wird in der Kombination von körperlicher und geistiger Aktivität die Entwicklung der Kinder äußerst positiv beeinflusst. Unter anderem wird das Konzentrations-

vermögen gefördert. Dies schafft einen Ausgleich bei eventuellem Bewegungsmangel und fördert sowohl die Grob- als auch die Feinmotorik der Kinder in erheblichem Ausmaß. Das Schönste aber ist, dass man all dies den Kindern mit der Zeit anmerkt – sie werden ausgeglichener, fröhlicher und lebendiger.

Pilates

Das Body und Mind Training setzt auf die Harmonie von Körper, Geist und Seele. Es verspricht geschmeidige Bewegungen, eine tolle, aufrechte Haltung, Kraft und innere Stärke. Das Geheimnis ist der ganzheitliche Ansatz. Kraftübungen, Stretching, Koordinationstraining und Atemtechnik werden zu einem Mix kombiniert, der das Körpergefühl spürbar verändert. Ausgehend von der Körpermitte, bringen langsam und konzentriert ausgeführte Übungen den Körper wieder ins Lot. Ganz wie Joseph Pilates einst sagte: „Denken und bewegen gehören zusammen!“

Rehasportgruppe

Die Sportgemeinde Weiterstadt bietet seit rund 2 Jahren Rehasportgruppen an. Viele stellten sich daraufhin die Frage, Was ist „Reha-Sport“? Rehabilitation bedeutet Wiederherstellung. Dies ist ein wichtiger Baustein zur Gesundheitserhaltung und Gesundheitsförderung im Bewegungsalltag eines jeden Menschen. Im Sport bedeutet Reha die Wiederherstellung körperlicher Leistungsfähigkeit nach einer Krankheit oder Verletzung. Zum Reha-Sport zählen bewegungsthe-

rapeutische Übungen. Diese dienen der Stärkung von Ausdauer, Koordination, Gewandtheit, Motorik, Flexibilität und Kraft.

Ziel eines solchen Kurses Ihren Körper wieder in Balance zu bringen. Sie sollen sich wohlfühlen und ihren Alltag ohne Bewegungseinschränkungen und Schmerzen führen können.

Die Übungsstunden sind nach den Richtlinien von DBS/HBRS bereits zertifiziert und anerkannt. Nach § 43 Absatz 1 SGB V ist der Besuch der Übungsstunde dienstags abends mit einem ärztlichen Attest für den Teilnehmer kostenlos. Für weitere Fragen zur Anmeldung stehen wir Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung. Bei Fragen zum Kursinhalt können Sie den Leiter des Fitnesscenters Herr Taher Mohseni Donnerstags von 11:00 bis 13:00 bzw. Montags von 17:00 bis 18:00 Uhr erreichen (Tel.: 06150/961016). Natürlich können Sie auch Teilnahme Gutscheine als Geschenk bei uns erhalten.

Kreativer Tanz

Die Sportgemeinde Weiterstadt bietet eine „freie und kreative Tanz- und Bewegungsgruppe“ unter der Leitung von Catherin Luh an. Das Programm ist für Kinder im Vorschulalter und soll Tanz, Bewegung und Rhythmus auf spielerischem Weg vermitteln. Des Weiteren runden Entspannungsphasen nach der tänzerischen Bewegung die Stunden ab.

ZUMBA / ZUMBA Gold

Zumba ist ein Workout basierend auf dem Prinzip „FUN AND EASY TO DO“. Es ist einfach, man muss nicht tanzen können oder eine besondere Begabung

Lesen können Sie noch gut –

aber
wann war Ihr letzter **Hörtest?**

Wer häufig etwas falsch versteht, sollte jetzt einen kostenlosen Hör-Test machen

Hör!
Erlebnis
HÖRGERÄTE & ZUBEHÖR

Darmstädter Straße 26
64331 Weiterstadt
Telefon 0 61 50 / 13 69 66

P auf dem Marktplatz

haben, jeder kann mitmachen, sowohl Mann als auch Frau, und es macht einfach Spaß!

