



TG *aktuell*

Jahrbuch 2020
der Turngemeinde Camberg
1848 e. V.



JAHRBUCH 2020 der Abteilungs- und Übungsleiter

Liebe Mitglieder der TG,
liebe Leserinnen und Leser des Jahrbuchs 2020,

wir hätten uns alle im März 2020 nicht vorstellen können, dass wir mit dieser in den Zeitungen und auf unserer Homepage veröffentlichten Anzeige, ebenso wie mit diesem Vorwort, unseren Mitgliedern Hoffnung und Grüße überbringen und so viele durch Corona bedingte Veränderungen immer noch bestehen.



Das TG-Jahrbuch 2020 dokumentiert neben den zahlreichen Angeboten auch diese Veränderungen, die in unterschiedlichster Form auch wir in der TG zu bewältigen hatten.

Für das dafür notwendige Engagement und die Kreativität unserer Übungs- und Abteilungsleiter, den Mitgliedern im Redaktions- oder Archivteam, der Mitgliederverwaltung und des Vorstandes gilt mein ganz besonderer Dank.

Diesen Dank richte ich aber auch im Namen aller Vorgenannten an unsere Mitglieder, die mit großem Verständnis auf die unvermeidbaren Einschränkungen reagiert haben, Online-Angebote nutzen sowie gerade in dieser schwierigen Zeit unserer TG-Familie die Treue halten.

Mit diesem Jahrbuch, in dem die Berichte aller Abteilungen zusammengefasst sind, dokumentieren wir die Aktivitäten im zurückliegenden Jahr. Damit bieten wir für alle Interessierten einen kompakten Einblick und erfüllen aber auch das satzungsgemäß erforderliche Berichtswesen für die Mitgliederversammlung.

Nachdem die Mitgliederversammlung traditionell auch in diesem Jahr am zweiten Samstag im März nicht in Präsenz stattfinden kann, haben wir im Vorstand beschlossen, zur Mitgliederversammlung wie bereits in 2020 am Stiftungsfestwochenende Ende Juni 2021 einzuladen.

Abschließend lade ich herzlich dazu ein, die aktuellen Online-Angebote, und bald auch hoffentlich wieder vermehrt unsere Präsenzangebote, zu nutzen, da Bewegung und soziale Kontakte zwar grundsätzlich, aber insbesondere in diesen Zeiten, von besonderer Wichtigkeit sind. Detaillierte und jederzeit aktuelle Informationen findet Ihr unter www.TGCamberg1848.de.

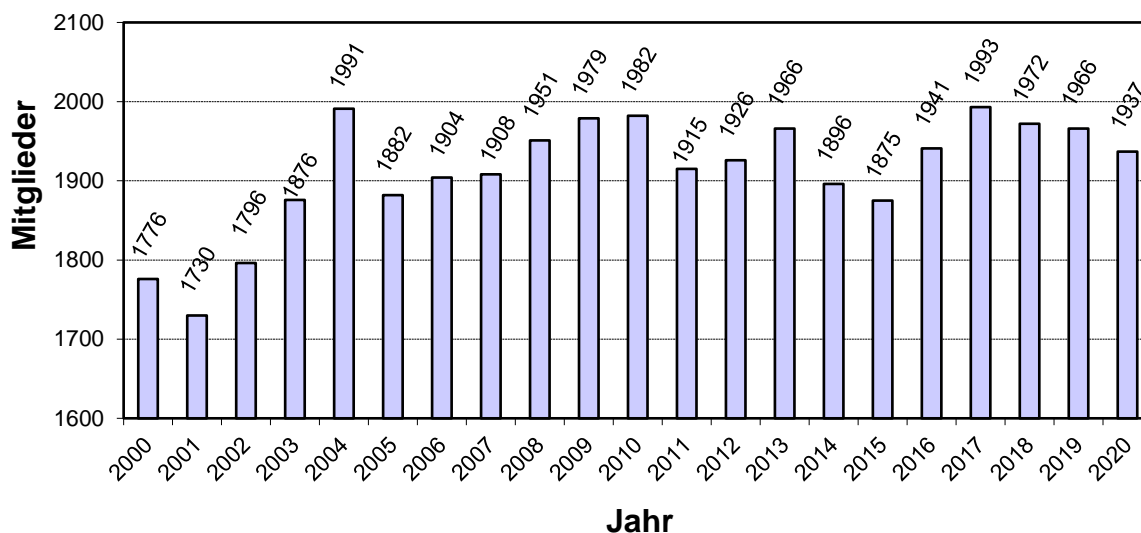
Bleibt hoffnungsvoll und mit negativen Testergebnissen gesund und in Bewegung mit unserer TG

