



Blau-Gelb

Nachrichten der
Sportgemeinde 1886 e.V.
Weiterstadt

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

45. Jahrgang · Juni 2019
email: verwaltung@sg-weiterstadt.de

D 8204 F

Tropical
SUMMER
BEACHPARTY
COCKTAILS | 15. JUNI
MUSIK & MEHR: AB 19 UHR
Auf den Beachvolleyballfeldern
Am Aulenberg 2-10, 64331 Weiterstadt

ABTEILUNGSLEITER

Turnen: Patrizia Lachnit, Fr.-Ebert-Str. 26, 64331 Weiterstadt, T. 0157/84508874
Abteilung Musik: Timo Prenzer, T. 0170/2403409
Heinrichstr. 53, 64331 Weiterstadt, T. 76 94
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: Peter Sonnenberg
An der Bruchspitze 73, 55122 Mainz
T. 0175/4361509
Schwimmen: Stefan Melms
schwimmen@sg-weiterstadt.de
Tennis: Peter Scherf
Sudetenstr. 36, 64331 Weiterstadt, T. 8 67 01 89
Volleyball: Svenja Boebel, In den Wingerten 39, 64291 Darmstadt, T. 0176/84222730
Judo: Christian Rothkirch, Im Wingertsberg 28, 64331 Weiterstadt, T. 54 46 22
Leichtathletik: Annette Zettel
Beethovenstr. 6, 64331 Weiterstadt, T. 5 01 44
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: Hans-Jörg Daum, Taunusstr. 28 64331 Weiterstadt, T. 1 45 51
Basketball: Imke Beuck
An der Trift 29, 64572 Büttelborn, T. 0151/28839792
Bahngolf: Simone Schlabbach
T. 0178/8383770
Seniorensgemeinschaft: Dieter Sänger
Freih.-v.-Stein-Str. 9c, 64331 Weiterstadt, T. 33 38
Gesundheitssport: Taher Khakbaz-Mohseni
Am Aulenberg 2-10, 64331 Weiterstadt, T. 96 10-16
JuJutsu: Heiko Neubert, Dresdener Str. 2 64331 Weiterstadt, T. 4 05 46
Lauftreff: Heike Ackermann
Kreuzstr. 33, 64331 Weiterstadt, T. 4 09 17
Fitness-Studio:
Leiter: Taher Khakbaz-Mohseni
Am Aulenberg 2-10, 64331 Weiterstadt, T. 96 10-16
Sportkindergarten
Leiterin: Christiane Greifenstein, T. 96 10-20

GESCHÄFTSFÜHRENDER VORSTAND

1. Vorsitzender: Michael Giebelbach
Am Ohlenbach 11, 64331 Weiterstadt, T. 0175/5288000
2. Vorsitzende: Christiane Greifenstein
Spessartstr. 9, 64331 Weiterstadt, T. 96 10 20
Rechner: Carsten Milz
Marie-Luise-Kaschnitz-Str. 24, 64331 Weiterstadt, T. 0172/2748051
Anlagenverwalter: Hartmut Marchand
Buchenweg 3, 64331 Weiterstadt, T. 4 07 80
Protokollführer: Hans-Jörg Daum
Taunusstr. 28, 64331 Weiterstadt, T. 1 45 51
Sportwart: Klaus Lüdemann
Am Blindgraben 25, 64331 Weiterstadt, T. 0162/6418721
Sportwart/Beisitzer: Michael Becker
Kreuzstr. 82, 64331 Weiterstadt, T. 0173/7248979
Pressewart: Marco Budweg
Am Krötenberg 30, 64331 Weiterstadt, T. 86 52 83
Jugendwartin: Angela Marthe
Tagwiese 12, 64331 Weiterstadt, Tel: 5 92 16 81

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-Studioleitung 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

Verreinskonto:

Stadt- und Kreissparkasse
DE89 5085 0150 0026 0016 25

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:
LAUB Satzherstellung und Druckservice
Odenwaldring 3, 64846 Groß-Zimmern
T. 06071/43232
e-mail: mail@laub-online.net

Nächster Redaktionsschluss: 5. August 2019

Verspätet eingehende Manuskripte können nicht berücksichtigt werden. Die Artikel stellen die Meinung der Verfasser dar.
Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten

Die SGW ist Mitglied im
Freiburger Kreis
Arbeitsgemeinschaft
größerer deutscher Sportvereine



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.

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. Frauensauna	08.30 - 17.00 Uhr	Feiertag	08.00 - 14.00 Uhr
Gemischte Sauna	17.00 - 23.00 Uhr		

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

Montag	08.30 - 22.00 Uhr	Samstag	11.00 - 18.00 Uhr
Dienstag	07.00 - 22.00 Uhr	Sonntag/Feiertag	08.30 - 16.00 Uhr
Mittwoch	08.30 - 22.00 Uhr		
Donnerstag	07.00 - 22.00 Uhr		
Freitag	08.30 - 22.00 Uhr		

Wir unterscheiden zwischen Öffnungszeiten und Kernzeiten!

IN KÜRZE

Lauftreff -Walking

Braunshardter Tännchen

Mittwoch: 18.00 - 19.00 Uhr

Sommerzeit: Samstag: 17.30 - 18.30 Uhr

Winterzeit: Samstag: 16.30 - 17.30 Uhr

7. Juni 2019

SENIORENGEMEINSCHAFT 50PLUS – Besuch
Druckzentrum

15. Juni 2019

VOLLEYBALL – Beachparty

25. Juni 2019

SENIORENGEMEINSCHAFT 50PLUS – Sommerfest

28. Juli 2019

SENIORENGEMEINSCHAFT 50PLUS – Burgfestspiele Bad Vilbel

5. August 2019

BLAU-GELB – Redaktionsschluss

25. - 31. August 2019

SENIORENGEMEINSCHAFT 50PLUS – Reise
Magdeburg



Stellenausschreibung

Die Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

- 1 Hausmeister für den Sportkindergarten (Minijob)
- 2 Teilzeitkräfte (Bistro/Verein)
- 1 Bundesfreiwilligen Dienststelle (Verein)

Bewerbungen bitte schriftlich (auch per Mail)
an Christiane Greifenstein (Tel: 06150-961020)
Mail: kiga-leitung@sg-weiterstadt.de
Mai 2019

Positiver Rückblick und kritischer Ausblick bei der SGW Delegiertenversammlung

Weder standen wegweisende Entscheidungen auf der Tagesordnung, noch waren im Vorfeld größere Probleme bekannt. Dementsprechend harmonisch und erwartungsgemäß problemlos verlief die diesjährige Delegiertenversammlung der Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt am 7. April 2019. Unerwartet für den ein oder anderen Teilnehmer war allenfalls der Zukunftsausblick, den der 1. Vorsitzende Michael Gießelbach vor Beginn der Tagesordnung gab.

Gießelbach nutzte die Versammlung, um vor den verpflichtenden Inhalten einen Überblick zu geben, welche Themen aktuell und in naher Zukunft die Vereinsführung besonders beschäftigen werden. Dazu gehört zu allererst die Problematik der Akquisition von Ehrenamtlichen. Diese als Stütze der Vereinsführung sind aus Sicht der SGW unerlässlich, eine Verlagerung von Tätigkeiten auf hauptamtliche Mitarbeiter scheint aber in stärkerem Maße notwendig. Damit im Zusammenhang steht das sich verändernde Freizeitverhalten, welches unmittelbare Auswirkungen auf Vereine hat und zunehmend haben wird. Ganztagschule, alternative Freizeitmöglichkeiten, aber auch intensivere sportliche Betätigung werden nicht nur Angebotsinhalte ändern, auch Anforderungen an Übungsleiter und Sportstätten werden steigen. Das wirkt sich unmittelbar auf die Finanzierung von Vereinen aus und stellt diese vor noch größere Herausforderungen als bisher. Die SGW sieht sich hier noch gut auf-

gestellt, erwartet aber ebenfalls zunehmenden Änderungsbedarf. Die Unterstützung bei der Suche nach Ehrenamtlichen und dem zeitgemäßen Umbau der Angebote sieht man stark abhängig auch von den Aktivitäten der Abteilungen. Nicht unkritisch sieht Gießelbach das Thema Finanzierung. Hier ist vor allem die Belastung der Vereine mit eigenen Anlagen extrem, dem wird aus seiner Sicht vor allem bei externer Unterstützung und Förderung noch nicht ausreichend Rechnung getragen. Eine Chance zur zumindest teilweisen Entlastung von Aufwänden sieht er hier bei der Zusammenarbeit und Abstimmung der Vereine, aber auch hier gibt es keinerlei positive Entwicklung. Die Lösung der drei dargestellten Problembereiche sieht der 1. Vorsitzende als den Schwerpunkt der nächsten drei Jahre.

Zu Beginn der offiziellen Tagesordnung begrüßte Michael Gießelbach zunächst die anwesenden Ehrengäste, unter anderem die Landtagsabgordnete Heike Hofmann, den Bürgermeister Ralf Möller, die Vertreter der Parteien sowie die Ehrenvorsitzenden und -abteilungsleiter. In der Vorstellung des Geschäftsberichtes durch den geschäftsführenden Vorstand konzentrierte sich dieser vor allem auf die Höhepunkte des vergangenen Jahres sowie die finanzielle Situation. Dabei wurde klar, dass sich das Tagesgeschäft der SGW neben Übungs- und Spielbetrieb zu großen Teilen mit dem Erhalt der vereinseigenen Anlagen beschäftigt. Im

Vordergrund stand in 2018 neben der Beseitigung von Wasserschäden die Sanierung der Tennishallen, ein Projekt welches mittlerweile fast abgeschlossen ist und mehr als 300.000 Euro kostete. Die Finanzlage des Vereins ist dabei gut, allerdings wie in jedem Jahr so dass Einnahmen und Ausgaben sich gerade so ausgleichen. Gießelbach betonte trotz dieser Herausforderungen immer wieder, wie stark die Erfolge und Aktivitäten rund um Musik und Sport zum Weiterstädter Freizeitangebot und Sozialgefüge bei-



**Wir trauern um
unsere Ehrenmitglieder**

**Erika
Schuchmann
Hans Säemann
und unsere
Mitglieder**

**Ingrid André
Réne Lotz
Bernado May**

Deutsches Sportabzeichen

Abnahmetermine für das Jahr 2019



Tag:	Ort:	Uhrzeit:	Disziplin:
12.06.2019	Sportplatz	17:30	LA
02.07.2019	Hallenbad	18:00	Schwimmen
03.07.2019	Sportplatz	17:30	LA
06.08.2019	Hallenbad	18:00	Schwimmen
21.08.2019	Sportplatz	17:30	LA
04.09.2019	Sportplatz	17:30	LA
25.09.2019	Sportplatz	17:30	LA
01.10.2019	Hallenbad	18:00	Schwimmen

Die Abnahme bei den Turnern ist jeweils montags nach Absprache in der DHS -Halle

Die Abnahme beim Bahnengolf ist jeweils nach Absprache auf deren Gelände
Verleihung des Sportabzeichens soll am Freitag, 15.11.2019 um 18:00 Uhr im Raum Verneuil sein.

tragen, genauso sowie die vielen begleitenden Aktivitäten wie zum Beispiel Schulk Kooperationen, Kindergartenaus-
bau oder Nachhaltigkeitsprojekte. Und er bedankte sich bei allen Förderern, Helfern und Ehrenamtlichen für die bisherige Unterstützung und Mitarbeit.

Bei den anschließenden Wahlen gab es keine Überraschungen, Gießelbach wurde als 1. Vorsitzender wiedergewählt, ebenso Hartmut Marchand als Anlagen-

verwalter und Marco Budweg als Pressewart. Eine wichtige Änderung gab es dann allerdings doch. Wie bereits im letzten Jahr angekündigt legte Michael Brügger, viele Jahre im geschäftsführenden Vorstand für die Finanzen zuständig, sein Amt nieder. Gießelbach bedankte sich für die geleistete Arbeit und betonte nochmal die langjährigen ehrenamtlichen Tätigkeiten von Brügger, ob im Vorstand der Schwimmabteilung oder in den zwei mehrfach verlängerten Amtszeiten als Rechner für den Gesamtverein. Damit verliert der Verein eine wichtige Stütze im Führungsgremium, die den Verein in- und auswendig kennt. Dank der rechtzeitigen Rücktrittsankündigung konnte jedoch ein Nachfolger gefunden und bereits eingearbeitet werden. Gewählt wurde Carsten

Milz, wohnhaft in Braunshardt und dem Verein verbunden durch den Kindergarten und die Schwimmabteilung. Gießelbach betont wie wichtig dieser nahtlose Übergang ist: „Wenn es schon einen Wechsel gibt, dann ist das eine ideale Situation. Gerade im geschäftsführenden Vorstand, der in der täglichen Arbeit eher wie die Führung eines mittelständischen Unternehmens funktionieren muss, ist es wichtig, dass keine langen Ausfallzeiten entstehen. Es ist nahezu perfekt, dass sich mit Carsten Milz ein Rechner gefunden hat, der sich aufgrund seines beruflichen Hintergrundes sehr gut mit Zahlen auskennt, jetzt bereits ein Jahr lang die Vorstandsarbeit begleitet hat, und dabei dankenswerterweise ausführlich von seinem Vorgänger eingearbeitet wurde.“

Die Versammlung endete nach einigen allgemeinen Punkten mit den besten Wünschen für das aktuelle Geschäftsjahr, aber auch mit einem Dank an die Anwesenden. Gießelbach stellt heraus, wie wichtig es ist, dass die Vereinsmitglieder die Arbeit der Vereinsführung mittragen und sich beteiligen. Inhalte und Ablauf lassen vermuten, dass die SG Weiterstadt sich der Herausforderungen der Zukunft sehr wohl bewusst ist, aber auch bereit ist sich diesen zu stellen. Und dass das vielfältige Angebot mit seinen 18 Abteilungen inklusive Musik, den Sportanlagen, dem Sportkindergarten und den sonstigen Aktivitäten weiterhin eine feste Größe im Weiterstädter Freizeit- und Betreuungsangebot sein wird.

Ostercamp der HSG Weiterstadt/Braunshardt/Worfelden feiert Premiere



Vom 26. bis 28. April 2019 fand in der Braunshardter Sporthalle das erste Ostercamp der HSG Weiterstadt/Braunshardt/Worfelden statt. 31 Kinder aus den männlichen und weiblichen E- und D-Jugenden wurden in täglichen Trainingseinheiten von den engagierten Trainerinnen- und Trainern unter der Leitung von Carina Schneider betreut. Jeden Vormittag durchliefen die Mädchen und Jungen ein abwechslungsreiches Stationsprogramm in denen Koordination, Passen, Werfen, Abwehr und Angriff besonders geschult wurden. Samstags mittags setzten die Kinder das Erlernte

aus den Stationen dann schon super im Handballspiel um und es konnten bereits einige Fortschritte festgestellt werden. Am Sonntag wurde durch Teameinheiten und Staffelspiele am Nachmittag das Miteinander noch einmal besonders geschult. Ein Highlight des diesjährigen Ostercamps war definitiv die Goalcha-Einheit von Björn Friedrich am Freitagnachmittag. Goalcha ist eine Art Streethandball, bei der man mit einem kleinen Lederball (Prellen nicht möglich) auf etwas kleinere Tore wirft. Dadurch, dass mit dem Ball nicht geprellt werden kann, wird auch

das Spielen im Team besonders gefördert. Durch einen fliegenden Torwart wird immer eine Überzahl-Situation für die angreifende Mannschaft ermöglicht. Aufgrund der Ballgröße sind der Trickserie hierbei keine Grenzen gesetzt. Die Kids und auch die Betreuer hatten sehr viel Spaß an dieser coolen Einheit. Nach der Camp T-Shirt Vergabe waren sich alle Beteiligten einig, dass es mal wieder ein super Handballcamp war und freuen sich bereits jetzt auf das alljährliche Sommercamp in der letzten Sommerferienwoche.

Albrecht-Dürer-Schule und die Handballer der HSG WBW gehen weiterhin gemeinsame Wege

Als vor einem Jahr das erste Treffen zwischen dem Schulleiter der Albrecht-Dürer-Schule Knut Hahn und Sportvorstand der HSG WBW Felix Beck stattfand, waren sich beide Seiten sehr schnell einig, dass eine Kooperation zwischen Sportverein und Schule für beide Seiten nur Vorteile mit sich bringt. In weiteren Treffen wurden dann neben sportlichen Inhalten auch die Formalitäten einer Zusammenarbeit sehr zügig und unbürokratisch bearbeitet, so dass seit dem Beginn des Schuljahres 18/19 an der Albrecht-Dürer-Schule für die 5. und 6. Klassen eine sportübergreifende Ballschule-AG und ab der 7. Klasse eine Handball-AG angeboten wird.