Zumba Fitness wird als eine Art Aerobic bezeichnet, die gepaart mit heißen Latino-Rhythmen ein super Workout für den ganzen Körper sicherstellt. Es hilft ihnen, ihre Kondition zu verbessern und bringt den ganzen Körper in Schwung. Alles arbeitet: die Beine sind ständig in Bewegung durch die einfachen Basisschritte, die Arme kommen aus eigenem Antrieb hinzu und auch die Körpermitte kommt in Bewegung!

Bei all dem Spaß also immer noch ein Workout!

Zumba Gold basiert auf dem gleichen Konzept wie Zumba Fitness. Durch eine Mischung aus Aerobic und heißen Latino-Rhythmen wird ein super Workout für den ganzen Körper sichergestellt. Gerade für Neueinsteiger und Senioren ist Zumba Gold der perfekte Weg sich fit zu halten. Probiere es aus und lass dich verzaubern...

Progressive Muskelentspannung

Die Progressive Muskelrelaxation (PMR) angelehnt an Jacobson) ist eine leicht erlernbare Entspannungsmethode, um Stressbelastungen vorzubeugen und entgegenzuwirken. Durch den Wechsel von Anspannung und Entspannung einzelner Muskelgruppen in bestimmter Reihenfolge werden die Muskelsinne und die Körperwahrnehmung trainiert. Verspannungen können schneller erkannt und gelöst werden und ein Zustand tiefer und wohltuender Entspannung kann in kurzer Zeit erreicht werden. Weitere Ziele und positive Wirkung von Progressiver Muskelrelaxation:

Gesundheitsprophylaxe / Prävention
Stressbewältigung

Stärkung des Immunsystems

Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Bluthochdruck

Angst / Nervosität

Burn-Out

In einem 8-wöchentlichen Kurs à 60

Minuten erlernen Sie Schritt für Schritt die Entspannungsmethode, um diese danach selbstständig in Ihren Alltag integrieren zu können. Hintergrundinformationen über die Wirkung von Stress und Entspannung auf Körper, Geist und Seele werden ebenfalls vermittelt. Der Kurs ist für jede Altersgruppe geeignet. Bitte mitbringen: Dicke Socken oder Hausschuhe, bei Bedarf eigenes Getränk und eine Wolldecke.

Kickboxkurs



Der Kurs ist für Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren. Die Sportgemeinde Weiterstadt veranstaltet Ihren neuen Selbstverteidigungs-/Kickboxkurs, jeweils samstags.

Hier werden ihnen alle Grundlagen des Kickboxsports beigebracht. Nicht nur die verschiedenen Box- und Tritttechniken werden sie erlernen, auch Koordination und Kondition werden gezielt geschult. Es handelt sich hierbei um Leichtkontakt Kickboxen, das heißt die Teilnehmer tragen vorsorglich einen Kopfschutz, einen Schienbein/Fußschutz und einen Mundschutz. Ziel ist es nicht die Gegner K.O. zuschlagen, sondern, gezielt Angriff und Abwehrtechniken zu erlernen ohne einan-

der zu verletzen.

Beim Kickboxen soll der Respekt voneinander vermittelt werden. Die Teilnehmer sollen ihre eigenen Grenzen erforschen. Kickboxen bietet ein ideales Ganzkörpertraining. Der Kurs richtet sich besonders an Neu- und Wiedereinsteiger.

Den Kurs leiten wird der erfahrene Kickboxtrainer Oliver Hahl. Er ist WAKO Kickbox Trainer mit A-Lizenz. Außerdem ist er als Landestrainer von Hessen tätig und ist zusätzlich noch Budo Pädagoge

Für das Training sollten sie lockere Trainingskleidung mitbringen. Auch ein Mundschutz und eine Bandage sind erforderlich, falls sie keine Gelegenheit haben sollten diese zu erwerben, können sie dies über uns tun für 15 €.