Stefan Schütz
Vorsitzender

Mitgliederbewegung der Turngemeinde Camberg für das Jahr 2020

Die Mitgliederzahl der Turngemeinde Camberg beträgt zum Stichtag 01.01.2021 genau 1937 Mitglieder. Das ist ein Minus von 29 Mitgliedern gegenüber dem Stichtag 01.01.2020. Die Zahl der männlichen Mitglieder verringerte sich um 22 auf 804, die der weiblichen Mitglieder um 7 auf 1133.

Die nachstehende Grafik zeigt die Mitgliederentwicklung der Turngemeinde Camberg seit 2000.

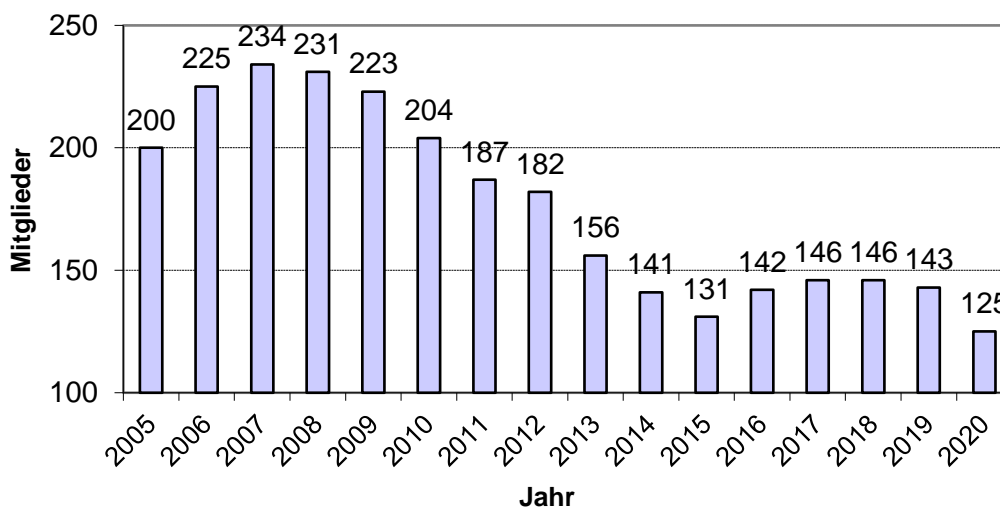


Die Vereinsstatistik, die an die Jahrgangsaufteilung des Landessportbundes Hessen für die jährliche Bestandserhebung angegliedert ist, weist nach dem Stand vom 01.01.2021 die nachstehenden Zahlen für die sieben Altersgruppen aus:

Mitgliederstatistik TG Camberg für das Jahr 2020					
Altersklasse	männlich	weiblich	gesamt	Vorjahr	+ / -
bis 6 Jahre	59	66	125	143	-18
7 bis 14 Jahre	138	166	304	320	-16
15 bis 18 Jahre	71	72	143	165	-22
19 bis 26 Jahre	65	83	148	152	-4
27 bis 40 Jahre	88	137	225	220	5
41 bis 60 Jahre	200	275	475	480	-5
über 61 Jahre	183	334	517	486	31
Summe	804	1133	1937	1966	-29
Vorjahr	826	1140	1966		
Veränderung in %	- 2,7 %	- 0,6 %			
Anteilig m / w	41,5%	58,5%			