In der Ballschule werden den Schülerinnen und Schülern grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten im Umgang

mit unterschiedlichen Bällen und ein vielseitiges Übungsangebot angeboten, bei der die Sportart noch in den Hintergrund tritt. In der Handball-AG liegen die inhaltlichen Schwerpunkte auf der technischen und athletischen Weiterentwicklung der Schüler.

Für die Leitung der beiden Einheiten wurde kein Geringerer gefunden als Thorsten Schmid. Der Diplom-Sportwissenschaftler mit Handball-A-Trainerlizenz und derzeit Trainer des 3. Handballbundesligist MSG Groß-Bieberau/Modau sagte damals spontan dem Sportvorstand Felix Beck für dieses Projekt zu.

„Eine bessere sportliche Leitung der neuen AGs kann der ADS und der HSG WBW gar nicht passieren“, so der sportliche Leiter der HSG WBW.

Über positive Schülerrückmeldung für

das neugeschaffene Sportangebot in der ADS können sich die Initiatoren nicht beklagen, dabei erfreut sich die Handball-AG einer großen Resonanz, die Ballschule ist derzeit bisher mäßig besucht.

Schulleiter Herr Hahn fasst die Zusammenarbeit wie folgt zusammen: „Die Kooperation bietet beiden Partnern Vorteile: Das qualifizierte Angebot des Vereins erweitert das Angebot der Schule im Ganztags und erhöht mit dem Bewegungsangebot die Attraktivität. Der Verein bietet seinen Kindern und Jugendlichen ein zusätzliches Trainings- und Spielangebot, kann im Idealfall neue Mitglieder für die Sportart gewinnen. Der Verein konnte zudem einen sehr qualifizierten Trainer für die Schule gewinnen.“

Die mäßige Belegung der Ballschule wird nächstes Schuljahr wohl auch vorüber



Stolz sein ist einfach.



Wenn man im Verein lernt, gemeinsam an einem Strang zu ziehen. Auf die Vereinsförderung der Sparkasse Darmstadt kann man sich dabei verlassen.

sein, der Handballverein aus Weiterstadt ist im Kinderhandballbereich voll besetzt. „Die wollen zukünftig alle in der weiter-

führenden Schule in die Ballschul-AG, da wird Herr Hahn wohl noch eine neue Halle bauen müssen“, so Beck lachend.

Die Kooperation soll im neuen Schuljahr perspektivisch fortgesetzt werden.

Handballjugend freut sich über Spendenbereitschaft

Die Jugendmannschaften der HSG WBW beteiligten sich auch in diesem Jahr wieder an der hessischen Jugendsammelwoche in der Zeit vom 5. – 15. April. Sie gingen in kleinen Gruppen von Tür zu Tür und baten um eine Spende. Egal ob Sonnenschein oder Regen die Kinder waren mit viel Freude dabei und die Bereitschaft der Bürger/-innen war groß. Die Mädchen und Jungs freuten sich über jeden Euro, der gespendet wurde. Einige Bürger/-innen erinnerten sich daran, dass sie in ihrer Jugend selbst sammeln waren und spendeten gerne.

Unter dem Motto Jugendarbeit ist wertvoll, aber nicht ganz kostenlos, wird die HSG die Spenden für Aktivitäten rund um die Jugendmannschaften einsetzen. Die Kinder bedanken sich auf diesem Wege nochmals bei allen Spendern.



Die Kinder waren auch bei der diesjährigen Jugendsammelwoche mit viel Freude dabei und die Spendenbereitschaft war groß

Weibliche A-Jugend beim internationalen Prager Handball Cup



Weibliche A-Jugend: Am Turnier spielten (hinten von links: Nele Beck, Lisa Scholz, Jara Trenado, Lea Pöschl, Emily Januschkowetz, Olga Skakuj, Tabea Coors, Konstantina Kasartzoglou; Mitte von links: Lotte Weber, Julia Röhrig; vorne von links: Naomi Winter, Victoria Manger, Daniela Susic, Svenja Platen, Lea Trenado; Es fehlen: Julia Heyd, Amelie Volz und Noemy Hirsch)

Unsere weibliche A-Jugend war über die Ostertage beim Prager Handball Cup vertreten. Nach einer sehr langen Anreise kamen die Mädels am Donnerstagsabend in ihrer Unterkunft, einer Schule, an. Freitagmorgen ging's direkt in das erste schwere Spiel, bei dem die HSG WBW auf FIF Handball (Dänemark) traf. Nach anfänglichen Schwierigkeiten wegen des ungewohnten Harzes kamen die Mädels immer besser ins Spiel. Doch die ersten 10 verschlafenen Minuten konnten leider nicht mehr aufgeholt werden und das Spiel ging mit 20:11 verloren. Die nächsten beiden Spiele konnten die Mädels durch Teamgeist, Zusammenhalt und Kampf gewinnen. Auch am Samstag standen die Mädels vor 3 schweren Spielen in denen leider nur eins für sie entschieden werden konnte. Durch den vierten Platz in der Gruppenphase haben sich die Mädels für den B-Cup nominiert.

Trotz der anfänglichen Enttäuschung, ließen sie den Abend mit gutem Essen und viel tanzen ausklingen. Der Ostersonntag begann mit einem schönen Morgenlauf und einem üppigen Frühstück in der Prager Innenstadt. Schließlich hatten sie noch ein wenig Zeit einige Sehenswür-

digkeiten wie z.B die Karlsbrücke zu berücksichtigen. Die Mädels setzten sich das Ziel den B-Cup für sich zu gewinnen. Somit stand die erste Herausforderung, das Achtelfinale, vor ihnen. Trotz 3 Toren Rückstand zur Halbzeit konnte das Spiel mit viel Kampfgeist gedreht werden und am Ende stand ein 13:10 für die HSG WBW auf der Anzeigentafel. Das darauffolgende Viertelfinale konnten die Mädels souverän durch eine konstante Leistung mit 16:11 gewinnen. Am Sonntag ging es weiter mit dem Halbfinale. Nach einem packenden Spiel stand es zum Schlusspfiff 10:10, damit war Penalty

Shoot-out angesagt.

Die Nervosität stieg, doch das Adrenalin überwog und die Mädels wollten unbedingt gewinnen und ins Finale einziehen. Das Shoot-out wurde mit einem Tor gewonnen und die Freude kannte keine Grenzen mehr. Die A-Jugend der HSG WBW kam ihrem Ziel näher und standen im Finale des B-Cups. Im Finale überwog dann leider die Nervosität und die Mädels kamen nicht mit voller Leistung ins Spiel, die Luft war raus. Die Mädels verloren das Spiel gegen HK Trencin aus Slowenien mit 14:10, trotzdem können sie stolz auf ihre Leistung sein.

Allgemein ist die neu zusammengestellte Mannschaft sich nähergekommen und hatte die Möglichkeit miteinander und füreinander zu kämpfen. Die Mädels hatten die Möglichkeit gegen Gegner mit sehr hohem Niveau zu spielen und konnten viele Erfahrungen sammeln. Ein großer Dank geht an alle mitgereisten Eltern, die uns tatkräftig unterstützt haben und alle Fans und Unterstützer, welche die Reise ermöglicht haben. Jetzt gilt es den vollen Fokus auf die Oberliga-Qualifikation zu richten, um in voller Stärke angreifen zu können.

Tanzturniertag bei der Sportgemeinde Weiterstadt

Es gibt kaum eine andere Sportart, die gleichzeitig so viele Muskelgruppen, Gelenke und Körperzentren anspricht wie Tanzen. Besonders beim Turniertanzen spielen Bewegungskompetenz, Raumerfassung, Konzentrationsfähigkeit und Kondition eine große Rolle.

Davon konnten sich die Zuschauer am Sonntag, den 24. März 2019 beim 66. Weiterstädter Tanzsportturniertag der Tanzsportabteilung der SG-Weiterstadt im Bürgerhaus Gräfenhausen überzeugen. 36 Paare aus vorwiegend den süd-/südwestlichen Bundesländern waren angereist, um sich dem Urteil der fünf qualifizierten Wertungsrichter zu stellen. Tanzpaare der Starkklassen Hauptgruppe D und C Latein und Senioren II A und S Standard gingen an den Start.

Turnierleiter Dietlof Arthofer führte die Turnierpaare und Zuschauer durch das Programm. Die Tanzpaare und Zuschauer erfreuten sich an der stimmungsvollen Tanzmusik ausgewählt und aufgelegt von Willy Bauer. Vor und hinter den Kulissen

arbeiteten weitere fleißige Mitglieder der Tanzsportabteilung, ohne diese die Ausrichtung eines Turniertages nicht möglich wäre.

Zwischen den Ausrechnungspausen traten die TSA-Gruppen „Clogging“ unter der Leitung von Frau Sandy Pittermann und die neue Jazztanzgruppe „Mirage“ unter der Leitung von Frau Bub auf. Beide Gruppen wurden von den Zuschauern mit tosendem Applaus belohnt.

Die ersten Plätze in der Latein Sektion erreichten die Tanzpaare Hauptgruppe D Latein Robin Praus und Angelina Kliehm vom TTC Fortis Nova Maintal und in der Hauptgruppe C Latein Martin Schmidt und Katrin-Jana Pendzialek vom TSC Grün-Gold-Speyer.

Die ersten Plätze in der Standard Sektion erreichten die Tanzpaare der Senioren II A Klaus und Sylvia Silbernagel TSC Crucenia Bad Kreuznach und in der Königsklasse Senioren II S Stefan und Ingeborg Kolip vom TSC Rot-Weiß Lorsch (Bergstraße).

Das TSA Blau-Gelb Tanzpaar der SG-Weiterstadt Annette und Christian Nießner der Startklasse Senioren II. S waren tänzerisch fleißig und erreichten das Finale und belegten den 6. Platz bei diesem Turnier der höchsten Turnierklasse. Die Urkunden wurden überreicht von der ersten Vorsitzenden Christa Bauer der TSA Blau-Gelb der SGW.

Der Weiterstädter-Tanzturniertag überzeugt durch sein familiäres Flair und war wieder eine schöne Veranstaltung.

Die Tanzsportabteilung der SG Weiterstadt e.V. freut sich über tanzbegeisterte Kinder und Erwachsene. Vom Kindertanzen über Anfängerkurse, Fortgeschrittenen- und Breitensportkurse bis hin zum Turniertraining gibt es ein breitgefächertes Angebot. Informationen über die verschiedenen Gruppen erhalten Sie unter **www.tsa-weiterstadt.de** oder bei der ersten Vorsitzenden der Tanzsportabteilung, Frau Christa Bauer unter der Telefonnummer 06157/83930.

EB

Tanzen für Mädchen und Jungen ab 5 Jahre

Seit Anfang Mai bietet die Tanzsportabteilung der Sportgemeinde Weiterstadt für Kinder ab 5 Jahren einen Tanzkurs an.

Die Tanzstunden finden donnerstags von 16 bis 17 Uhr im Sportzentrum am Außenberg im Raum Frankfurt statt.

Spielerisch lernen Kinder ab 5 Jahren im Umgang mit der Musik ihre Bewegungen zu koordinieren. Sie gewinnen so ein gutes Körpergefühl und damit ein gesundes Selbstbewusstsein. Die Kinder üben Grundschriffe in den lateinameri-

kanischen Tänzen Cha-cha-cha, Rumba und Jive sowie in den Standardtänzen langsamer Walzer, Tango, Wiener Walzer und Foxtrott bis hin zu kleinen Choreographien.

Information erteilt die Trainerin Christa Bauer unter der Telefonnummer 06157/83930 oder vor Beginn der Tanzstunde. Selbstverständlich dürfen die Kinder bis zu 3 Stunden schnuppern und ausprobieren, ob ihnen die das Tanzen und die Musik Freude macht.

EB

Mit uns kriegen Sie alles gebacken.



Bäckerei & Konditorei

Bäckerei Best

seit 1901

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

Ungeschlagen Meister



v.l-n-r: Stephan Rauch, Jens Arntzen, Stefanie Frey, Andreas Simon, Anja Rothenburger-Rauch, Kai Wissing, Martin Grall

Lediglich mit einem Remis wird die 1. Mannschaft der Abteilung Badminton der SGW Weiterstadt verdient Meister der Bezirksliga A auch Dank der Neuzugänge Anja und Stephan Rauch setzt sich die Mannschaft mit 3 Punkten Vorsprung vor dem TV Bensheim an die Spitze der Liga. Sportwart Detlef Redling lobt die tolle Leistung von Andreas Simon im ersten Herreneinzel. Der mit nur einem verlorenen Spiel die Saison mit einer Traumquote abschließen kann. Die sonst eher im Mixed spezialisierte Stefanie Frey überrascht im Dameneinzel mit einer konstanten und starken Leistung und trägt damit auch maßgeblich zu dem tollen Erfolg der Mannschaft bei. Insgesamt hat die gesamte Mannschaft diese Saison hervorragende Team- und Einzelleistungen erbracht, gepaart mit viel Teamgeist und einer tollen Stimmung auf und neben dem Badmintonfeld. Damit steht dem Aufstieg und einer erfolgreichen Saison in der Bezirksoberliga nichts mehr im Weg.

Die Saison 2018/2019...



v.l.n.r. Lenard Kaufmann, Philip Grall und Sandro Korlevic (Es fehlen: Filipo Titz, Artjom Schaljapin und Robin Uebelgün)

...geht erfolgreich für die Sportler der Abteilung Badminton zu Ende. Nach einem holprigen Start in die Saison, vielen Verletzten und mit einer Aktiven Mannschaft weniger sah es zunächst nicht so gut aus für die Sportler. Doch wer hätte das gedacht! Teamgeist, Ehrgeiz und viel Spaß am Sport sorgten am Ende auch für sportlichen Erfolg. Die 1. Mannschaft feiert am Ende den Meistertitel und steigt in die Bezirksoberliga aus eigener Kraft auf. Die 2. Mannschaft hält sich nach einem ungeplanten Aufstieg (von Platz 3) in der vergangenen Saison wacker und beendet die Rückrunde auf Platz 7 der Tabelle. Als beste Spieler/in der vergangenen Saison wurden Lisa Nagel 59,3 % mit gewonnenen Spielen, Sina Röder mit 66,7 % und Stefanie Frey mit 78,9 % gewonnenen Spielen. Bei den Herren Per Buch (40,9 %), Jonas Neukirch (45 %) und Andreas Simon, der 82,6 % seiner Spiele gewann. Im Jugend und Schüler Bereich war es ebenfalls schwierig nach den Sommerferien genügend Spieler für die Mannschaften zu finden. Dennoch ging eine Schüler Mannschaft an den Start. Diese beendet die Saison mit einem tollen Ergebnis und wird Vizemeister. Und konnte am letzten Spieltag auch noch den Meister schlagen. Leider reichten die Punkte am Ende nicht für den Titel aus.

Nachwuchs-Trainer

Jonas Neukirch ein Gewächs aus den eigenen Reihen hat erfolgreich seine C-Trainer Lizenz erworben. Die Abteilung gratuliert ihm dazu. Jonas hat bereits in der Mini und Schülermannschaft die SG Weiterstadt vertreten. Mit seiner Mannschaft hat er im vergangenen Jahr den Aufstieg in die Bezirksliga B gemeistert. Seine guten Laune und sein Trainingseifer stecken an. Bereits seit 2 Jahren gibt er seinen Spaß am Sport an Jüngere weiter und trainiert seit einiger Zeit die Youngsters der Badminton Abteilung gemeinsam mit Stefanie Frey.



**Fit in den
Sommer mit
dem Fitness-
Studio**

Volleyballer richten alljährliche Beachparty zum Saisonabschluss aus

Die Saison 2018/19 ist vorbei und die Volleyballer können auf eine erfolgreiche Runde zurückblicken. Die Damen unter Trainer Andreas Wittel konnten ihr Saisonziel Klassenerhalt in der Bezirksliga-West erreichen und blicken zuversichtlich auf die neue Saison, in der einer der oberen Ränge Ziel sein wird. Die Herrenmannschaft überzeugte auf ganzer Linie und schloss die Saison mit einem sensationellen 2. Platz in der Bezirksob-

liga ab und hatte sogar die Möglichkeit durch die Relegation in die Landesliga aufzusteigen. Doch man entschied sich, darauf zu verzichten und so werden die Jungs auch nächste Saison wieder in der Bezirksob-erliga durchstarten. Für beide Teams heißt es nun, sich erfolgreich auf die kommende Saison vorzubereiten. Doch damit der Spaß nicht zu kurz kommt, steht am 15. Juni 2019 das alljährliche Hobby-Quattro-Mixed-Beach-

turnier auf den Beachvolleyballfeldern Am Aulenberg statt. Nach dem offiziellen Teil tagsüber wird ab 19 Uhr der Sommer willkommen geheißen und mit allen, die Lust und Laune haben vorbeizukommen, im Sand gefeiert. Mit Cocktails und guter Musik wird in den Sonnenuntergang getanzt – der Eintritt ist selbstverständlich frei und die Abteilung freut sich auf jeden der kommt.