Bitte gehen Sie bei der Anmeldung zum Kurs folgendermaßen vor:

1. Unter www.sg-weiterstadt.de auf Onlineanmeldung klicken. Falls Sie noch nicht registriert sind, registrieren Sie sich bitte.
2. Nach der Registrierung melden Sie sich bitte mit Ihrer Email und dem Passwort an.
3. Danach zum Menüpunkt Kursbuchungen und den Kurs auswählen. (Falls Sie einen Kurs für Ihr Kind wählen wollen, müssen Sie zum Menüpunkt Kinder anmelden und verwalten)
4. Auf Anmelden klicken. Dann den Kurs unter Annahme der allgemeinen Kursbedingungen bestätigen.
5. Falls freie Plätze verfügbar sind, bekommen Sie eine Bestätigung und eine Buchungsnummer. Falls der Kurs belegt ist, werden Sie auf die Warteliste gesetzt. Sollten Plätze frei werden, werden Sie informiert.
6. Kursgebühr nach Bestätigung entrichten.
7. Nun sind Sie endgültig angemeldet. Nur bei Änderungen bekommen Sie eine kurze Nachricht von uns.

Falls Sie keinen Internetzugang haben können Sie sich an die Geschäftsstelle der SG Weiterstadt unter 06150-961010 oder an das Fitnesscenter 06150-961016 wenden. Hier können Ihre Datenaufgenommen werden.

Bei Problemen bei der Onlineanmeldung wenden Sie sich bitte an das Fitnesscenter der SG Weiterstadt:

Herrn Mohseni

Am Aulenberg 2-10

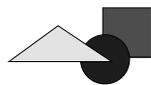
64331 Weiterstadt

Fitness@sg-weiterstadt.de

06150-961016 (donnerstags von 11:00-12:30 Uhr bzw. montags von 18:00 bis 19:00 Uhr)

Weitere und aktuelle Informationen erhalten Sie unter www.sg-weiterstadt.de unter „Kurse“. In diesem Bereich planen wir ebenfalls eine Onlineanmeldung. Für die Registrierung benötigen Sie unbedingt

Axel Bünz



Dipl.-Ing. Bausachverständiger (VDI)

öffentlich bestellt und vereidigt von der
Handwerkskammer Frankfurt-Rhein-Main, Deutschland

Baugutachter

Fon: 06150 / 1099-11 Fax: 06150 / 1099-35
Mob: 0173 / 9573762 email: a.buenz@buenz.info

eine gültige Email. Das Passwort wird dann an diese Adresse gesendet.
Bankverbindung für Fitnesskurse der Sportgemeinde Weiterstadt
Sparkasse Darmstadt
IBAN: DE6550850150 0026006228
Begünstigter: SGW Fitnesskurse

Wir bitten Sie, als Verwendungszweck Ihren Namen, Kurs, Tag und Uhrzeit und Buchungsnummer (diese erhalten Sie bei der Onlineanmeldung) anzugeben.
Für weitere Fragen zur Anmeldung stehen wir Ihnen gerne jeder Zeit zur Verfügung. Bei Fragen zum Kursinhalt können

Sie den Leiter des Fitnesscenters Herr Taher Mohseni donnerstags von 11:00 bis 12:30 bzw. montags von 18:00 bis 19:00 Uhr erreichen (Tel.: 06150/961016). Natürlich können Sie auch Teilnahmegut-scheine als Geschenk bei uns erhalten.

Dustin / Taher

Vorbereitung auf den Sommer 2015



Viele von Ihnen planen sicherlich einen Urlaub im Sommer. Besonders Aktiv-Urlaube sind momentan sehr beliebt. Egal ob Fahrradtouren den Rhein entlang oder eine Woche wandern in den Bergen. Doch unvorbereitet sollten Sie nicht in einen solchen Urlaub starten. So ist zum Beispiel die simple allgemeine Verbesserung Ihrer Fitness ein guter Anfang. Bei uns im Fitnessstudio bieten wir Ihnen mehrere Möglichkeiten dazu. Neben dem reinen Krafttraining haben wir auch viele Ausdauergeräte, wie zum Bei-

spiel Fahrräder und Laufbänder. Auch für Reha Patienten oder Gelenkprobleme entwickeln wir Ihnen ein individuelles Fitnessprogramm.