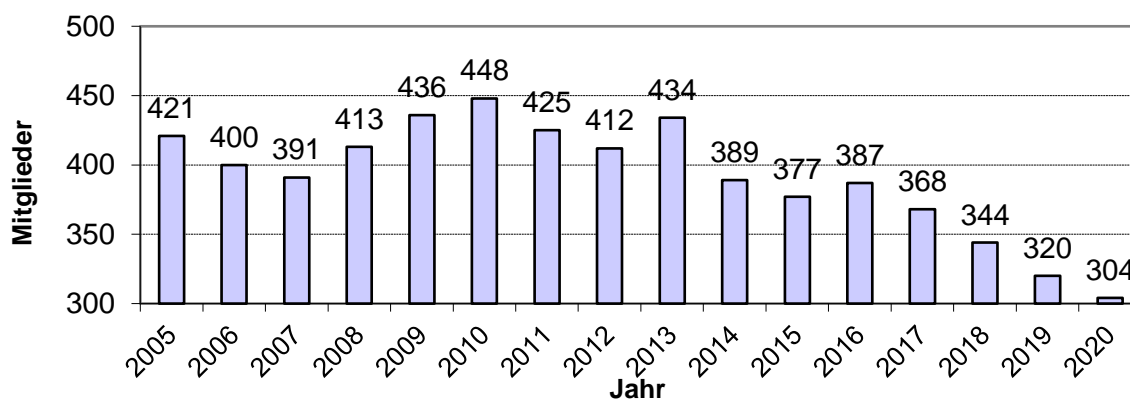
Die Altersklasse der bis 6-jährigen ging um 18 Kinder zurück auf 125.

Entwicklung Mitgliederzahl der Altersklasse bis 6 Jahre



Die Altersklasse der 7 bis 14-jährigen ging um 16 Mitglieder zurück und zählt nun noch 304 Kinder und Jugendliche.

Entwicklung Mitgliederzahl der Altersklasse von 7 bis 14 Jahre



Die Gruppe der 15 bis 18-jährigen verzeichnete nach leichten Zuwächsen im Vorjahr einen Rückgang um 22 und weist aktuell 143 Personen aus.

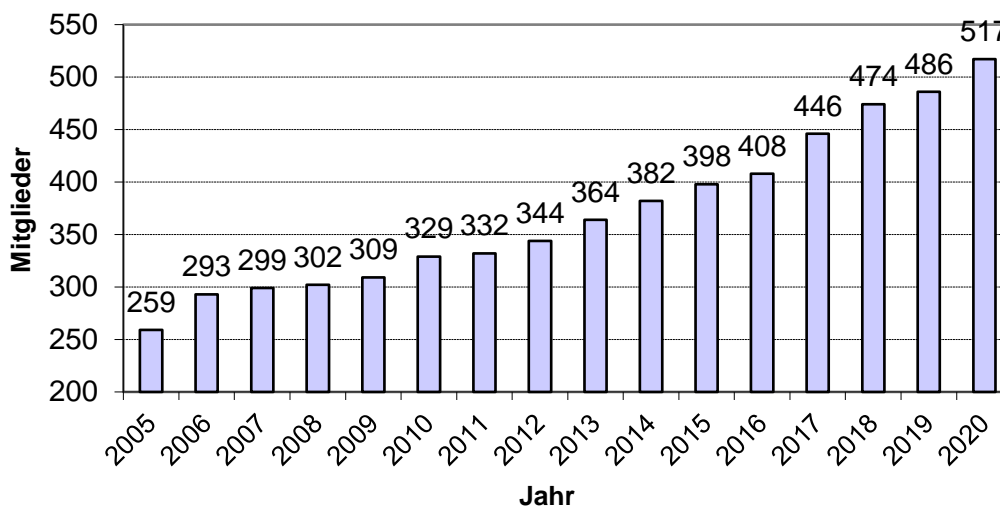
Die Altersklasse der 19 bis 26-jährigen blieb annähernd konstant. Die Zahl verringerte sich um 4 Mitglieder und zählt jetzt 148 Personen.