Bronze für die SG Weiterstadt



Am 04. Mai 2019 ging es für zwei Mannschaften in die zweite Runde des diesjährigen MainRheinPokal Mannschaft weiblich in Crumstadt. Die Mädels der ersten Mannschaft, bestehend aus Enie Heim, Sarah Daus, Ma-

lika el Sakka, Aela Krasnici, Alexia Speigner und Greta Wesp, hatten sich fest vorgenommen, ihre Leistungen nochmal zu steigern, um vielleicht einen noch besseren Platz zu ergattern. Mit Erfolg, die Mädels steigerten sich um

zwei Plätze, erturnten sich mit einer gesamten Punktzahl, aus Durchgang eins und zwei, eine Punktzahl von 306,45 und durften somit auf dem Treppchen den 3. Platz feiern.

Die jüngsten Nachwuchsturnerinnen, die dritte Mannschaft der SG Weiterstadt, bestehend aus Maya Costantini, Seder Karaca, Jenna Keßler, Emilia Köhler, Greta Rietzel, Johanna Scholz und Linda Sittner, erturnten sich einen stolzen 4. Platz. Mit 277,35 Punkten, turnten die Kleinen ganz knapp am dritten Platz vorbei.

In diesem Wettkampf waren insgesamt 12. Mannschaften.

Durch eine Falschmeldung der zweiten Mannschaft turnte diese Mannschaft in der zweiten Runde leider nicht mit.

Das Trainerteam gratuliert allen Turnerinnen der SG Weiterstadt für ihre gezeigten tollen Leistungen. Ein herzliches Dankeschön geht an alle Kampfrichter der SG Weiterstadt. Für uns im Einsatz waren: AnnSophie Danz, Noemi Baumann, Shania Bubenheimer, Ava Mehdizadeh, Nina Puntke und Angela Marthe. Vielen Dank für eure Hilfe.

Ostercamp der Leichtathleten der SG Weiterstadt



Alle Camp-Teilnehmer

Am ersten Ferienwochenende begann für die Leichtathletikkids und die Trainer das diesjährige Camp. Trainiert wurde in fünf verschiedenen Altersklassen zwischen fünf und achtzehn Jahren für die kommende Saison.

In den einzelnen Gruppen wurden viele Disziplinen ausprobiert, die über die Hallensaison nicht möglich waren. So kamen einige Sportler in den Genuss die neuen Speere und Kugeln zu testen, oder auch den Diskus zu werfen. Highlight war jedoch der Heuler, dies ist ein Wurfgerät das bei richtiger Wurftechnik einen langen pfeifenden Ton von sich gibt. Nicht nur die Kleinen sondern vor allem auch die Großen wollten das Pfeifgeräusch hören. Das Wetter zeigte sich während des Camps mit all seinen Facetten. War

der Freitag noch angenehm, überraschte uns der Samstag mit Schneeschauern. Aber Leichtathletik ist nun mal eine Freiluftsportart, bei der man sich auch ordentlich bewegt, so dass die Kälte keine Chance hatte. Neue Disziplinen wie bei den U10-Kindern der Hürdenlauf über „richtige“ Hürden war auch eine kleine Mutprobe. Im regulären Wettkampfprogramm wird hier noch über hochgestellte Bananenkisten gesprungen, die noch ein wenig niedriger sind. Aber jeder wächst mit seinen Aufgaben und die Trainer waren über den Trainingsehrgeiz oft auch überrascht.

Es blieb auch die Zeit, die normalerweise im Training nicht da ist, um Sequenzen als Video aufzunehmen und direkt mit den Kindern zu analysieren und auch ge-

gebenenfalls die Technik zu verändern. Doch nicht nur die Leichtathletik stand auf dem Programm, sondern auch der Minigolfvereinswanderpokal und ein Besuch im Schwimmbad. Für eine gute Verpflegung sorgte jeden Mittag das Team von der Gaststätte „Am Aulenberg“. Im Anschluss an den Trainingstag stand jeden Mittag eine gemeinsame Abschlussveranstaltung auf dem Programm. Hierbei lernten sich Jung und Alt besser kennen und der Zusammenhalt innerhalb der Abteilung wurde gestärkt. Ob beim Brennballspielen oder auch beim Busfahrerspiel, der Spaß sollte immer im Vordergrund stehen.

Für das Sportabzeichen haben die ersten Sportler schon mehr als zwei Bedingungen erfüllt und wir können mit stolzer Brust sagen, das Camp war klasse. Danke an alle Beteiligten für die Organisation und an die Trainer für das Training bei Wind und Wetter.



Action mit Juli Dippel beim Ostercamp

Leichtathleten bei den Südhessischen Stadioncrossmeisterschaften

Eine kleine Abordnung der Leichtathleten der SG Weiterstadt hat am vergangenen Donnerstag an der Bahneröffnung des ASC Darmstadt, die gleichzeitig die Südhessische Meisterschaft darstellte, teilgenommen.

Dabei war die Disziplin Stadioncross etwas Neues für die Athleten. Nach dem Start auf der Bahn wurde zunächst über das Rasenfeld gelaufen, danach führte der Lauf über eine Stadiontreppe, drei

Holzhindernisse und durch die Sandgrube, bis er zurück auf die Bahn geführt wurde. Diese Runde musste dreimal bewältigt werden, so dass am Ende eine Strecke von 1500 m zu bewältigen war. Für die SG Weiterstadt starteten Ben Hippmann, Joeli Nederstigt, Felix Reich und Chloe Yamoah. Zuerst durften die Jungs starten. Im Rahmen der Südhessischen Meisterschaften konnten hier Felix den 4. Platz und Ben den 7. Platz in ihrer Al-

tersklasse erreichen.

Bei den anschließend startenden Mädchen musste Joeli leider verletzungsbedingt aufgeben. Chloe konnte den 5. Platz ihrer Altersklasse erlaufen.

Die Distanz forderte allen Athleten einiges ab. Sie kämpften sich alle tapfer in das Ziel.

Im nächsten Jahr ist das erklärte Ziel, dass die SG Weiterstadt die Teilnehmerzahl erhöhen kann.

Kreishallenmeisterschaften U14 Leichtathleten geben Saisonstand

Am Sonntag, den 17. Februar 2019, fanden in Darmstadt die Kreis-Hallen-Meisterschaften für die Altersklassen der U14 und U16 statt.

Für die Leichtathleten der SG Weiterstadt waren in der Altersklasse W12 Franziska Suhr und Maryam El Haddad und in der M12 Moritz Beyer am Start.

Gleich zu Wettkampfbeginn um 10:00 Uhr durften die beiden Mädchen über die 60m Hürden antreten. Erstmals im Wettkampf über „richtige“ Hürden und nicht wie von der Kinderleichtathletik gewohnt über Bananenkisten und über die für sie neue Höhe von 76cm. Sie konnten die im Winter erlernte Hürdentechnik gut umsetzen. Aber es machte sich bemerkbar, dass man im Wintertraining nur in einem bzw. zwei Hallendritteln trainieren konnte und so die Strecke der 60m recht lang wurden. So fanden sie sich Maryam dann auf dem in mit der Zeit von 13,12 Sek. auf dem 9. und Franziska mit 16,46 Sek. auf dem 15. Platz wieder. Ähnlich lief es bei Moritz der kurz danach in der Zeit von 13,32 Sek. den 12. Platz in seiner Altersklasse erreichte.

Danach ging es für die beiden Mädchen zum Weitsprung. Maryam sprang zweimal auf 3,33m womit sie in dem dichten Teilnehmerfeld den Endkampf der besten acht um lediglich 24cm verfehlte und auf dem 16. Platz landete. Franziska kam in ihrem ersten Wettkampf auf 2,50m und erreichte den 23. Platz.

Zeitgleich trat Moritz beim Hochsprung an. Hier machte er es spannend und übersprang die Anfangshöhe von 1,10m erst im dritten Versuch. Dann lief es aber besser und er scheiterte dreimal knapp an den 1,26m. Konnte sich aber mit übersprungenen 1,23m über eine neue persönliche Bestleistung und den 6. Platz freuen.

Beim 60m Sprint kamen Maryam mit 10,20 Sek. und Moritz mit 9,52 Sek. in ihrem Lauf jeweils als Dritte ins Ziel. Da dort aber Zeitvorläufe ausgetragen wurden, d. h., dass nur die Zeitschnellsten sich für die nächste Runde qualifizieren, reichte es leider nicht für ein Weiterkommen.

Dann durfte Maryam zum ersten Mal in einem Wettkampf mit der Kugel stoßen. Die 5,07m im zweiten Versuch brachten

sie erst mal auf den 7. Platz was ihr die Teilnahme im Endkampf der besten acht sicherte. Hier konnte sie sich dann noch in den letzten beiden Versuchen steigern und schaffte es mit den 5,75m aus dem letzten Versuch noch auf den 5. Platz.

In seiner vierten Disziplin erreichte Moritz mit 3,61m nochmals einen 12. Platz und verpasste im dicht gedrängten Teilnehmerfeld den Endkampf ebenfalls nur knapp um 25cm.

Zum Abschluss des Tages trat Maryam dann auch noch im Hochsprung an. Hier machte es sich bemerkbar, dass es bereits ihre 5. Disziplin an diesem Tag war. So scheiterte sie dreimal knapp an den 1,15m. Konnte sich aber mit übersprungenen 1,10m über eine neue Bestleistung freuen, die mit dem 5. Platz belohnt wurden.

An einem gut organisierten Wettkampf konnten die Kinder gute Erfahrungen an einem Wettkampf sammeln und Trainer Thomas Friedmann war mit den gezeigten Leistungen zufrieden. Als Helfer kam Emine El Haddad zum Einsatz.

Die U10 war in Frankfurt-Kalbach bei einem Vergleichswettkampf am Start

In Frankfurt-Kalbach ist eine Halle, in der nur Leichtathletik betrieben wird, mit einer 200m Rundlaufbahn, Weitsprunggruben, Stabhochsprunganlagen, Hammer- und Diskuswurfungen, Laufbahnen für 60 und auch 100m Sprints. Kalbach ist der Bundes- und Landesstützpunkt der Leichtathletikasse.

Kurz gesagt, einfach genial.

Die Größe und die Ausstattung der Halle lassen jedes Leichtathletiker höher schlagen, die Kinder hatten am Anfang doch sehr viel Respekt davor.

Für die SGW gingen Juli Dippel, Philipp Ruff, Ilyas Dikmen, Liv Heukelbach, Ben Voigtländer, Antonia Esser, Lea Jonas, Lukas Husek, Tyler Lewis, Filip Djukic und Justin Lopez Romero an den Start.

Der Wettkampf war als 5-Kampf ausgeschrieben und die Kids starteten mit der Weitsprungstaffel. Ziel ist es in 3 Minuten so viele Weitsprünge wie möglich zu machen, diese aber auch in Zonen weit zu springen. Durch das frühzeitige Freilufttraining haben wir das schon intensiv geübt und auch sehr viele Punkte gesammelt. Antonia Esser sprang am Weitesten

und sammelte für die Mannschaft viele Punkte.

Im Anschluss daran mussten wir die Hindernissprintstaffel absolvieren. Hier gaben die Kids ihr Bestes, konnten aber nicht an die Ergebnisse der vergangenen Wettkämpfe anknüpfen.

Dann kam der Heulerwurf dran. Diese Disziplin machten alle das erste Mal, da es diese bei uns im Leichtathletikkreis nicht gibt. Der Heuler musste gerade in vorher festgelegte Zonen geworfen werden. Das Üben hat geholfen und die Leistungen waren gut. Lukas Husek und Ben Voigtländer ließen den Heuler nicht nur

heulen, sondern auch noch am weitesten fliegen.

Dann kam die Lieblingsdisziplin das Medizinballstoßen. Hier konnten alle ihre Leistungen aus dem Training abrufen und den ein Kilo schweren Medizinball regel-



Metzgerei Marienhof Catering

Handgemachte Qualität seit über 20 Jahren

Unser Familienunternehmen steht seit über 20 Jahren für Qualität und Frische im Bereich hausgemachter Fleisch- und Wurstwaren.

Zusätzlich bieten wir Ihnen täglich wechselnde Mittagsmenüs und erstklassiges Catering.

Richtig lecker – bei Jörg Becker

Hauptsitz: Schleifweg 47, 64331 Weiterstadt, Telefon: 06150-2205
Online-Catering auf: www.metzgerei-marienhof.de
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag: 07:15 - 18:00 Uhr, Samstag: 07:30 - 12:30 Uhr

konform stoßen. Der Ball wurde von Ilyas Dikmen und Lukas Husek am weitesten gestoßen.

Die letzte Disziplin war der Teambiathlon. Hier müssen drei Zweierteams ca. 200 Meter laufen, dann mit 6 Gymnastikbällen auf drei Hütchen im Abstand von 3 Metern werfen. Wenn alle Hütchen getroffen wurden, kam gleich die nächste Runde, wenn nicht musste das Team in die Strafrunde. Jedes Team musste zweimal Laufen und Werfen.

Das Laufen klappte gut, doch das Abwerfen der Hütchen gelang nur dem Team Justin Lopez Romero und Lukas Husek feh-

lerfrei. Leider mussten die anderen Teams mit Ben und Antonia sowie Juli und Filip mehrere Strafrunden absolvieren.

Gespannt wartete das Team mit den Trainern Heike und Thomas Friedmann und der Kampfrichterin Andrea Dippel auf das Ergebnis.

Bei einer tollen Siegerehrung erreichte das Team unter 16 teilnehmenden Mannschaften den hervorragenden sechsten Platz.

Bei diesem Wettkampf war die Spannung aber dann noch nicht vorbei. Annette Zettel und Michelle Weber sind zwei unserer Helferinnen in der Leichtathletik-abtei-

lung. Für beide war der Wettkampf nicht nur anstrengend, sondern auch Teil ihrer Prüfung zur Erlangung der Trainerlizenz. Die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung des Wettkampfes, sowie eine mündliche Prüfung war das Ende einer Lehrgangsreihe die im letzten Jahr gestartet ist.

Nachdem die Kinder schon alle zuhause waren, kam aus Frankfurt die erlösende Nachricht: Bestanden!!!

Somit haben die Leichtathleten zwei neue Trainerinnen! Mädels wir sind stolz auf euch!

Start in die neue Kinderleichtathletik-Liga

Die Kinderleichtathletik-Liga startete am Samstag in die neue Saison. Begonnen wurde mit den Wettkämpfen der Altersklasse U12. Für die SG Weiterstadt gingen an den Start Lucy Bormet, Max Beyer, Ben Hippmann, Sophia Klinke, Julian Kürfke, Janne Müller, Joeli Niederstigt, Felix Reich, Jan Romberg und Chloe Yamoah. Als Teamnamen hatten sich die Kinder den Namen „Die grünen Speedies“ ausgesucht. Außerdem star-

teten für die Startgemeinschaft mit der SKG Gräfenhausen Riad Rovcanin und Colin Starwarski.

Die Athleten starteten mit der Disziplin 35m Hürdensprint. Hier konnte Felix seinen Lauf in 6,8 sek deutlich gewinnen. In seiner Altersklasse hat er mit dieser Zeit die Führung übernommen. Bei den Mädchen lief Lucy mit 7,6 sek auf den 5. Platz. Die grünen Speedies konnten gemeinsam den 5. Platz in dieser Disziplin erreichen.

Weiter ging es mit dem Kugelstoßen. Julian

führte hier die Mannschaft mit 36 Punkten, was den 6. Platz in der Altersklasse bedeutete, an. Mit 31 Punkten konnte Lucy hier den 3. Platz ihrer Altersklasse erringen. Hier wurde die Mannschaft 6.

Im anschließenden 35m Sprint lief Felix mit 6,0 sek erneut die schnellste seiner Altersklasse. Für Lucy sprang mit 6,4 sek der 5. Platz in ihrer Altersklasse heraus. Mit mannschaftlicher Geschlossenheit konnten die Speedies den 7. Platz erlaufen.

Es folgte der Fünfsprung. Hier müssen die Kinder in Vorbereitung auf den späteren Dreisprung zweimal das Sprungbein wechseln. Es stehen drei Versuche zur Verfügung. Als Mannschaft schnitten sie hier mit dem 9. Platz ab.

Als abschließende Disziplin wurde die

6 x 1 Runden-Staffel gelaufen. Hier erreichte die Mannschaft den sechsten Platz.

Im Endergebnis erreichten „Die grünen Speedies“ einen guten 6. Platz. Dies ist eine gute Grundlage für den Start in die neue Saison.