Auch für die Damen unter Ihnen arbeiten wir gerne gemeinsam auf die Bikinifigur hin. Bei unseren Bauch-Beine-Po- und Aerobic-Kursen fühlen sich besonders die weiblichen Sportlerinnen gefordert und gefördert.

Öffnungszeiten des Fitness-Centers:

Montag: 08:30 - 22:00 Uhr
Dienstag: 08:30 - 12:30 Uhr und
14:00 - 22:00 Uhr
Mittwoch: 08:30 - 22:00 Uhr
Donnerstag: 08:30 - 12:30 Uhr und
14:00 - 22:00 Uhr
Freitag: 08:30 - 22:00 Uhr
Samstag: 11:00 - 18:00 Uhr
Sonntag/Feiertag: 09:30 - 16:00 Uhr
(keine Betreuung)

Rufen Sie uns unter 06150 - 961016 an

und machen einen Termin für ein Probe-training aus!

Aerobic und Wellnessprogramm

| | |
|---------------------------|-------------------|
| Montag | 10.30 – 11.00 Uhr |
| Kräftigung und Stretching | |
| Montag | 18.00 – 19.00 Uhr |
| Combi-Nation-Step | |
| Montag | 19.00 – 20.00 Uhr |
| Total Body Workout | |
| Dienstag | 18.00 – 19.00 Uhr |
| Box'n'fun | |
| Dienstag | 19.00 – 20.00 Uhr |
| Step light | |
| Donnerstag | 19.30 – 20.30 Uhr |
| Salsarobic | |
| Donnerstag | 20.30 – 21.00 Uhr |
| Body Gym | |
| Freitag | 10.15 – 11.00 Uhr |
| Stretching | |
| Freitag | 17.30 – 19.00 Uhr |
| 3/4 Stepaerobic ,n BBP | |

Dustin und Taher

Frühjahrsfahrt in die Rhön



Ein Teil unserer Rhönfahrer auf der Wasserkuppe

Am 21. April 2015 fuhren 45 interessierte Mitmacher der Seniorengemeinschaft 50PLUS aus Weiterstadt mit dem Bus Richtung Wasserkuppe zum „Berg der Flieger“. Dort angekommen bot uns das

Wasserkuppenmassiv, besteht aus der eigentlichen Wasserkuppe und den beeindruckenden Nebenbergen und Gipfeln, die sich in Richtung des Fuldatals erheben - einen traumhaften Ausblick

über die Kuppenrhön und die thüringische Rhön. Und das alles bei traumhaftem Wetter, aber es war extra für uns bestellt.

Dass die Wasserkuppe mit 950 Metern Höhe über dem Meeresspiegel, der höchste Berg Hessens und auch der Rhön ist und auch eine bewegte Geschichte hat, erfuhren unsere Mitmacher bei einer intensiven Führung hier auf dem „Berg der Flieger“. Hier wurde ausgiebig auf die geschichtliche Bedeutung der Wasserkuppe - vor allem im Zusammenhang mit der Erfindung des Segelfluges - aber auch aufgrund ihrer strategischen Bedeutung zur Zeit des „Kalten Krieges“ hingewiesen. Ein beeindruckendes Ereignis, das viele von uns sich bisher sicher so nicht vorgestellt hatten.

Nach einer anschließenden längeren Rast auf einem Rhönbauernhof konnten unsere Mitreisenden bei leckerem Haxen- und Krustenbaten oder auch leckeren Hähnchen und kühlen Getränken unseren Besuch in der Rhön so richtig sacken lassen.

Theaterfahrt nach Oestrich-Winkel



Am 25. April 2015 bewegte sich am frühen Abend ein voller Bus mit Mitmachern unserer SG 50PLUS vom regnerischen Weiterstadt nach Oestrich-Winkel in den Rheingau zum dortigen Mundartverein, um sich die Vorstellungen des heiteren Mundartstücks „En gude Jahrgang“ von Just Scheu und Ernst Nebhut anzusehen. Im Rheingau angekommen überraschte nicht nur das Wetter angenehm. Die Schirme konnten im Bus bleiben. Genauso überrascht hat dann der Sekt Empfang, den die Initiatoren dieser Reise Christiane und Peter Lamboy, vorbereitet hatten. Ein tolles Ereignis und ein unterhaltsamer Abend war die Folge; so die einstimmige Meinung der mitgereisten „Schaulustigen“.