Bei den 27 bis 40-jährigen ist ein leichter Zuwachs um 5 Personen auf 225 zu vermelden.

Die Gruppe der 41 bis 60-jährigen ging um 5 Personen auf 475 Mitglieder zurück.

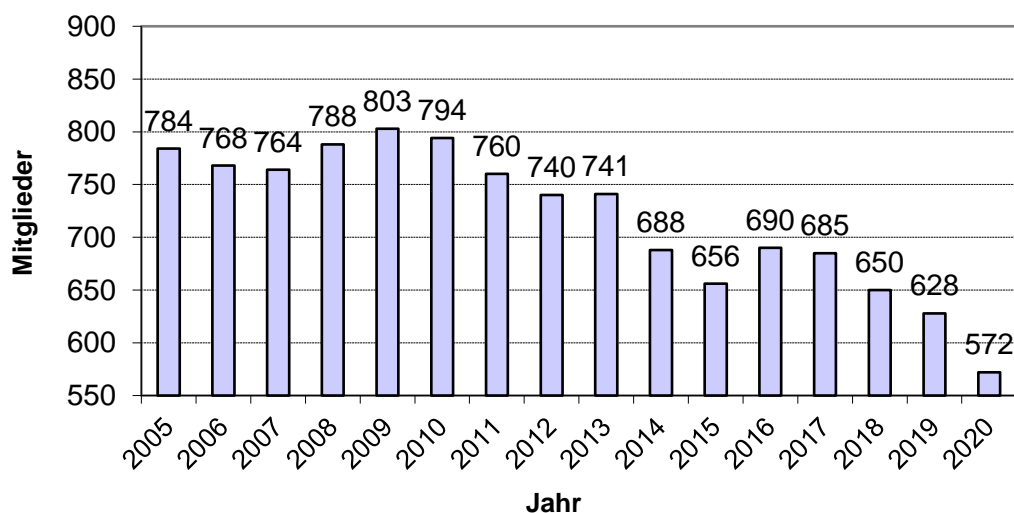
Die Altersklasse der über 61-jährigen hatte wieder einen starken Zuwachs von 31 Mitgliedern, zählt nun 517 Mitglieder und verdoppelte sich seit dem Jahr 2005 nahezu. Die nachstehende Grafik veranschaulicht diese Entwicklung.

Entwicklung Mitgliederzahl der Altersklasse über 61 Jahre



Die Zahl aller Kinder und Jugendlichen (bis 18 Jahre) im Verein fiel von 628 auf 572 Mitglieder und ist damit weiter rückläufig.

Entwicklung Mitgliederzahl der Altersklassen bis 18 Jahre



Erik Nicklas

INHALTSVERZEICHNIS

Archivteam	7
Badminton	7
Bodyworkout	8
Donnerstagsgruppe	9
Fitness- und Krafttraining für Frauen.....	9
Fitness-Wirbelsäulentraining	9
Fitnessgymnastik für Frauen	10
Frauengymnastik 40 Plus.....	10
Ganzheitliches Gedächtnistraining	11
Gerättürnen männlich.....	11
Gerättürnen weiblich	11
Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining	15
Happy Dance	15
Karate.....	16
Kinderabteilung.....	16
Lauf-und Walkingtreff	17
Leichtathletik.....	18
LNB – „Slow Motion“ in Balance und beweglich durch Engpassdehnung	20
Lungensport	21
Matrosen TG-Salonboot	21
Montagsbuben	22
Musikabteilung.....	23
Präventives Rückentraining.....	28
Prellball	28
Qigong	28
Radfahren (donnerstags)	29
Redaktionsteam	29
REHA Sport Orthopädie	29
Rope Skipping.....	29
Sitzgymnastik.....	30
Skiabteilung.....	31
Spikeball	31
Sportabzeichen	31
TG-Studio.....	32
TG-Studio Criss Cross Zirkel.....	32
Tischtennis	32
Wirbelsäulengymnastik.....	33

JAHRESBERICHTE DER TG CAMBERG

Archivteam

Die Arbeit des Archivteams der TG durch „Corona“ ausgebremst!