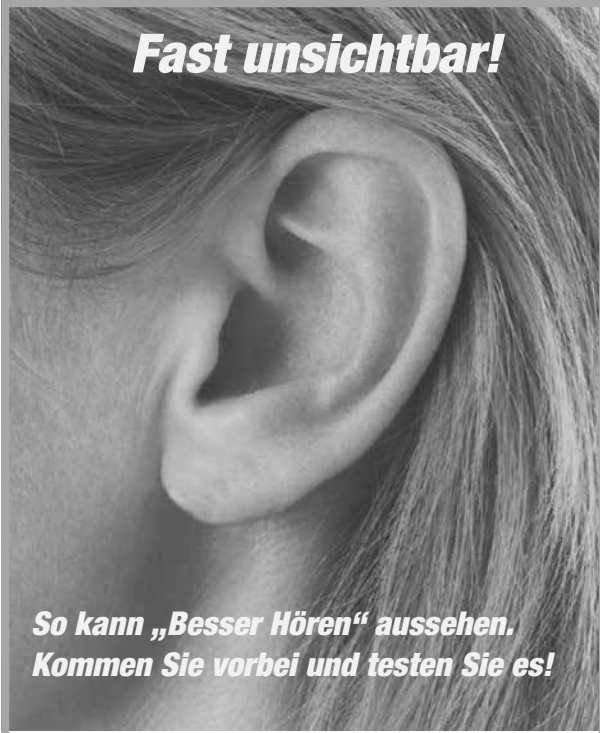
Bei den Mädchen der Altersklasse W10 wurden Lucy 4., Joeli 28., Chloe 30., Sophia 31. und Janne 35. Bei den Jungs der Altersklasse M10 wurden Felix 5., Max 11., Colin 16., Julian 20., Riad 25. und Ben 33. In der Altersklasse M11 holte Jan den 7. Platz.

Die grünen Speedies waren zufrieden mit ihrem Abschneiden und freuen sich nun auf den nächsten Wettkampf im Stadion.

Die jüngsten Leichtathleten sind am Sonntag in die Kinderleichtathletik-saison gestartet. Beim ersten von insgesamt 5 Wettkämpfen maßen sich unsere Mädchen und Jungen mit 8 anderen Teams von den Blau-Weißen Geparden aus Traisa bis zu den roten Tigern aus Seeheim, die am Ende den Sieg davon trugen. Dabei war das Ergebnis für alle Kinder eher zweitrangig – alle hatten zusammen Spaß und verbrachten einen schönen Morgen zusammen.

Los ging es wie immer mit einem gemeinsamen Aufwärmen. Alle knapp 100 Teilnehmer wurden von drei jungen Traiser Leichtathletinnen für den Wettkampf vorbereitet.

Unsere SGW'ler – verstärkt durch Kira Berger aus Gräfenhausen – starteten dann mit dem Stoßen. Jeder hatte 4 Versuche den 1kg Medizinball möglichst weit zu stoßen. In dieser Disziplin erreichten die grünen Drachen den dritten Platz. Im Anschluss erreichte unser Team, in dem 7 der 12 Kinder ihren allerersten Wettkampf bestritten, den 7. Platz im Einbeinhüpfen und bei der 30m Hindernis-Staffel. Beim 30m Sprint holten unsere



Fast unsichtbar!

**So kann „Besser Hören“ aussehen.
Kommen Sie vorbei und testen Sie es!**

**Hör!
Erlebnis**

HÖRGERÄTE & ZUBEHÖR

Darmstädter Straße 26
64331 Weiterstadt
Telefon 061 50/13 69 66

P Kirchstraße + Marktplatz neben der ev. Kirche

Jüngsten dann den 4. Platz, sodass das Team bei seinem ersten Wettkampf auf den tollen 6. Platz in der Gesamtwertung kam.

Für die SGW liefen, hüpfen und stießen: Philipp Bengs, Raphael Bengs, Kira Berger (SKG Gräfenhausen), Mona Christ, Maila Kührt, Luca Lerch, Francesco Maira, Thor Meinhardt, Paulina Merz, David Walter, Nils Wedel.

Im Anschluss an die „Kleinen“ war dann die U10 Mannschaft am Start. Hier war von allen teilnehmenden Kindern das

größte Starterfeld. Mit 19 Mannschaften starteten diesmal die Eltern die erste Disziplin, das Parkplatzsuchen. Die U8 Wettkämpfe waren noch nicht fertig und die U10 schon da... Nieder-Ramstadt war ein Riesenparkplatz.

In der Halle ging es dann nach der gemeinsamen Erwärmung mit den Medizinballstoßen los. Ohne große Pause ging es dann zum Sprint, gleich danach zum Einbeinhüpfen. Als letzte Disziplin war die Hindernissprintstaffel dran. Hier konnten die jungen Leichtis zeigen,

dass sich das Üben des Staffelwechsels mehr als gelohnt hat. Die Mannschaft siegte mit über einer Bahn Vorsprung.

Das Team mit Philipp Ruff, Juli Dippel, Clara Rutzki, Ilyas Dikmen, Liv Heukelbach, Ben Vogtländer, Jenna Kessler, Antonia Esser, Lea Jonas und Lena Rösch zeigte hervorragende Leistungen und belegte in der Endabrechnung den 10. Platz.

Herzlichen Dank an die Kampfrichter, Helfer und Trainer, die am Wochenende für die Kids im Einsatz waren.

U 12 - Leichtathleten der SG Weiterstadt bei den Kreis-Hallen-Meisterschaften



Alle Teilnehmer der Kreishallenmeisterschaften der U12

Die Leichtathleten der SG Weiterstadt sind bei den Kreis-Hallen-Meisterschaften erfolgreich in das neue Leichtathletikjahr 2019 gestartet.

Zum ersten Mal überhaupt sind die 9-jährigen Kinder der SG Weiterstadt in einem Wettkampf mit einzelnen Disziplinen und Einzelwertung gestartet. Dies war für alle eine große Umstellung, da sie bisher die Teamwertung und die Regeln der Kinderleichtathletik gewohnt sind. Trotzdem hat sich ein sehr großes Team bestehend aus Lucy Bormet, Lynn Bormet, Sophia Klinke, Janne Müller, Joeli Nederstigt, Vita Vrcek und Chloe Yamoah bei den Mädchen und Julian Kürfke, Felix Reich, Riad Rovcanin und Colin Stawarski bei den Jungen an diese Aufgabe gewagt.

In der BSZ-Sporthalle am Bürgerpark startete der Wettkampf um 10:00 Uhr. Die Mädchen starteten mit dem Medizinballstoßen. Dort konnten Janne und Lynn sich gleich einen Platz im Endkampf erarbeiten. Janne beendeten das Stoßen auf dem 5. Platz und Lynn auf dem 7. Platz. Aber auch die anderen Teammitglieder konnten mit guten Leistungen glänzen. So wurde Vita 9., Joeli 12., Lucy 13., Chloe 14. und Sophia 19. Kurz darauf folgten die Jungen beim Stoßen. Hier konnte sich Julian für die Runde der besten 8 qualifizieren und beendete den Wettkampf auf dem 5. Platz. Seine Teamkameraden waren auch gut dabei und beendeten den Wettkampf auf den Plätzen 12 (Colin), 13 (Felix) und 14 (Riad). Die nächste Disziplin für die Mädchen

war der Hochsprung, den alle zum allerersten Mal im Wettkampf absolvierten und der doch immer wieder einiges an Mut abverlangt. Neben den sehr guten Platzierungen konnten hier einige persönliche Bestleistungen erzielt werden. In einem spannenden Finale zwischen 3 Starterinnen, die am Ende alle die gleiche Höhe meisterten, konnte sich Lynn mit einer neuen persönlichen Bestleistung von 1,09 m als 2. Platzierte durchsetzen. Aber auch der 5. Platz von Vita mit 1,05 m ist hervorragend. Chloe beendete den Wettkampf als 7., Joeli als 10. und Sophia als 14.

Bei den Jungen folgte nun der 50m Hürdensprint, den nur Felix für die SG Weiterstadt lief. Hier konnte er



Felix Reich beim Weitsprung

seinen Zeitlauf in 10,21 sec gewinnen und kam mit diesem Ergebnis auf den 3. Platz in der Gesamtwertung. Die Mädchen stellten hier ein deutlich größeres Team. Als erste ihres Vorlaufs konnte sich Vita in 9,98 sec hier auch noch den Sieg in der Gesamtwertung und damit den Kreismeistertitel sichern. Lucy erlief sich in 10,80 sec als zweite in ihrem Zeitlauf in der Gesamtwertung den 4. Platz. Dahinter folgen auf den Plätzen 7, 21 und 22 Lynn, Janne und Sophia.

Im 50 m Sprint konnten sich nach den Zeitvorläufen Felix, Julian und Riad für den Zwischenlauf qualifizieren. Im Zwischenlauf konnte sich dann nur Felix in seinem Lauf durchsetzen und in den Endlauf der besten 4 einziehen. Im Endlauf sprintete er die 50 m in 8,08 sec und kam somit auf den 3. Platz. In den Zeitvorläufen der Mädchen konnten sich Lynn, Vita und Lucy durchsetzen. Vita konnte ihren Zwischenlauf gewinnen und in den Endlauf einziehen. Lucy verpasste den Endlauf nur denkbar knapp. Da sie zeitgleich mit einer anderen Starter-

in gelaufen war, wurde per Losentscheid über die Qualifikation entschieden. Diesen verlor sie leider. Im Endlauf konnte sich Vita nochmal auf 8,22 sec steigern und damit den 1. Platz und ihren zweiten Kreismeistertitel an diesem Tag gewinnen.

Beim Weitsprung der Jungen zeigten alle Teilnehmer tolle Leistungen. So erreichte Julian mit 3,07 m den 10. Platz, Riad und Colin mit jeweils 3,02 m den 12. bzw. 13. Platz. Felix konnte in den Endkampf einziehen und erzielte dort mit 3,50 m den 4. Platz.

In Summe war das ein ganz tolles Teamergebnis und auch der Spaß kam nicht zu kurz. Neben den Leistungen stimmt insbesondere auch der Teamzusammenhalt. Alle haben sich um die anderen gekümmert. Bei den Mädchen wurde Vita bei ihrem Sieg im 50 m Sprint sogar auf Händen getragen und in die Luft geworfen. Genau so stellt man sich eine erfolgreiche Leichtathletik-Mannschaft vor.

Ein großer Dank sei an dieser Stelle auch an das Trainerteam gerichtet. Durch die

vielen teilweise parallel laufenden Disziplinen wurde auch das Trainerteam zu dem ein oder anderen Sprint gezwungen.

Erfolgreiches Saisondebüt

Am Samstag, den 30. März 2019, traten Henk Wedel und Thomas Friedmann zum Saisondebüt beim 1. Werfertag bei der LSG Goldener Grund Selters im Taunus zu ihrem ersten Wettkampf in diesem Jahr an.

Henk belegte drei Mal den ersten Platz im Speerwurf, Kugelstoßen und Hammerwurf. Thomas belegte den 1. Platz beim Hammerwerfen, beim Kugelstoßen wurde er Zweiter und im Diskuswurf Dritter. Zum Abschluss waren beide mit dem Saisonstand zufrieden, hoffen aber die Leistungen im Verlauf der Saison steigern zu können.

Harmonische Skifreizeit in Großarl



Die Teilnehmer der Ski-Freizeit in Großarl

Am Sonntag, dem 10. Februar, pünktlich um 7.15 Uhr war Am Aulenberg für 41 Teilnehmer die Abfahrt zur Skifreizeit in Großarl. Die erste Verzögerung gab es in Weiterstadt. Der Bäcker hatte verschlafen. Mit einer kleinen Verspätung begann die Reise über Nürnberg Richtung Süden. Kurz vor Mittag gab es wie üblich ein zeitlich ausgedehntes Weitschter Frühstück. Für den Nachmittag hatten gute Geister gesorgt, dass eine gemütliche Kaffeepause eingelegt werden konnte. Beide Pausen wurden ohne Hektik genossen. Nach

einer insgesamt staufreien Fahrt wurde um 18.30 Uhr das Hotel Hubertushof in Großarl erreicht. Die Vergabe der Zimmer war gut organisiert und so konnte nach kurzer Pause das vorbestellte Abendessen eingenommen werden.

Die Skischaukel Großarl/Dorfgastein hatte für die Skifahrer genügend Pisten von blau bis schwarz bereit, sodass für reichlich Abwechslung gesorgt war. Beliebte Einkehrorte waren die Wengeralm und die Rauch-Kuchel am Kreuzkogel. Die etwas sportlicheren Skifahrer machten an

einem Tag mit dem Skibus einen Ausflug zum Alpendorf St. Johann. Von dort aus gab es eine Ski-Safari über Wagrain bis Flachau und zurück. Dank der Schneefälle von Montag und Dienstag gab es für den Rest der Woche beste Skipisten bei herrlichem Sonnenschein.

Für die Langläufer gab es direkt am Ort und talaufwärts mit dem Bus gut erreichbare und bestens präparierte Loipen.

Die Wandergruppe der Skiabteilung hatte dieses Jahr die beachtliche Stärke von 14 Personen. Wie immer bildeten sich täglich Gruppen mit verschiedenen Zielen.

Gleich am Montag wählten einige den Panoramaweg, während andere bei Schneefall den Ort erkundeten, die Kirche besichtigten und an der Talstation der Panoramabahn den Skifahrern zusahen. Bei heißem Tee und Glühwein wurde natürlich auch ans Aufwärmen gedacht. Der Schiederhof war ein Ziel am nächsten Tag. Es ging am Großarlbach entlang talwärts. Der viele Schnee und die eisige Kälte in der Nacht machten Stöcke erforderlich um beim Laufen sicheren Halt zu haben. Die Einkehr mit Apfelstrudel oder Kaspressknödelsuppe war eine willkommene Pause vor dem Rückweg.

Am Mittwoch fuhren viele Fußgänger bis zum Talende. In herrlich verschneiter Landschaft mit ersten Sonnenstrahlen wanderten wir zum Ötztalsee. Vergeblich

suchten wir das Wasser – zugefroren und verschneit versteckte sich der See hinter Bäumen. Auf dem Rückweg war unser Ziel das Bauernladerstüberl. Einkehr muss sein.

Endlich – strahlend blauer Himmel, Sonne – pur.

Der Berg ruft! Mit der Panoramabahn hoch auf 1845m. Hier hätte mancher Wanderer sicher gerne nochmal die Ski angezogen. Es gab viel zu sehen – herrlich Bergwelt, traumhaftes Wetter. Wer nicht dabei war hatte sich aufgemacht zur Rodelbahn und zum Lammerwirt. Am Abend wurde begeistert davon erzählt.

Auf den Freitag hatten sich viele von uns gefreut. Reinhold Fuchs lud zum Eisstockschießen am Aschaustüberl ein. Nach Busfahrt und Spaziergang erreichten wir gegen 11.00 Uhr unser Ziel und wurden vom Wirt in die Regeln dieser Sportart eingeführt. Bei bestem Wetter kämpften nun 2 Mannschaften um den Sieg. Lachen, Anfeuerungen, heiße Diskussionen und das eine oder andere Schnäpschen begleiteten das Spektakel. Es war toll! Danach die verdiente Einkehr. Der Samstag, unser letzter Tag, wurde sehr individuell gestaltet, ein wenig bummeln und einkaufen, ein Sonnenbad auf

der Terrasse des Marktcafes, ein Spaziergang auf dem Kapellenweg, Abschied nehmen, Koffer packen.

Beim Abschiedsabend wurde an Manfred Peter ein herzliches Danke für seine gute Vorarbeit und Organisation der gesamten Freizeit ausgesprochen.

Am Sonntag Punkt 9.00 Uhr waren die Koffer und Ski im Bus verstaut und die Heimfahrt konnte beginnen. Nach einer kurzen Pause auf der Schwäbischen Alb, zum verspäteten Weitschter Frühstück, war kurz vor 18.00 Uhr die Ankunft in Weiterstadt

Schön wars!

Neuer Trainer für 1. Mannschaft DMS-Mannschaft schafft Klassenerhalt in der Oberliga Hessen



Foto Dörte Volz: hinten v.l.n.r.: Ingo Gerhold, Sophia Herbsthoff, Laila Zimmermann, Maren Müller, Anna-Fiona Volt, Julia Wameling und Kira Daum vorne v.l.n.r.: Maja und Mia Volz, Chiara Rausch und Lea Makovec

Weiterstadt – am Samstag, den 2. Februar machte sich die DMS-Mannschaft der SG Weiterstadt auf den Weg nach Wiesbaden, dem Austragungsort der diesjährigen DMS-Oberliga Hessen. Nach 2 Aufstiegen in den letzten beiden Jahren (!), startete unsere Damenmannschaft zum ersten Mal in der Oberliga Hessen mit dem klaren Ziel, den Verbleib in der Liga zu sichern.