**Gemeinsam
statt einsam**

Wir sagen Danke Christiane und Peter Lamboy für den schönen Abend

Besuch beim HESSISCHEN LANDTAG in Wiesbaden



wechselvolle Geschichte des Gebäude-Ensembles erklärt ehe unsere beiden Gruppen dann auf die Besuchertribüne geführt wurden und der Plenarsitzung zuhören konnten. Thema in dieser Stunde „Qualitätsentwicklung im ärztlichen Bereitschaftsdienst“.

Anschließend empfing uns unsere Weiterstädter Landtagsabgeordnete, Heike Hofmann (MdL) zu einer Fragestunde. Es wurden von den Weiterstädtern einige Themen angesprochen und beantwortet. Eine kleine Erfrischung und ein abschließendes Foto mit Frau Hofmann rundeten den Besuch im Landtag ab. Der anschließende Besuch unserer Gruppe im Gasthof Wiesenmühle in Flörsheim bildete dann den Abschluss dieser gelungenen Veranstaltung.

**Liebe Mitglieder über
18 Jahre,**

an alle Schüler, Auszubildende und Studenten, denkt bitte daran, den Ausbildungsnachweis in der **Geschäftsstelle** abzugeben, um weiterhin im Jugendbeitrag geführt zu werden. Vielen Dank im Voraus.

Ein Teil unserer Mitmacher mit MdL Heike Hofmann (Bildmitte)

Die SG50PLUS aus Weiterstadt war am 29. April mit dem Bus nach Wiesbaden zur Politik im Zentrum Hessens unterwegs. Einen interessanten Nachmittag hatte Günter Schuchmann als Chef der

SG 50PLUS organisiert. Nach etwas Stau an der Sicherheitsschleuse gelangte die große Gruppe von 48 Teilnehmern ins Gebäude des Hessischen Landtages. Hier wurde uns bei einer Führung die

Wir walken 2015 in Hanau



Anspannung vor dem Start!

1000 Teilnehmer davon **32 Walker unserer SG 50PLUS und unser kleiner Fanclub** aus Weiterstadt waren beim großen hr4-Walkingtag 2015 dabei.

Trotz leichtem Nieselregen in Hanau haben sich die hr4-Hörer das Walken nicht nehmen lassen. 1000 Teilnehmer registrierten sich und holten sich ihre Startnummer im Staatspark Wilhelmsbad ab. Ausgerüstet mit Walkingstöcken und viel guter Laune starteten sie die Walkingtour. Wer nicht walken wollte, der konnte im Staatspark einen regionalen Frühlingmarkt besuchen oder sich vor der hr4-Bühne die Füße warm tanzen: Dort gab es ein unterhaltsames Programm mit dem Live-Auftritt der „Familie Hossa“ als Höhepunkt.

Unser Sommerprogramm

Wir haben hoffentlich bald Sommer und deshalb wurden unserer Aktivitäten der SG 50 PLUS auch auf **Sommerzeit** umgestellt.

So sehen derzeit unsere sportlichen Aktivitäten im Sommerhalbjahr bis Ende Oktober 2015 aus.

Montag: 10:00-12:00 Uhr Bahngolf Vereinsgelände

Dienstag: 10:00 bis 12:00 Uhr Boccia/Boule Vereinsgelände

Dienstag: 14:00 Uhr Radfahren Aulenberg

Dienstag: Gerade Kalenderwoche 10-12:00 Uhr Kegeln auf der Vereinsanlage

Mittwoch: 9.30 - 11.30 Uhr Badminton Dr.-Horst-Schmidt-Halle

Mittwoch: 10:00-11:00 Uhr Nordic-Walking ab Braunshardter Tännchen

Mittwoch: Gerade Kalenderwoche 15 -17:00 Uhr Bastelkreis Vereinsheim

Mittwoch: 17:00-18:00 Uhr Gymnastik im Raum Frankfurt im Vereinsheim

Donnerstag: 8:00-10:15 Uhr Aquafit (früher Wassergymnastik) Aqua-Jogging im Hallenbad Weiterstadt