Dennoch, die Archivarbeit könnte durch „Heimarbeit der Abteilungen“ fortgesetzt werden, vielleicht hilft das dabei, Langeweile zu überwinden!

Was wäre zu tun?

Man könnte Dachböden und Keller aufräumen und aufgefundene TG-Unterlagen dem Archiv zuführen.

Hierdurch bekämen die Abteilungen die Möglichkeit, selbst über die Erfassung archivierungsfähiger Unterlagen zu befinden und den Aufbau des Archivs zu beschleunigen.

Um die Einheitlichkeit der Archivierung zu sichern, sind allerdings ein paar Regeln zu beachten:

Die Dokumente werden gemäß einem Sachgruppenplan archiviert, wobei nur diejenigen eingebracht werden, die im Sinne der Zielsetzung des Archivs von Bedeutung sind. (Das Archiv soll keine Mülldeponie werden).

Die Unterlagen werden in spezielle DIN A4 Ordner eingefügt (Ordner werden auf Anforderung bereitgestellt)

Die Ordner werden auf dem Rücken mit zutreffenden Kennzeichnung gemäß Sachgruppenplan beschriftet.

z.B.	Ordner 013	Abteilungen
	Lasche 20	Tischtennis
oder	Ordner 013	Abteilungen
	Lasche 15	Prellball

Die Ablage der Unterlagen innerhalb der Abteilungen erfolgt nach Sachgruppen gemäß Sachgruppenplan und innerhalb der Sachgruppen nach Jahren / Monaten, also z.B. 1900, 1901, 1902 usw., jeweils getrennt durch eine Lasche, innerhalb der Jahre nach Monaten Januar, Februar, März usw. (jüngstes Datum oben).

Sachgruppenpläne können angefordert werden bei:

Wolfgang Kaeseler

Mail archiv@tgcamborg1848.de

Tel. 06434 8849

oder

Ott-Heinrich Lang:

Tel. 06434 8568

Badminton

Es wurde schon lange nicht mehr so wenig Badminton in der Kurstadt gespielt wie dieses Jahr. 2020 stand voll im Zeichen der Coronapandemie. Noch während dem ersten Lockdown im März, wurde ein ausgefeiltes Konzept zum Wiederbeginn des Trainingsbetriebs erstellt, sodass wenigstens über die Sommermonate ein Trainingsbetrieb nach und nach wieder möglich war. Dafür wurde für jedes Mitglied eine Abteilungsmaske besorgt, die zur Pflichtausrüstung nun in jede Badmintontasche gehört.

24. Lampionturnier

Auf Grund der Situation im März, haben wir uns frühzeitig gegen die Ausrichtung des Turniers im Sommer 2020 entschieden. Wie sich zeigte die richtige Entscheidung, da im Frühsommer sämtliche Turniere des Verbands wie auch Privatturniere untersagt wurden. Ob das Turnier in 2021 ausgetragen werden kann ist fraglich.

Mannschaftswettbewerbe

Die Saison 2019/20 bestritten wir mit vier Senioren Mannschaften und einer Mini-Schülermannschaft. Leider konnten wir durch Corona die Saison nicht normal beenden und auch die Relegationsspiele wurden abgesagt. Durch diesen Umstand ist der 1. Mannschaft der Aufstieg und der 3. Mannschaft der Klassenerhalt geglückt. Dies wäre natürlich auch passiert, wenn wir gespielt hätten. Dadurch sind wir nun wieder in jeder Spielklasse des Bezirks mit einer Mannschaft vertreten. In der Saison 2020/21 sind weiterhin vier Mannschaften gemeldet. Der durchaus erfolgreiche Saisonstart wurde leider wieder durch Corona-Maßnahmen unterbrochen. Seit Oktober pausiert die Saison bis auf weiteres. Die Ergebnisse und Stand der aktuellen Runde (Spieltag 2) im Einzelnen: 1. Mannschaft aktuell in der Bezirksoberliga: Die Saison 2019/20 konnten wir mit dem 2. Tabellenplatz abschließen. Und stiegen in die Bezirksoberliga auf. Hinrunde 2020/21 nach 2 Spieltagen Platz: 5 2. Mannschaft aktuell in der Bezirksliga A: Die Saison 2019/20 konnten wir mit dem 7. Tabellenplatz abschließen und somit die Klasse halten. Hinrunde 2020/21 nach 2 Spieltagen Platz: 4 3. Mannschaft aktuell in der Bezirksliga B: Die Saison 2019/20 konnten wir mit dem 7. Tabellenplatz abschließen und die Klasse gehalten werden. Hinrunde 2020/21 nach 2 Spieltagen Platz: 1 4. Mannschaft in der Bezirksliga