Bei diesem Wettkampf werden alle olympischen Strecken zweimal geschwommen. Die Punkte, die eine Mannschaft über die einzelnen Strecken erhält, werden addiert und mit den anderen Mannschaften verglichen. Alle hatten in den letzten Wochen eifrig trainiert, lieferten sich spannende Rennen und lösten ihre Aufgabe souverän: Nach insgesamt 26 Strecken lag die Damenmannschaft der SG Weiterstadt mit 12.697 Punkten auf einem hervorragenden 6. Platz.

Zum Jahresbeginn hat es bei der Schwimmabteilung einige Veränderungen gegeben: Die 1. Mannschaft wird jetzt von Stefan Melms trainiert, der bisher als hessischer Landestrainer Nachwuchs tätig war. Durch den Wechsel einiger Schwimmerinnen und Schwimmer sind die Wettkampfmannschaften der SGW neu zusammengesetzt worden.

SGW-Schwimmer mit Bestzeiten in Darmstadt Punktbeste Leistung und Qualzeiten für Süddeutsche Jahrgangsmeisterschaften

Man gewöhnt sich schnell an das Flair und die Atmosphäre in der Traglufthalde, welches das Darmstädter DSW Freibad auch im Winter nutzbar macht und die Zeit bis zum Neubau des Darmstäd-

ter Nordbads überbrückt. Interessant wird es wenn, wie am Wochenende des 09. und 10. März 2019 die Schwimmabteilung des DSW 1912 Darmstadt zum 2. Internationalen Darmstädter Frühjahrs-

schwimmfest einlädt und über 350 aktive Schwimmerinnen und Schwimmer dieser Einladung folgen.

So folgten auch die Aktiven der SGW, um neue persönliche Bestzeiten und

Pflichtzeiten für die anstehenden hessischen, süddeutschen und deutschen Jahrgangsmeisterschaften zu erreichen. Insgesamt absolvierten die 9 Schwimmerinnen und Schwimmer der SGW 53 Starts, davon landeten sie 26 Mal auf dem „Treppchen“, also unter den drei Erstplatzierten eines Jahrgangs. Als erfolgreichste Weiterstädter Schwimmerin startete Maja-Melina Volz neun

mal und erreichte sieben mal das Podium, nicht weniger erfolgreich startete Lea Makovec sechs mal und erzielte fünf Medaillen. Außerdem schwamm Lea die punktbeste Leistung im Jahrgang 2007 vor Maja-Melina. Beide Schwimmerinnen haben sich durch ihre guten Leistungen für die süddeutschen Jahrgangsmeisterschaften qualifiziert. Als erfolgreichster Schwimmer startete Silas Goet, er er-

reichte fünf zweite Plätze bei insgesamt sieben Starts

Des Weiteren starteten Merle Heukelbach, Benjamin Kraft, Jan Philipp Lautenschläger, Marc Nels, Chiara Rausch und Mia-Antonia Volz.

Insgesamt konnte die „kleine“ Delegation des Weiterstädter Schwimmvereins einen tollen sechsten Platz von insgesamt 20 startenden Vereinen erreichen.

SGW-Schwimmer weiter auf Erfolgskurs Und wieder qualifizierte sich eine Schwimmerin für Berlin



Foto Dörte Volz: hinten v.l.n.r.: Marc Nels, Lea Makovec, Merle Heukelbach, Benjamin Kraft, vorne v.l.n.r.: Laila Zimmermann, Maja-Melina Volz, Chiara Rausch, Mia-Antonia Volz

Was gibt es Schöneres, als bei sonnigem Wetter im Schwimmbad zu sein. So oder so ähnlich waren sicher die Gedanken unserer Schwimmer und Schwimmerinnen, die das Wochenende vom 22. bis 24. März 2019 in Langen im Hallenbad – bei gefühlten 36 Grad – verbrachten, um am 38. Internationalen Schwimmfest um

den ZAOSU Challenge Cup 2019 teilzunehmen.

Es hat sich auf jeden Fall gelohnt. Lea Makovec erkämpfte sich gleich 2 mal einen Startplatz bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften in Berlin, mit einer Zeit von 00:30,59 über 50m Freistil sowie 02:26,54 über 200m Freistil. Mia-Antonia

Volz qualifizierte sich, mit einer Zeit von 00:29,58 über 50m Freistil und 01:03,86 über 100m Freistil, für die Süddeutschen Jahrgangsmeisterschaften. Louis Hennessy erschwamm sich ebenfalls einen Startplatz bei den Süddeutschen Jahrgangsmeisterschaften mit einer Zeit von 00:28,07 über 50 Schmetterling.

Aber damit nicht genug. Louis Hennessy gelang es, beim 38. Internationalen Schwimmfest um den ZAOSU Challenge Cup 2019 die punktbeste Leistung in der Jahrgangswertung zu erreichen, Mia-Antonia Volz und Lea Makovec wurden hier zweite in ihrem jeweiligen Jahrgang.

Auch unsere anderen Schwimmer und Schwimmerinnen – Linus Goet, Merle Heukelbach, Benjamin Kraft, Marc Nels, Chiara Rausch, Maja-Melina Volz sowie Laila Zimmermann – gaben ihr Bestes und wurden dafür belohnt. Fast jeder stand mindestens einmal auf dem Siegerpodest.

Insgesamt standen unsere 10 Athleten/Innen bei 44 Starts 20 mal auf dem Podest, 5 mal gab es den undankbaren 4ten Platz. Eine beachtliche Leistung, auch in Anbetracht dessen, dass sie gegen 20 Vereine mit insgesamt 482 Teilnehmern/Innen antreten mussten.

SGW-Schwimmer starten durch in Topform Qualizeiten für Süddeutsche und Deutsche Jahrgangsmeisterschaften

Weiterstadt – beim Frühjahrsmeeting in Pohlheim am 16. und 17. Februar präsentierten sich die SGW-Schwimmerinnen und Schwimmer in bestechender Form: So qualifizierten sich Louis Hennessy, Sophia Herbsthoff, Lea Makovec und Anna-Fiona Volz jetzt schon für die Süddeutschen Jahrgangsmeisterschaften. Chiara Rausch setzte noch eines drauf

und erzielte über 50m Brust direkt die Pflichtzeit für die Deutschen Jahrgangsmeisterschaften. Dazu gratulieren wir allen ganz herzlich.

Linus und Silas Goet, Benjamin Kraft, Mia und Maja Volz sowie Laila Zimmermann sind ihren Zeiten schon ganz nahe gekommen und konnten viele Plätze auf dem Podium für sich verbuchen.

Außerdem konnten sich gleich vier Schwimmerinnen für das mystery Lagenfinale qualifizieren. Lea und Maja bei den Jüngeren, Sophia und Anna-Fiona bei den Älteren. Die Finals waren besonders spannend, da jeder Schwimmer auf seiner Bahn die 4 verschiedenen Lagen in unterschiedlicher Reihenfolge schwimmen musste. Anna-Fiona konnte das Fi-



Foto Dörte Volz: hinten v.l.n.r.: Linus Goet, Louis Hennessy, Sophia Herbsthoff, Benjamin Kraft, Anna-Fiona Volz, vorne v.l.n.r.: Mia-Antonia Volz, Silas Goet, Lea Makovec, Maja-Melina Volz, Chiara Rausch

nale für sich entscheiden, Sophia wurde zweite, Lea belegte Platz 3 und Maja wurde fünfte.

Auch bei der Jahrgangsleistung „Mehrkampf“ war die SGW bei der Siegerehrung vertreten: Sophia Herbsthoff und Anna-Fiona Volz holten den Pokal nach Weiterstadt.

So war es ein rundum erfolgreiches Wochenende für alle, das auf weitere gute Ergebnisse bei den folgenden Wettkämpfen hoffen lässt.

Dein Verein SGW

Trainingslager in der zweiten Osterferien Woche Letzter Schwimmwettkampf vor den Süddeutschen Meisterschaften



Foto Dörte Volz: hinten v.l.n.r.: Luis Hennessy, Marc Nels, vorne v.l.n.r.: Laila Zimmermann, Mia-Antonia Volz, Chiara Rausch, Maja-Melina Volz

Am Wochenende des 06. und 07. April 2019 kämpften unsere Schwimmer/innen wieder mit zahlreichen Konkurrenten um Medaillen und Qualifikationszeiten. Der 23. TSG Schwimmtest fand in der Traglufthalle am Nordbad statt. Vormittags starteten die jüngeren Jahrgänge bis 2006 und Nachmittags die Älteren, um die große Teilnehmerzahl gut über den Tag zu verteilen.

Die SGW Schwimmer/innen schlugen sich tapfer, Silas Goet wurde 3. über 100m Brust, Chiara Rausch ergatterte einen 2. Platz über 200m und einen 3. Platz

über 100m Brust und Laila Zimmermann wurde 2. über 100m und 3. über 200m Schmetterling. Den größten Erfolg hatte Maja-Melina Volz, sie gewann 4 mal Gold und 2 mal Silber. Auch Linus Goet, Luis Hennessy, Marc Nels und Mia-Antonia Volz schwammen super Zeiten. Jetzt steht das Trainingslager in der zweiten Osterferien Woche an, um auf die kommenden Wettkämpfe, insbesondere auf die Süddeutschen Meisterschaften Mitte Mai, vorzubereiten.

Auch unser ältestes aktives Mitglied der Schwimmabteilung hat einen sehr guten

Erfolg zu verbuchen. Am 05. April 2019 ist Walter Rippl die Deutschen Meisterschaften der Masters über die 1500m Freistil in Halle/Salle geschwommen. Mit seinen fast 78 Jahren war er ältester Teilnehmer in seiner Alters Klasse M75 und drittältester Teilnehmer bei den Herren. Mit einer Zeit von beachtlichen 40:01,81 gewann Walter Rippl die Bronze-Medaille.



Bronze-Medaille für Walter Rippl, Foto: Walter Rippl

DMS-Mannschaft der SGW Herren verbleibt in Bezirksliga I Hessen

Weiterstadt – die DMS-Herrenmannschaft der SG Weiterstadt mit Fabrice Buka, Simon Daus, Florian Fröhlich Linus und Silas Goet, Louis Hennessy, Benjamin Kraft, Max Wameling und Trainer Ingo Gerhold fuhr am Sonntag, den 10. Februar gemeinsam nach Lampertheim, um bei den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften in der Bezirksliga I von Hessen an den Start zu gehen - wie jedes Jahr im einheitlichen neuen Mannschaftsoutfit!

Bei diesem Wettkampf werden alle olympischen Strecken zweimal geschwommen, wobei jeder Schwimmer maximal 4mal starten darf. Mit viel taktischem Geschick verteilt der Trainer die Strecken auf seine Schwimmer, um am Ende des Tages die größtmögliche Punktzahl mit nach Hause zu nehmen. Leider musste kurzfristig die komplette Aufstellung wieder über den Haufen geworfen werden, denn es gab gleich mehrere krankheitsbedingte Ausfälle.



Foto Cornelia Wameling: v.o.n.u.: Ingo Gerhold, Louis Hennessy, Simon Daus, Benjamin Kraft, Fabrice Buka, Linus Goet, Max Wameling, Florian Fröhlich und Silas Goet

Mit der Grippewelle noch in den Gliedern blieben gerade bei den längeren Distanzen wertvolle Sekunden auf der Strecke, aber dank großem Kampfgeist und lautstarken Anfeuerungsrufen der Mannschaftskameraden vom Beckenrand wurden dennoch einige Strecken in persönlicher Bestzeit absolviert. Mit 8.692 Punkten belegten die Jungs einen starken 2. Platz im Bezirk Süd, im Vergleich mit den Ergebnissen der Bezirke Mitte, West und Nord hat das Ergebnis aber leider nicht für einen Aufstieg in die Landesliga gereicht.

**Ein Saunabesuch
ist etwas
Besonderes**

Vier mal unter Top-Ten bei den Süddeutschen Meisterschaften

Weiterstadt – Sophia Herbsthoff und Anna-Fiona Volz gingen bei den Süddeutschen Meisterschaften „Lange Strecke“ für die SG Weiterstadt an den Start. Die beiden Athletinnen hatten sich über die 800m Freistil und die 400m Lagen qualifiziert und fuhren am Wochenende 23./24. Februar mit Sportwartin Dörte Volz nach Würzburg.

Sophia Herbsthoff (2004) schlug über die 800m Freistil in neuer persönlicher Bestzeit (9:43,90 min) an und belegte damit



Foto Dörte Volz: v.l.n.r.: Sophia Herbsthoff, Anna-Fiona Volz

Platz 7, auch über die 400m Lagen-Distanz konnte sie ihre gute Form bestätigen und wurde Achte.

Anna-Fiona Volz (2003) wurde in 9:53,20 min Fünfte über 800m Freistil. Außerdem erreichte sie einen hervorragenden 4. Platz über 400m Lagen in 5:26,02 min. und verpasste damit leider die Bronzemedaille.

SEHEN WIE EIN LUCHS



**Messung
Analyse
Korrekturempfehlung**

► Persönliche und professionelle Sehberatung mit modernsten Geräten ohne lange Wartezeiten

- Sehtest
- Sehschärfenmessung
Fern-, Nah-, Gleitsicht-, Computer-, Arbeits- und Sportbrillen
- Augengesundheits-Check und hochpräzise Brillenstärkenmessung 1/100 dpt.
Scharf, kontrastreich, farbig sehen und Informationen zur Augengesundheit, Tag/Nachtsehleistung, Augendruck und Linsentrübung
- Messung zur Funktionsanalyse der Augenmuskeln nach MKH



...einfach gute Optik!

Sehberatung

Termine kurzfristig!

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

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

28. Stadtmeisterschaften der Kegler in Gräfenhausen



Die Truppe der Kegler

Berichtigter Bericht

Kaum sind die Weihnachtsfeiertage Geschichte, lädt die SKG Gräfenhausen die Hobbykegler zur jährlichen Stadtmeisterschaft ein.

Wir hatten zuvor eine kleine Trainingseinheit absolviert und danach die Mannschaftsaufstellung vorgenommen. Training und Wettkampf sind aber oft zweierlei Dinge. Für die 28. Meisterschaften fühlten wir uns - wie immer - gut gerüstet, nicht wissend, was die anderen Mannschaften für ihren Erfolg alles anstellen. Hoch motiviert trafen wir uns am 27. Dezember auf des Gegners Bahn, losten

die Spielbahnen aus, jeder hat 5 Probewürfe und schon geht die wilde Hatz los. Zunächst 20 Wurf in die Vollen, danach 20 Wurf Abräumen. Jedoch ist dann noch nicht Schluss, denn nun wird auf der Nachbarbahn das Ganze bei veränderten Lichtverhältnissen noch einmal durchgespielt. Roland, durch eine Erkältung etwas ausgebremst, übergab den Staffelstab an Giuseppe, der aus der kalten Hose, sprich ohne Probewürfe, die „Nachtschicht“ übernahm. Was das erreichte Ergebnis wert ist, erfahren wir erst am letzten Tag bei der Siegerehrung. Aber wir haben ja noch ein zweites Eisen

im Feuer. Für unsere zweite Mannschaft hängen die Kirschen deshalb so hoch, weil alle Kegler/innen erst seit kurzem dabei sind und noch nie über diese Distanz gekegelt haben.

Eine Mannschaft besteht aus 4 Kegler/innen und es dürfen ebenso viele eingewechselt werden. Allerdings kommen die nicht in die jeweilige Einzelwertung, sondern zählen nur für die Mannschaft.

Gewonnen haben in diesem Jahr:

1. Gemietlich Kuchel	1340 Holz
2. Die Blauen Jungs	1300 Holz
3. Dabbes Kegler 1	1269 Holz
9. SGW Senioren 2	1160 Holz
28. SGW Senioren 1	924 Holz

Wie sich die einzelnen Mannschaften zusammensetzen ist uns nicht bekannt – wir waren mit zwei gemischten Teams am Start. Insgesamt sind 33 Mannschaften angetreten, gelistet waren 94 Herren und 32 Damen.

Die Einzelergebnisse:

1. Christian Pfitzner	382
2. Dirk Pfitzner	366
3. Daniel Harnischfeger	351
6. Andreas Wille, SGW	330
63. Achim Fried, SGW	266
78. Roland Röhrig, SGW	240
o.Pl. Giuseppe Medros, SGW	123
o.Pl. Roland Höll, SGW	121

Infos für Reiselustige mit der Gruppe 50PLUS

Wie bereits schon angekündigt fahren wir vom 25. bis 31. August 2019 mit dem Bus in die schöne Landeshauptstadt Magdeburg in Sachsen-Anhalt. Was wir dort mit den Mitreisenden erleben werden, haben wir in Kurzform dargestellt. **Für diese Reise haben wir noch eine geringe Anzahl von Zimmern zu vergeben und suchen dafür noch Mitfahrer. Fragen zur Reise beantwortet Günter Schuchmann Tel. 06150 40600.**

1. Tag: Sonntag 25. August 2019 Abfahrt 8:00 Uhr am Sportzentrum Aulenberg nach Magdeburg incl. „Weiterstädter Frühstück“. Check-in im Hotel „Maritim“ in Magdeburg. Gemeinsames Abendessen im „Wenzel“.