Donnerstag: 15:00- 17:00 Uhr Boccia/Boule Vereinsgelände

Wer mitmachen möchte, einfach zu den festgelegten Übungszeiten auf die Anlagen kommen. Schnuppern ist immer kostenlos. Hinweise zu allen Aktivitäten Tel.: 06150 40600. Einfach anrufen.



Locker danach!

Hier könnte Ihre Anzeige stehen

Auskunft bei
Gebhard Bendel
Tel. 06150 / 4778

Besucht
unsere Sauna

FEINKOST & CATERING
hamm
seit 1899



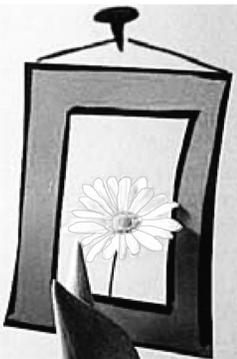
Catering - kulinarisch
- vielseitig
- zuverlässig

Hamm GmbH

Feldstraße 10, 64347 Griesheim, (061 55) 83 90-0

www.hamm-hamm.de

**Ihr Gärtner
und Florist**
kreativ & innovativ



Immer eine
besondere
Idee
voraus.

Darauf ist
Verlass.

Blumengärtnerei B. Brunner
Wiesenstraße 56 64331 Weiterstadt
Telefon: 06151/891837

Sportgaststätte Aulenberg

Wir bieten Ihnen:

Mittwoch und Samstag

Schnitzelvariationen je 7,50 €

**Kroatische – Internationale – und
Hausspezialitäten**

Öffnungszeiten:

Montag bis Samstag

von 16.00 bis 24.00 Uhr

Sonntags und Feiertags

von 11.30 bis 14.30 Uhr

und 17.30 bis 23.00 Uhr

Dienstag Ruhetag

Einen angenehmen Aufenthalt und
guten Appetit wünscht

Familie Vukusic

Am Aulenberg 2

64331 Weiterstadt

Tel. (06150) 40723

www.aulenberg-weiterstadt.de

Sportgemeinde 1886 e.V. Am Aulenberg 2-10 64331 Weiterstadt
PVst. Deutsche Post AG, Entgelt bezahlt, D 8204F

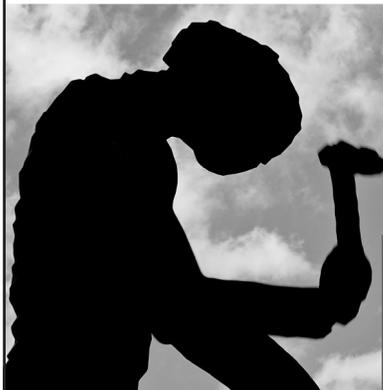
FIRST REISEBÜRO

Wir nehmen Urlaub persönlich.



Darmstädter Straße 29 · 64331 Weiterstadt
Telefon (0 61 50) 10 92-0 · Telefax (0 61 50) 10 92-10

**STARKE ARGUMENTE FÜR
WICHTIGE VORHABEN.**



„Hammering Man“
vor dem Messeturm
in Frankfurt



**TRAUMIMMOBILIE
BEIM TESTSIEGER
FINANZIEREN.**

Frankfurter Volksbank

Darmstädter Straße 64-66, 64331 Weiterstadt
Telefon: 06150 1002-0

Da geht's mir gleich viel besser.

ENGEL APOTHEKE

Darmstädter Str. 34
64331 Weiterstadt
Tel. 0 61 50 - 10 91 0

Wir sind gerne für Sie da:
Montag - Freitag von 8.00 - 18.30 Uhr
Samstag von 8.00 - 13.00 Uhr

www.engel-apotheke.de weiterstadt@engel-apotheke.de