2. Tag: Montag 26. August 2019 11:00 Uhr klassischer Stadtrundgang in Magdeburg ab Hotel. Ab 15:00 Uhr Stadtrundfahrt mit Bus. Gemeinsames Abendessen im Ratskeller Magdeburg.

3. Tag: Dienstag 27. August 2019 9:00 Uhr Abfahrt „Abenteuer Autostadt Wolfsburg“. Busrundfahrt Wolfsburg danach Werkbesichtigung VW. Heimfahrt zum Abendessen ins Elbelandhaus Magdeburg.

4. Tag: Mittwoch 28. August 2019 Vormittag steht zur freien Verfügung. 12:30 Uhr Abfahrt am Hotel zur Weißen Flotte Magdeburg zur „Wasserstraßenkreuzfahrt-Große Acht“, Gemeinsames Abendessen im ALEX in Magdeburg.

5. Tag: Donnerstag 29. August 2019 9:00 Uhr Umlandtour mit Bus in die Altmark. Einkehr zum gemeinsamen Abendessen zur „Mühle Wolmirstedt“

6. Tag: Freitag 30. August 2019 9:30 Uhr Abfahrt zum „Wasserstraßenkreuz Magdeburg“ mit dem Bus. 14:00 Uhr Start vom Hotel nach Quedlinburg. Abendessen Brauhaus Lüdde Quedlinburg.

7. Tag: Samstag 31. August 2019 Ab-

fahrt 9:00 Uhr Richtung Weiterstadt. Gemeinsames Mittagessen in Oberaula im Stern; Danach Weiterfahrt nach Weiterstadt.

Burgfestspiele Bad Vilbel

Wir besuchen am Sonntag 28. Juli 2019 die Burgfestspiele in Bad Vilbel.

Einmal dem Apotheker beim Stammtisch Paroli bieten, mit dem Besuch einer Berliner Irrenanstalt! Dem Provinzler Klapproth wird vorgegaukelt, dass die Gäste der Pension Schöller alle irre sind. Kaum wieder zu Hause, bekommt er es mit der Angst zu tun, die „Irren“ stehen vor der Tür. Ein turbulenter Reigen an Verwechslungen nimmt seinen Lauf.

Und wir, die SG 50PLUS werden dies so miterleben.

Aktuelles von den Bahnengolfern



Die Gruppenliga Mannschaft



Die Teilnehmer des Jubiläumsturniers

Mitgliederentwicklung

Im Januar fand die Jahreshauptversammlung statt. Nachdem Ende letzter Saison zwei Spieler von Weiterstadt ihre Bahnengolfkarriere aus privaten Gründen beendet hatten, sah es einige Zeit lang so aus, dass man in dieser Saison nicht mehr genügend Spieler für eine Mannschaft haben würde. Gott sei Dank sind dann aber zur neuen Saison 4 Spieler von

anderen Vereinen zur SG Weiterstadt gewechselt, die alle gerne am Punktspielbetrieb teilnehmen wollen. Die Jahreshauptversammlung fand deshalb erstmals in einem größeren Raum statt. Der gesamte Abteilungsvorstand wurde neu gewählt. Nachdem man zwei Jahre lang nur einen kommissarischen Sportwart hatte, konnten nun endlich die wichtigsten Vorstandssämter wie folgt besetzt werden:

Abteilungsleiterin Simone Schlabbach
Rechner Thomas Friedmann
Sportwart Michael Becker

Im Februar und März folgten die ersten großen Arbeitseinsätze. Es ist erfreulich, dass sich die meisten Abteilungsmitglieder daran beteiligten.

Sportliches

Am 7. April fand das erste Turnier auf unserer Miniaturgolfanlage statt, der zweite Spieltag der HBSV-Rangliste. An dem Turnier nahm Michael Becker für Weiterstadt teil. In dem insgesamt leider kleinen Teilnehmerfeld konnte er seinen Heimvorteil nutzen und das Turnier gewinnen.

Am Ostersonntag spielte Erich Drebert für Weiterstadt beim Osterturnier beim MGC Bad Homburg in Kirdorf mit, am Ostermontag war Weiterstadt dann sogar mit 5 Spielern beim Ostersachpreisturnier in Pfungstadt im Wettbewerb vertreten.

Am 1. Mai war es dann endlich soweit, das erste von den Weiterstädtern selbst ausgerichtete Turnier auf unserer Miniaturgolfanlage fand an diesem Tag statt, das Weiterstädter Pokalturnier. Da die Bahnengolfabteilung seit nunmehr 30 Jahren besteht, wurde dieses Turnier diesmal als Jubiläumsturnier ausgeschrieben. Es spielten 27 Teilnehmer aus 6 Vereinen mit, darunter 6 Weiterstädter

und auch eine Hobbyspielerin. Da es sich um ein Jubiläumsturnier handelte, hätte man sich ein etwas größeres Teilnehmerfeld gewünscht. Erfreulich war, dass der 1. Vorsitzende der SG Weiterstadt, Michael Gießelbach, einige Begrüßungsworte an die Sportler richtete. Er lobte das große Engagement der Bahnengolfabteilung und erwähnte positiv den abteilungsübergreifenden Minigolf-Vereinswanderpokal. 3 Weiterstädter konnten in ihren Leistungsklassen Pokale erringen, also Platzierungen jeweils unter den ersten 3, die Weiterstädter Mannschaft wurde Dritter. Sowohl die Turnierorganisation als auch die Bewirtung der Teilnehmer war hervorragend, es gab viel Lob von den Teilnehmern. Damit die Weiterstädter selbst bei ihrem eigenen Turnier mitspielen konnten wurde die Turnierleitung von einer befreundeten Pfungstädterin unterstützt. Dies zeigt das gute und freundschaftliche Verhältnis zwischen den Bahnengolfabteilungen von SG Weiterstadt und TSV Pfungstadt.

Während sowohl bei der HBSV-Rangliste als auch beim Jubiläumsturnier das Wetter hervorragend war, musste man für das nur 4 Tage später stattfindende Heimspiel zittern, was das Wetter angeht. Die Weiterstädter Mannschaft hatte verabredet, vor Punktspielen jeweils donnerstags abends sowie samstags zu trainieren. Aus verschiedenen Gründen musste das Training am Donnerstagabend ausfallen, und der Samstag war vollkommen verregnet. Ein Training konnte somit nicht im gewohnten oder notwendigen Umfang stattfinden. Für die Mannschaftsaufstellung wurde dann das Ergebnis vom Jubiläumsturnier berücksichtigt.



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



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

Mit dem Wetter hatten die Bahnengolfer dann Glück, denn nach dem verregneten Samstag war es am Sonntag zwar leicht bewölkt, aber trocken, teilweise sogar sonnig. In der Gruppenliga sind in dieser Saison leider nur 3 Mannschaften vertreten, sodass man zusammen mit den Einzelspielern, die keiner Mannschaft angehören, dann 18 Spieler zum Gruppenligaspieltag in Weiterstadt zu Gast hatte. Nach einer guten Mannschaftsleistung gewann Weiterstadt den Spieltag am Ende relativ deutlich mit 424 Schlägen vor SV Dreieichenhain mit 438 Schlägen und MSC Bensheim-Auerbach mit 451 Schlägen. Für Weiterstadt spielten Thomas Friedmann, Hilmer Zander, Erich

Drebert, Cecina Becker und Michael Becker in der Mannschaft sowie Clementine Drebert als Einzelspieler.

Nun hat Weiterstadt zwei Auswärtsspiele bei den Gegnern in Dreieichenhain und Bensheim, außerdem ein Spiel auf neutralem Platz in Pfungstadt. Erstmals in der Vereinsgeschichte nehmen die Weiterstädter am DMV-Pokal teil, ein Pokalwettbewerb für Mannschaften der im k.o.-System ausgetragen wird. In der ersten Runde hatten die Weiterstädter ein Freilos und treffen nun in der zweiten Runde in einem Heimspiel auf den MSC Bensheim-Auerbach. Am 3. August findet dann das Weiterstädter Nachtturnier statt. Grundsätzlich gilt: bei allen

Turnieren auf der Miniaturgolfanlage der SG Weiterstadt sind Zuschauer herzlich willkommen.

2. Minigolf-Vereinswanderpokal 2019

Nachdem der 1. Vereinswanderpokal 2018 ein großer Erfolg war, wird dieses Event auch in diesem Jahr wieder angeboten. Es können sich Dreiergruppen als Team anmelden und einen Termin vereinbaren, an dem dann eine Wertungsrunde gespielt wird. Es gibt auch einen festen Termin an dem eine Wertungsrunde gespielt werden kann, dies ist der 18.7.2019. Start am 18.7.2019 ist um 17 Uhr. Wir hoffen, dass auch in diesem Jahr wieder viele Vereinsmitglieder der SG Weiterstadt am Vereinswanderpokal teilnehmen.

Saisonabschluss mit Fest und Awards

Volle Halle zum WNBL-Spiel Ende März: Die Heidelberger Gäste rieben sich verwundert die Augen. Mehr als 200 Besucher tummelten sich am Sonntag-nachmittag in der Adam-Danz-Halle. Angelockt wurden sie nicht nur vom letzten WNBL-Spiel des Team Südhessen, sondern von der gleichzeitig stattfindenden Verleihung der Season Awards.

Kaffee und Kuchen wurden für alle spendiert und eine zusätzliche Verlosung sorgte für Spannung bei allen Zuschauern. Jeder Zuschauer erhielt am Eingang ein Los geschenkt.

Geehrt wurde jeweils ein Mitglied aus jedem SGW-Team. Bei insgesamt 20 Teams, die am Spielbetrieb teilnehmen, war die Spannung natürlich groß, wer die Season-Awards erhalten würde. Dazu wurden die jeweiligen Trainer im Vorfeld befragt. Sie mussten aus ihrem Team denjenigen Spieler oder Spielerin benennen, der den Award am meisten verdient hatte. Dabei ging es gar nicht immer um den besten Spieler. Geehrt wurden auch SpielerInnen, die auch besondere Qualitäten gezeigt hatten, wie z.B. die beste

Entwicklung, die höchste Trainingsbeteiligung während der Saison oder die positivste Einstellung. So gab es dann auch einige überraschte Gesichter bei den Nominierten, nicht jeder hatte mit dieser Ehrung gerechnet. Von der Vorsitzenden des Fördervereins Jugendbasketball in Weiterstadt e.V., Regine Horn-Fricke, erhielten alle ein Geschenk sowie ihre Urkunde. Imke Beuck, vom Vorstand der Basketballe, betonte: „Das was auf den Urkunden steht, wurde von euren Trainern genau so formuliert. Ich hoffe, dass sich alle Teammitglieder mit den Gewinnern gemeinsam freuen. Nächstes Jahr werden andere geehrt, jeder hat eine Chance auf den Award.“

Eine besondere Ehrung – nämlich einen Kasten Bier – erhielten die Herren 3. Die sind mit ihrem Spielertrainer Kristoffer Rippel aufgestiegen – von der Kreisliga C nach B! Herzlichen Glückwunsch!

Nach dem WNBL-Spiel mussten Paulina und Jonah, zwei Kinder aus der Purzelgruppe in die Losbox greifen. Der goldene molten-Ball als Hauptgewinn, 2 x 2 Freikarten für ein Spiel der FRAPORT

Skyliners sowie zwei Beachtennis-Sets mit SGW Basketball-Logo wurden von den Gewinnern mit strahlenden Gesichtern abgeholt.

Die Season Awards ihrer Teams haben erhalten:

Damen 1	Christina Krick
Damen 2	Malin Beuck
Damen 3	Michi Roos

WNBL Frances Strößenreuther
wU16 Katharina Meineker
wU14-1 Melisa Balci
wU14-2 Fatima Alimoglu
wU12-1 Laura Cierenberg
wU12-2 Elif Yildiz
wU10 Nina Neumann
Herren 1 Fabian Arnold
Herren 2 Marc Hucklenbruch
Herren 3 Kristoffer Rippel
mU18 Ishak Gould
JBBL Clement Veyssset
mU16 Michel Roth
mU14-1 Ben Kessler
mU12-1 Elias Unruh
mU12-2 Samson Schulze Steinem
mU10 Jonathan Pons

Mixed-U12 qualifiziert sich erneut

Wie in den vergangenen Jahren stand für das junge U12 Mixed Team die Oberliga Qualifikation auf dem Programm, um wieder in der höchsten hessischen Spielklasse an den Start zu gehen. Auch im 7. Anlauf sollte es einer SGW Mannschaft gelingen, das Ticket für die Teilnahme zu lösen. Das Turnier am ersten Maiwochenende war keine einfache Aufgabe für das sehr junge Team, was sogar

noch aus drei U10 Spielern bestand. Mit dem TV Lich und den Fraport Skyliners warteten im BCM in Frankfurt zwei Gegner, die nicht weniger heiß darauf waren, sich zu qualifizieren.

Im ersten Spiel zwischen Lich und Frankfurt waren die Kräfteverhältnisse klar gesetzt. Frankfurt dominierte von Anfang und konnte mehr als deutlich das Feld als Sieger verlassen. Somit war

klar, dass es für die Jungkängurus im Spiel gegen Lich um die direkte Qualifikation ging. Es stellte sich schon früh heraus, dass dieses Spiel nicht einfach wird, sehr ausgeglichen gestaltete sich das Spiel bis zur Halbzeit. Nach zwanzig Minuten hatte Lich hauchdünn mit zwei Punkten die Nase vorne. Ein Wachrütteln in der Kabine war nun angesagt. Der Kampf musste noch mehr angenommen

werden, weitere Nadelstiche und bessere Verteidigung waren nötig, um das Spiel zu gewinnen. Diese Anforderungen wurden dann umgesetzt, erstmals setzte sich die SGW bis auf neun Punkte ab, bevor Lich sich aber wieder zurückkämpfte bis auf vier Punkte. Spannung war garantiert. Kurz vor Schluss konnten dann aber die Weiterstädter – vor allem durch die erfahrenen Elias Unruh und Linus Losch – die Spielkontrolle übernehmen und konnten somit den Sieg mit 60:54 und damit auch die Qualifikation nach Hause bringen.

Nun ging es also im letzten Spiel „nur“ noch um die goldene Ananas. Ein gutes Testspiel für die Jungkängurus gegen

einen sehr eingespielten Gegner, der sicher im Kampf um die Hessenmeisterschaft ein großes Wort mitreden wird. Coach Justin Mills ermöglichte allen viel Spielzeit, sodass jeder genau sehen konnte, an welchen Stellen das Team noch arbeiten muss, um auch gegen solche Teams zu bestehen. Am Ende gab sich die SGW mit 23:66 geschlagen, was aber die Leistung am Tag nicht schmälern sollte.

Nach dem Turniertag war sichtlich Erleichterung beim Trainer zu erkennen: „Wir wollten uns auch im 7. Jahr wieder für die Oberliga qualifizieren und setzen ein bisher erfolgreiches U12 Projekt somit fort. Das macht mich sehr stolz. Auch

wenn noch sehr viel Arbeit vor uns liegt hat das neu formierte Team heute erstmals so auf dem Parkett gestanden und das sehr gut als Team gelöst. Das Team ist sehr jung in der kommenden Saison, hier lässt sich somit auch was für die Zukunft aufbauen. Die 2008er werden nun große Verantwortung bekommen, die jüngeren werden so langsam herangeführt und bekommen ihre Verantwortung aber auch noch teilweise in der U10.“

Es spielten für die SGW: Elias Unruh, Linus Losch, Artez Williams, Jonathan Pons, Samson Schulze Steinen, Joshua Obanor, Nina Neumann, Finn Dechert, Conner Hassenpflug

JBBL und NBBL: Es fängt gut an

Matthias Dönges zieht als Sportlicher Leiter der Abteilung das Fazit der vergangenen JBBL-Saison, blickt in die Zukunft und spricht von einem neuen Weg der Talentförderung im Südhessen.

„Zunächst muss ich sagen, dass wir sehr plötzlich zum Projekt gekommen sind und wussten in der Tat nicht, was uns dabei erwarten würde. Trotzdem haben wir Mut bewiesen und das Ganze hat sich schon im ersten Jahr ausgezahlt. Mit dem Erfolg der Mannschaft hat keine(r) so richtig gerechnet. Daher muss ich feststellen, dass wir die Erwartungen schon übertroffen haben! Die Saison ist aber jetzt zu Ende. Wie sieht dein Fazit aus, speziell für das JBBL Team?

„Unser erstes Ziel war es, als wir die JBBL Lizenz nach Weiterstadt geholt ha-



Foto: Matthias Dönges

„Bei den neuen Tryouts für die NBBL und JBBL Teams wurden über 60 Jungs von verschiedenen Standorten gesehen und gesichtet. Für uns alle war das eine große Überraschung aber auch ein riesiges Kompliment für unsere Arbeit, dass so viele Jugendliche zu den Tryouts gekommen sind. Ich möchte nicht zu viel verraten, nur so viel: Wir werden wieder mal zwei gute Teams ins Rennen schicken.

„Immer mehr Spieler/innen, unabhängig von der Vereinszugehörigkeit, kommen zu uns, um sich individuell weiter zu entwickeln. Das werden wir auch zukünftig beibehalten. Dies ist auch sehr gut an unserem primären Ziel gekoppelt. Die Jungs aus der JBBL Mannschaft haben davon sehr profitiert.

„Für die längere Zukunft sieht es auch sehr positiv aus: Wir sind letztes Jahr mit den Herren in die Oberliga aufgestiegen und wollen uns in den nächsten Jahren sicherlich verbessern. Das Team besteht ausschließlich aus den Jungs, die wir selbst ausgebildet haben. Das macht mich sehr stolz. Daher werden wir weiterhin den Jugendlichen aus unseren Basketballprogrammen diese Möglichkeit geben, bei den Seniorenteams bei uns bleiben zu können.

Zur Person Matthias Dönges: „Über Basketball zu reden und ihn zu leben, ist meine Leidenschaft. Das bleibt schon an erster Stelle. Allerdings mag ich auch mein Motorrad, gute Aquarell – Kunst (Matthias malt selbst) und bin ein großer Sportfan. Dennoch ist Basketball mein Leben. Das Leben ist wie ein Hund, manchmal weiß, manchmal schwarz, aber kunterbunt... So besingt das die Punk-Gruppe WIZO in einem Lied und das trifft es auf den Punkt! Auch sportlich gibt es Höhen und Tiefen aber das macht es aus. Daher nehme ich diesen Auszug immer mit.“

Sportgaststätte Aulenberg

Wir bieten Ihnen:

Mittwoch und Samstag
Schnitzelvariationen je 8,50 €
Kroatische – Internationale – und
Hauspezialitäten

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-weierstadt.de

ben, Jugendlichen im südhessischen Bereich die Chance zu geben, diesen tollen Sport auf dem höchsten Level ausüben zu können. Als neuer Stützpunkt des hessischen Basketballverbandes wollten wir uns entsprechend in der Region positionieren. Wir sehen uns in erster Linie als eine familiäre Ausbildungsmanufaktur. „Mit dem zusätzlichen NBBL-Projekt kommt ein neues Projekt auf uns zu, das sicherlich mit einem Riesenaufwand verbunden ist. Allerdings ist es eine logische Fortsetzung der JBBL Geschichte. Damit wäre unser Standort bestens ausgerüstet trotz des WNBL Abstiegs. Aber auch da wollen wir uns neu aufrichten, denn ich sehe unser Ausbildungssystem sowohl im männlichen als auch im weiblichen Bereich.

Erfolgreiche Coach Clinic in Weiterstadt

Die Fortbildung durch die Jugendleistungsbasketballabteilungen der Kooperationspartner EBBECKE WHITE WINGS Hanau und der SG Weiterstadt setzt ein weiterer Baustein der Jugendförderung in der Region. Hierzu haben die Partner im April eine Coach Clinic organisiert.

Bei dieser Veranstaltung referierte der DBB U16 Bundestrainer Fabian Villmeter über das moderne Anforderungsprofil der Positionen, während Athletiktrainer Jens Michael Eckrich Übungen und Spielformen für das Basketballtraining demonstrierte.

Fast 30 Basketballtrainerinnen und Trainer aus ganz Hessen und teils aus Rheinland-Pfalz nahmen an der Coach Clinic teil und durften nach einer kurzen Einführung von Athletik-, Fitness- und Personal Trainer Jens Michael Eckrich im ersten Teil der Veranstaltung am eigenen Leib Übungen zur Beweglichkeit im Warmup durchführen und erfahren. Danach

ging es mit Tennisbällen und Stöcken als Geräte und in Partnerarbeit weiter zum Thema Koordination in Spiel- und Wettkampfformen.

Im zweiten Teil der Fortbildung ging DBB U16 Bundestrainer Fabian Villmeter, er stammt aus Hofheim und ist in Hessen kein Unbekannter, auf die Anforderungsprofile des modernen Jugendleistungsbasketballs ein und zeigte dafür einige Übungsformen und Drills mit Spielern des Demoteams der SG Weiterstadt. Von der Individual- über die Gruppentaktik transferierte Villmeter Inhalte in die Mannschaftstaktik und stellte somit das aktuelle Konzept des Deutschen Basketball Bundes im Jugendbereich vor. Zum Abschluss der jeweiligen Einheiten standen die Referenten den interessierten Teilnehmerinnen und Teilnehmern für Fragen zur Verfügung.

Die Basketball-Abteilungsleiterin der SG Weiterstadt, Imke Beuck, zeigte sich für

die Organisation vor Ort verantwortlich, während Helmut Wolf als Vertreter der EB-BECKE WHITE WINGS Hanau die Inhalte der Coach Clinic konzipierte und den Kontakt zu den Referenten hatte, bzw. deren Verpflichtung regelte. Wir bedanken uns auch beim HBV und Landestrainer/Lehrwart Reiner Chromik sowie beim DBB für die Unterstützung der Clinic. Mit dieser weiteren Maßnahme der Kooperationspartner – es fand bereits ein Spiel der Jugendbundesliga (JBBL) der SG Südhessen im Vorfeld eines Pro A Heimspiels der EB-BECKE WHITE WINGS Hanau auf dem Bundesligaparkett in der Main-Kinzig-Halle statt – wurde die Zusammenarbeit der beiden Standorte mit Leben erfüllt. Ziel muss es sein, dass zukünftig ein Spieler, der das Jugendprogramm der TG Hanau oder SG Weiterstadt durchlaufen hat, in einem Herren Bundesligaspiel der WHITE WINGS aufläuft.

TTV-Damen überzeugen in der Relegation



v.l.n.r. Corinne Wacker, Chantal Röhl, Sabrina Richter, Miriam Kieselbach

Gegner unserer Verbandsliga-Damen in der Relegation um den Aufstieg in der Hessenliga waren der Verbandsliga-Zweite der Westgruppe TTC OE Bad Homburg und der Hessenliga-Drittletzte TTC Langen III. In Lorsch kam es zu sehr spannenden Begegnungen.

Zunächst waren Sabrina Richter, Corinne Wacker, Miriam Kieselbach und Chantal

Röhl gegen Langen gefordert. Tags zuvor wurde der krankheitsbedingte Ausfall von Claudia Hess bekannt, sodass Sabrina Richter bei ihrem Comeback nach der Babypause direkt vollen Einsatz zeigen musste. Das Comeback gelang direkt im Doppel gut, sodass ein Punkt mit Miriam Kieselbach geholt werden konnte. In der Folge konnte im vorderen Paarkreuz nicht

gepunktet werden, im Hintere war man dafür überlegen. Dennoch konnte sich Langen einen 6:4 Vorsprung herausspielen, und dann war der Bann gebrochen: Langens individuelle Qualität und Erfahrung machte sich bemerkbar und unsere Damen mussten sich mit 4:8 dem Hessenligisten beugen.

Nach einer kurzen Pause ging es ins zweite Spiel gegen Bad Homburg. Wie-



Gebhard Bradtke

der ging es 1:1 aus den Doppeln, dann konnten sich unsere Damen schnell einen deutlichen 5:1-Vorsprung herauspielen. Nach sechs Stunden zusammengekommener Spielzeit schwanden aber zusehends die Kräfte und Nerven, sodass man Bad Homburg bis zum 7:5 herankommen ließ. Den umjubelten Schlusspunkt zum 8:5 setzte Chantal Röhl mit ihrem 5. gewonnenen Einzel im fünften Spiel des Tages. Damit verbleibt man als Zweiter der Relegation in Warteposition bis 10. Juni, ob der TTV als Nachrücker zum Zug kommt. Wir bedanken uns für die Unterstützung vor Ort durch unsere Coaches Gerald Lukas, Miriam Luh & Nico Dietrich, sowie

bei den zahlreichen Zuschauern die in der Halle und von Zuhause aus mitgefeibert haben.

Hessische Einzelmeisterschaften

Bei den Hessischen Einzelmeisterschaften der Senioren gingen am Wochenende vom 08.-10. März drei Spieler des TTV in Arheilgen an den Start. Wilfried Wuttke startete bei den Senioren 70 und belegte aufgrund des schlechteren Satzverhältnisses in seiner Gruppe leider nur den vierten Platz und schaffte es somit nicht in die KO-Phase. Ebenfalls musste sich Grzegorz Rzeczkowski (Senioren 40) seinen Kontrahenten in der Gruppenphase geschlagen geben.

Gebhard Bratke glänzte hingegen bei den Senioren 80. Ohne Satzverlust schaffte Gebhard den ersten Platz in seiner Gruppe und musste in der darauffolgenden KO-Phase nur noch zwei Sätze abgeben und wurde somit erfreulicherweise Hessenmeister der Senioren 80.

Ebenfalls erfreulich: Gebhard Bratke gewann neben dem Einzeltitel auch den Doppeltitel mit seinem Partner Winfried Simonowsky (TTC Langen). Wir gratulieren Gebhard zu seinem sensationellen Erfolg und seiner damit einhergehenden Qualifizierung zu den Deutschen Meisterschaften in Erfurt.

Organgymnastik der Sportgemeinde Weiterstadt ist eine gesunde Alltagsgrundlage

Der frühere Bundesminister Norbert Blüm wird auch mit den Worten „ein Fingerhut voll Bewegung ist gesünder als ein Eimer voll Medikament!“ zitiert.

Diesen Grundsatz hat sich die Gesundheitsportabteilung der SG Weiterstadt diesen Gedanken zur Grundlage gemacht und bietet seit Jahren Nordic Walking, Rückengymnastik und Organgymnastik, neben den Rehabilitationssportgruppen an.

Rückengymnastik

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. Rückengymnastik bedeutet zum einen, eine regelmäßige Steigerung der wichtigen Stützmuskulatur im Rumpf, Dehnung der verkürzten Muskelgruppen, aber auch Alltagstipps wie wir uns verhalten sollen. Stichwörter dazu sind richtiges Heben, Sitzen oder auch Aufstehen. Dieses sollte richtig erlernt werden.

Wir bieten dienstags, mittwochs und donnerstags unterschiedliche Gruppen im Raum Frankfurt im Sportzentrum der SGW an.

Organgymnastik

Die Organgymnastik-Gruppe trifft sich regelmäßig im Spiegelsaal der SGW donnerstags um 17:30 Uhr und 18:30 Uhr.

Die Gymnastiklehrerin Frau Hewel betreut die Organgymnastikstunden nach MEDAU. Nach einem anstrengenden und arbeitsreichen Tag sorgt die Organgymnastik für einen wohltuenden Ausgleich und einen guten Start ins Wochenende. Diese Gymnastik wird vorwiegend auf dem Boden ausgeführt und eignet sich für alle Altersstufen. Vorkenntnisse sind hier nicht erforderlich. Es fördert die Dehnfähigkeit/Beweglichkeit, schult das Gleichgewicht und die Koordination und sorgt für eine ganzheitliche Entspannung. Die Sporttreibenden lernen die eigenen körperlichen Schwächen kennen und eine individuelle Verbesserung wird angestrebt.

Für weitere Fragen zur Anmeldung steht die Abteilungsleitung - Taher Mohseni, taher@sg-weiterstadt.de - Ihnen gerne jeder Zeit zur Verfügung. Die genauen Zeiten der Übungsstunden finden Sie im Internet: <https://www.sg-weiterstadt.de/phocadownload/2019-02-05-Sportangebot.pdf>

Taher

BEMERKUNGEN

¹ Diese Präventionskurse werden in Zusammenhang mit der Krankenkasse (§20) angeboten. Die meisten Kassen gewähren einen Zuschuss.

² Zertifiziert im Rahmen "Sport pro Gesundheit" von der Landesärztekammer und dem LSBH anerkannt.

³ als Rehabilitationssport anerkannt.

* zzgl. Eintritt für die Begleitperson

**Anmeldung nur direkt über Claudia Malsi (CM-Gesundheitscoaching)

Preiskategorie/Std

Kat.	Kursbereich	Mitglieder	Gäste
A	Fitnesskurse mit 10er Karte buchbar	3,50 €	6,50 €
B	Gesundheits- und Wasserkurse, KEINE 10er Karten Buchung	6,50 €	8,90 €
C	Privater Trainer, KEINE 10er Karten Buchung	Indv.	Indv.
D	Jahreskurse (Aqua Fit und Aqua Power)	3,50 €	6,00 €
+	Zehnerkarte	40,00 €	80,00 €

Alle Informationen: Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt – Am Aulenberg 2-10
64331 Weiterstadt – Tel. 0178 7814794 – www.sg-weiterstadt.de
kursanmeldungen@sg-weiterstadt.de

FITNESS- und GESUNDHEITSKURSE

FITNESS

Kurs	Zielgruppe	Tag	Zeit	Kursraum	Beginn	Kursleiter	Einheiten	Dauer (min)	Kategorie	Mitglied	Gast
Beckenboden Gymnastik	Erwachsene	Di	17:30	Wiesbaden	30.04.2019	Barbara	9	60	A	31,50 €	58,50€
Entspannt Fit	Erwachsene	Mo	09:00	Berlin	29.04.2019	Ulli	8	60	A	28,00 €	52,00 €
Gesundheitszirkel	Erwachsene	Fr	09:15	Fitnesscenter	03.05.2019	Robert	9	60	A	31,50 €	58,50 €
Jumping Fitness	Erwachsene	Di	17:30	Frankfurt	30.04.2019	Natalia	9	90	B	58,50 €	80,10 €
Mama fit – Baby mit	Erwachsene/Kinder	Do	10:30	Frankfurt	02.05.2019	Bezi	7	60	A	24,50 €	45,50 €
Outdoorfitness mit Kinderwagen	Erwachsene/Kinder	Do	09:00	Tänchen	02.05.2019	Bezi	7	60	A	24,50 €	45,50 €
Parkour ab 10 Jahre	Jugend/Erwachsene	Fr	16:00	ADH	03.05.2019	David/Jonas	7	120	A	63,00 €	117,00 €
RüKoFit	Erwachsene	Mi	18:00	Berlin	08.05.2019	Claudia	8	60	A	28,00 €	52,00 €
Smovey-Fitness	Erwachsene	Mo	18:00	Wiesbaden	29.04.2019	Claudia	8	60	A	28,00 €	52,00 €
Stretch & Relax II	Erwachsene	Do	18:00	Frankfurt	02.05.2019	Barbara	7	45	A	24,50 €	45,50 €
Stretch	Erwachsene	Fr	10:15	Frankfurt	03.05.2019	Ulli	9	30	A	18,00 €	36,00 €
Pilates morgens	Erwachsene	Mo	10:15	Wiesbaden	29.04.2019	Ulli	9	75	B	58,50 €	80,10 €
Zumba® abends	Erwachsene	Mo	19:30	Hamburg	29.04.2019	Lenka	8	60	A	28,00 €	52,00 €
Kickboxen	Jugend/Erwachsene	Di	18:00	Dojo	07.05.2019	Alexander	8	90	B	52,00 €	71,20 €

GESUNDHEIT

Kurs	Zielgruppe	Tag	Zeit	Kursraum	Beginn	Kursleiter	Einheiten	Dauer (min)	Kategorie	Mitglied	Gast
LifeKinetik®**											
(CM-Gesundheitscoaching)	Erwachsene	Do	18:30	Hamburg	24.01.2019	Claudia	12	60	C	144,00 €	174,00 €
Neue Rückenschule/Rückenaktiv ¹²³	Erwachsene	Do	09:15	Frankfurt	02.05.2019	Taher	8	60	C	64,00 €	76,00 €
Neue Rückenschule/Rückenaktiv ¹²³	Erwachsene	Di	19:30	Hamburg	30.04.2019	Taher	10	60	C	80,00 €	95,00 €
Yoga (Anfänger)	Erwachsene	Mi	20:10	Wiesbaden	16.01.2019	Gerd	16	80	C	107,10 €	168,30 €
Yoga (Workout für Männer)	Erwachsene	Do	20:10	Wiesbaden	17.01.2019	Gerd	17	85	C	107,10 €	168,30 €
Yoga (Fortgeschrittene)	Erwachsene	Mi	18:30	Wiesbaden	16.01.2019	Gerd	16	90	C	100,80 €	158,40 €
Yoga (Geübte/Mittelstufe)	Erwachsene	Do	18:30	Wiesbaden	17.01.2019	Gerd	17	90	C	100,80 €	158,40 €

WASSER

Kurs	Zielgruppe	Tag	Zeit	Kursraum	Beginn	Kursleiter	Einheiten	Dauer (min)	Kategorie	Mitglied	Gast
Aqua Jogging	Erwachsene	Mo	19:00	Hallenbad	29.04.2019	Birgit	8	45	B	52,00 €	71,20 €
Aqua Jogging	Erwachsene	Mo	20:00	Hallenbad	29.04.2019	Birgit	8	45	B	52,00 €	71,20 €
Aqua-Fit	Erwachsene	Di	18:15	Hallenbad	15.01.2019	Daniela	39	60		136,50 €	234,00 €
Aqua-Power	Erwachsene	Di	19:00	Hallenbad	15.01.2019	Daniela	39	60		136,50 €	234,00 €

Kinder

Kurs	Zielgruppe	Tag	Zeit	Kursraum	Beginn	Kursleiter	Einheiten	Dauer (min)	Kategorie	Mitglied	Gast
BIB Babys in Bewegung 7-11 Mon.	Erwachsene/Kinder	Mi	09:00	Wiesbaden	08.05.2019	Bezi	8	90	A	28,00 €	52,00 €
BIB Babys in Bewegung 3-6 Mon.	Erwachsene/Kinder	Mi	10:30	Wiesbaden	08.05.2019	Bezi	8	90	A	28,00 €	52,00 €
Babyschwimmen	Babys 3-9 Mon.	Di	16:00	Hallenbad	30.04.2019	Dörte	7	30	B	45,50 €	62,30 €
Babyschwimmen	Babys 9-17 Mon.	Di	16:30	Hallenbad	30.04.2019	Dörte	7	30	B	45,50 €	62,30 €
Babyschwimmen	Babys 17-25 Mon.	Di	17:00	Hallenbad	30.04.2019	Dörte	7	30	B	45,50 €	62,30 €
Babyschwimmen *	Babys ab 25 Mon.	Di	17:30	Hallenbad	30.04.2019	Dörte	7	30	B	45,50 €	62,30 €
Babyschwimmen *	Babys 3-8 Mon.	Do	09:30	Hallenbad	02.05.2019	Dörte	5	30	B	32,50 €	44,50 €
Babyschwimmen *	Babys 8-12 Mon.	Do	10:00	Hallenbad	02.05.2019	Dörte	5	30	B	32,50 €	44,50 €
Babyschwimmen *	Babys 12 -17 Mon.	Do	10:30	Hallenbad	02.05.2019	Dörte	5	30	B	32,50 €	44,50 €

Wieder freie Plätze in der Koronarsportgruppe der Gesundheitssportabteilung

Seit nun zwei Jahren betreut Dr. Bogosyan die Herzsportgruppe der Gesundheits- und Rehasportabteilung der SG Weiterstadt. Er berät die Sportler/innen mit seinem Fachwissen und begleitet die Gruppe bei der wöchentlichen (Mi 18-19 Uhr im Raum Wiesbaden) Sport- und Übungsstunde. Erfreulich ist, dass die Gruppe, Kursleitung und Arzt, so gut miteinander harmonieren und viel Verständnis für einander aufbringen. Da der Arzt auch andere Verpflichtungen hat und nicht regelmäßig die Sportgruppe betreuen kann, konnte das Ärzteteam

seit Januar erfreulicherweise durch Frau Dr. Barbara van Zandbergen, Kardiologin aus Darmstadt, erweitert werden. Die Gesundheitssportabteilungsleitung freut sich sehr auf die Zusammenarbeit. Außerdem ist Dr. Bogosyan bei der Planung und Organisation eines Vortrages zum Thema Herzkrankungen und Herzinfarkt der Abteilung behilflich. Der diesjährige Vortrag ist wieder kostenlos und findet in den Räumlichkeiten der SG Weiterstadt statt. Hierfür kommt der Referent Professor Dr. Rainer Kollmar nach Weiterstadt. Herr Kollmar ist Direktor der Klinik

für Neurologie und Neurogeriatrie am Klinikum Darmstadt. Er hat unter anderem den Ausbau der Schlaganfall-Therapie und den Aufbau der eigenständigen neurologischen Intensivmedizin am Klinikum vorangetrieben.

Er wird im Raum Verneuil, im Sportzentrum der SGW, einen Vortrag zum Thema „Herzinfarkt“ halten. Weitere Informationen folgen noch per Aushang bzw. finden Sie auf der Vereinshomepage. Gäste und Mitglieder sind herzlich willkommen.

Taher

Babys in Bewegung

Babys von Anfang an in ihrer Entwicklung zu unterstützen und sie die Welt mit allen Sinnen entdecken lassen, ist sehr wertvoll und von großer Wichtigkeit! Seid dabei und erkundet gemeinsam mit dem Baby die Welt nochmal von Anfang an. Erlebt facettenreiche Stunden mit Bewegungsanregungen, Liedern und Fingerspielen sowie Babymassage und Babyparcours. Kurse für 3 – 6 Monate und 7 – 12 Monate alte/junge Babys und ihre Mamas.

Ab 08. Mai 2019 mittwochs um 9:00 & 10:30 Uhr (jeweils 60 min)

Entspannt Fit

Eine runde Sache für Körper und Geist. Kräftigung, Stretching und Entspannung ergänzen sich ideal um auf die Problemzonen Nacken, Schulter und Rücken einzugehen. Bring dich im Kurs ein, sag was du brauchst und die Übungen werden individuell auf deine Beschwerden angepasst. Viele Übungen können auch im Sitzen durchgeführt werden, wodurch das Training für jedermann möglich ist.

Montag von 09.00-10.00 Uhr im Raum Frankfurt über dem Fitnessstudio

Kostenfrei Schnuppern sowie Quereinsteigen ist jederzeit über die Webseite möglich. www.sg-weierstadt.de

RüKoFit

Stärke Deinen Rücken und sei koordinativ fit. Gönn Dir und Deinem Körper eine motorische Auffrischung. Durch dieses Kombitraining bekämpfen wir nicht nur eins der meistverbreiteten physischen Probleme – den Rückenschmerz – sondern fördern auch die sensomotorischen Bewegungsabläufe für einen ganzheitliche Körperwahrnehmung und einen stabilen Stand. Dich erwarten vielseitige und spannende Übungen und neue Erkenntnisse über Dich und Deinen Körper. Werde Fit – Mache mit!

Ab dem 8. Mai 2019 immer mittwochs von 18:00 – 19:00 Uhr im Raum Berlin

Entega Kindersportclub zu Gast beim DAV in Darmstadt

Neues Schnupperangebot am 17. Mai 2019



Der Entega Kindersportclub bietet ein breitgefächertes Bewegungs- und Unterhaltungsprogramm für Sie und Ihre Kinder an. Viele Angebote der Abteilungen für Kinder bis zum 10. Lebensjahr werden bei der SG Weiterstadt unter dem Dach des Entega Kindersportclubs zusammengefasst. Diese Abteilungsangebote

sind für die Entwicklung und sportliche Förderung der Kinder ideal geeignet. Des Weiteren bietet sich die Möglichkeit als Vereinsmitglied bzw. Mitglied des Entega Kindersportclubs kostenfrei an organisierten und kostenfreien Veranstaltungen des Clubs teilzunehmen. Am 19. März 2019 hat der Entega Kindersportclub ein Schnupperklettern beim Deutschen Alpen Verein in der Darmstädter Kletterhalle angeboten.

Von 15-17 Uhr haben die Kinder des Entega Kindersportclubs, darunter auch einige Kinder der SG Weiterstadt, eine kleine Einführung in den Kletter- und Bouldersport erhalten.

Von Klettertrainern des DAV haben die Kinder eine kurze Einweisung bekommen, ihnen wurde beispielsweise gezeigt, wie der Gürtel richtig anzulegen ist oder mit

welcher Technik man die Boulder- bzw. Kletterwand am besten hochkommt.

Nach der Einweisung durften die Kinder dann selbst loslegen. Sie sind verschiedene Wände mit unterschiedlich hohen Schwierigkeitsgraden hochgeklettert. Den Kindern hat der Schnupperkurs sehr viel Spaß bereitet.

Die nächste Chance für ein Schnupperklettern bietet sich am 15. Mai 2019 (Mittwoch) von 15-17 Uhr.

Ein weiteres Event ist die „Theaterluft schnuppern-“ Veranstaltung. Hier können die Kinder (8-10) mit den Schauspielerinnen und Schauspielern des Staatstheater ein Theaterstück einüben und vorführen.

Diese Veranstaltung findet am 24. Mai 2019 (Freitag) von 15:30-18 Uhr im Staatstheater Darmstadt statt.

Der Entega Kindersportclub bietet regelmäßig solche Veranstaltungen an. Ausflüge, Theaterbesuche etc. werden immer wieder für Mitglieder des Sportclubs kostenfrei angeboten.

Bei der SG Weiterstadt ist jedes Kind zwischen 0 und 10 Jahren automatisch

Mitglied.

Wir können Ihnen die Veranstaltungen nur empfehlen.

Auf unserer Homepage www.sg-weiterstadt.de können Sie sich auch nochmal über den Kindersportclub informieren. Weitere Informationen bekommen Sie

auch unter www.entega.ag/engagement/entega-kindersportclub/ und dort können Sie sich auch für die Veranstaltungen des Entega Kindersportclubs anmelden.

Taher

Entegakindersportbeauftragter

Neue Reha-Sportstunde für den Bewegungs- und Stützapparat bei der SGW freitags geplant



Seit Jahren bietet das Fitnessstudio der SGW mehrere Rehakurse für den Bewegungs- und Stützapparat an. Jeden Dienstag um 19:30 Uhr und Donnerstag um 9:15 Uhr treffen sich Frauen und Männer verschiedener Altersgruppen, um etwas für ihre Gesundheit zu tun. Das heißt ganz einfach eine Stunde Gymnastik für die körperliche Fitness zur Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit nach längerer Sportpause, einer Krankheit oder einem Unfall. Das tut nicht nur gut, es macht auch Spaß, sich in dieser Gruppe zu treffen und man wird wirklich nicht überfordert. Dies ist ein wichtiger Baustein zur Gesunderhaltung und Gesundheitsförderung im Bewegungsalltag jedes Menschen. Zum Reha-Sport zäh-

len bewegungstherapeutische Übungen zur Stärkung der Ausdauer, der Koordination, Gewandtheit, Motorik, Flexibilität und Kraft. Ziel ist es, den Körper wieder in Balance zu bringen und den Stützapparat zu stärken. Außerdem um Bewegungseinschränkungen und Gelenkbeschwerden abzubauen und die körperliche Beweglichkeit zu fördern. Am Ende dieser Stunde hat man das wohlige Gefühl, etwas körperlich getan zu haben, obwohl man zunächst etwas Ruhe benötigt. Der wirkliche Effekt kommt erst etwas später. Viele Rehasportler besuchen noch zusätzlich das Fitnessstudio um bestimmte Muskelgruppen gezielt zu kräftigen und das Körpergleichgewicht schneller herzustellen.

Haben Sie Interesse etwas für sich zu tun, fragen Sie Ihren Hausarzt oder den Facharzt nach den Möglichkeiten einer Verordnung. Mit einem entsprechenden Rezept können Sie dieses Angebot, das den

Richtlinien von DBS/HBRS entspricht, kostenlos benutzen. Es ist anerkannt und zertifiziert und daher für Sie ohne Zusatzkosten. Sie müssen auch kein Mitglied in der Sportgemeinde sein.

Das SGW-Fitness-Studio bietet noch weitere, individuelle Angebote. Informationen gibt es unter: Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt Fitnesscenter, Tel.: 06150 – 961016 oder online auf der SGW-Homepage.

Da wir in den jetzigen Gruppen nicht alle Sporttreibende unterbringen können, planen wir eine neue Gruppe freitags von 14 bis 15 Uhr zu installieren. Der Starttermin und der Raum stehen noch nicht fest. Wir gehen davon aus, dass wir ab November 2019 bzw. Januar 2020 die neue Sportstunde regelmäßig anbieten können.

Informationen gibt es unter Tel.: 06150 – 9610-16 bzw. Mail: taher@sg-weiterstadt.de oder Homepage: www.sg-weiterstadt.de

Sport Indoor im Fitnessstudio empfehlenswert bei Pollenallergie, Hitze und somit hohen Ozonwerten

Die Tage werden länger, die Temperaturen klettern nach oben, und immer mehr Menschen zieht es nach draußen: Der Frühling ist da! Und mit ihm startet der Pollenflug. Für Heuschnupfen-Geplagte kann dann mitunter jede sportliche Aktivität zur Qual werden. Pollen von Birken, Gräsern & Co. lassen bei Heuschnupfen-Allergikern das Immunsystem verrücktspielen. Sie lösen heftige Abwehrreaktionen aus, wodurch die Atemwege und Schleimhäute gereizt werden. Typische Symptome sind dann eine laufende Nase, juckende Augen oder Asthma, damit verbunden Kurzatmigkeit.

Am angenehmsten ist es für Allergiker, in geschlossenen Räumen zu trainieren. In der Sporthalle oder im Fitnessstudio schwirrt relativ wenig Blütenstaub umher.

Besonders gut geeignet sind Sportarten, bei denen Ausdauer und eine gleichmäßige Atmung im Vordergrund stehen.

Dadurch gewöhnen sich Menschen mit Heuschnupfen sanft an die Anstrengung und ihre Lungenleistung verbessert sich stetig

**Ausdauersport im Fitnessstudio: Fahrrad, Crosstrainer, Laufband, Ruderge-
rät**

Kurse wie Yoga, Rückengymnastik oder sonstiges in der Sporthalle

Wichtig: Menschen mit Heuschnupfen sollten sich immer mindestens 15 Minuten aufwärmen, damit sich ihre Atemwege langsam weiten können. Das verhindert, dass sich diese bei einer plötzlichen Pollenbelastung zu sehr verengen und es zu Kurzatmigkeit und anderen allergischen Beschwerden kommt. Allergiker sollten immer nur so trainieren, dass sie noch durch die Nase atmen können. Erst nach dem Aufwärmen sollte mit dem Krafttraining, mit der Gymnastik oder mit Kursen in der Sporthalle begonnen werden.

Im Sommer sind die Tage am längsten, das freut die meisten. In der hellen und warmen Zeit sind vor allem aktive Menschen sehr viel im Freien. Joggen, Radfahren, Inline-Skating, Schwimmen oder Wandern machen großen Spaß und können in dieser Zeit fast rund um die Uhr ausgeübt werden. Im Hochsommer treten jedoch oft Wetterlagen auf, die den menschlichen Körper von verschiedenen Seiten her belasten können. Gerade in den letzten Jahren hat sich die Häufigkeit extremer Hitzesommer gesteigert. Bereits im April letzten Jahres wurden die Ozon-Grenzwerte schon an vielen Orten massiv überschritten. Sommersmog mit hohen Ozonwerten, zu große Hitze führen dazu, dass sich ein Sporttreiben im Freien plötzlich negativ auf die Befindlichkeit eines Menschen auswirken kann und bei wochenlangen Höchsttemperaturen von 30 -38 Grad täglich im Freien fast nicht durchführbar sind.

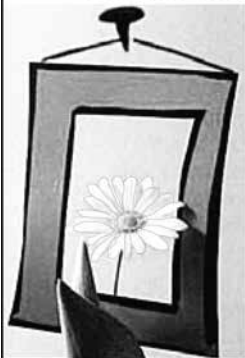
PROFESSIONELL
LEIDENSCHAFTLICH
FACHKUNDIG
INDIVIDUELL
ENGAGIERT



FÜR SIE DA
Telefon 06155/8390-0
info@cateringbyhamm.de
www.cateringbyhamm.de

catering by hamm

**Ihr Gärtner
und Florist**
kreativ & innovativ



Immer eine
besondere
Idee
voraus.

Darauf ist
Verlass.

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



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.

**Generalvertretung
Peter & Steffen Klink**

Ihre Agentur in Weiterstadt

Tel. 06150 - 13020
Hahlgartenstr. 27 · 64331 Weiterstadt

Wir sind für Sie da:
Mo-Fr 9.00 bis 12.00 Uhr · Mo-Do 14.00 bis 17.00 Uhr
und Termine nach Vereinbarung

**Mecklenburgische
VERSICHERUNGSGRUPPE**
Ihr Vertrauen - unsere Verpflichtung

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

**REGIONAL
VERWURZELT**

MIT IHREM
PERSÖNLICHEN BERATER
EIN INDIVIDUELLES
ANGEBOT ERMITTELN.



24/7

**DIGITAL
VERBUNDEN**

MIT UNSEREN NEUEN
ONLINE-SERVICES
RUND UM DIE UHR
AUFTRÄGE ERTEILEN.

Marktplatz in Nidderau-Windeken

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