C1: Die Saison 2019/20 konnte wir mit dem 5. Tabellenplatz abschließen. Hinrunde 2020/21 nach 2 Spieltagen Platz: 3

Trainingsbetrieb

Unser aktuellen Trainingsbetrieb: Montagstraining: freies Spiel Dienstagstraining: Wöchentlich im Wechsel findet ein Anfänger- und Konditionstraining statt. Donnerstagstraining: Mannschaftstraining (Aktuell freies Spiel) Alle Trainingszeiten sind aktuell auf der Homepage der TG zu finden.

Jugendarbeit

Die Mini-Mannschaft hat sich erfolgreich den Sieg der Mini-Schülermannschaftsklasse Wiesbaden erkämpft. Mit nur einer Niederlage in elf Spielen erreichte die Mannschaft die Tabellenspitze.



Minimannschaft mit Trainerin und Jugendwartin Pauline Weikl

Dieses Jahr fand leider Coronabedingt nur eine Bezirksrangliste statt. Anna Pinkel schaffte es ins Finale und belegte den zweiten Platz. Ihr Bruder Nils Pinkel konnte sich mit seinem Doppelpartner Sathvik Shankar aus Wiesbaden den ersten Platz im Herrendoppel sichern. Victoria Motsch und Robin Martens konnten im gemischten Doppel den dritten Platz erreichen. Das Jugendtraining war dieses Jahr leider nicht so gut besucht wie die Jahre zuvor. Einige Jugendlichen sind auf Grund ihres Alters nun eher im Seniorentaining zu finden, da sie nachmittags in der Schule sind. Dort haben sie die Chance gegen ältere und erfahrene Spieler Erfahrungen zu sammeln. Leider fehlen uns aktuell einige Jahrgänge im Nachwuchsbereich. Um diese Lücken zu schließen planen wir im neuen Jahr 2021 eine AG in der Taunusschule, um den Schülern Spaß am Badminton zu vermitteln und somit neue Mitglieder zu werben.

Presse

Die Abteilung ist neben der Homepage auch bei den Sozialen Medien wie Facebook und Instagram vertreten. Diese Themen helfen aktiv Werbung für unsere Abteilung zu machen und neben Vorschau und Ergebnissen aus Rundenspieltagen und Bilder von unseren Aktivitäten auch neue Mitglieder anzuwerben. Aufgrund der guten Zusammenarbeit mit dem Camberger Anzeiger kann man während der Rundenzeit wöchentlich über die Badmintonabteilung lesen. Dies wird auch vielfältig getan, da wir hier immer wieder entsprechen Resonanzen bekommen. Neben diesen Pressemitteilungen werden auch aktuelle Berichte auf unserer Homepage hochgeladen, sodass sich auch hier interessierte Leser informieren können.

Allgemein

Die Abteilung ist auf einer stabilen Mitgliederzahl unterwegs. Zwar hatten wir einige berufsbedingte Abgänge, aber auch in diesem verrückten Jahr fanden wieder Jugendliche und auch Senioren den Weg in die TG und verstärken uns in allen Leistungsklassen. Die Badmintonabteilung konnte hier mit bodenständigen und zielorientierten Perspektiven den ein oder anderen neuen Spieler zur TG lotsen. Hier ist eine gesunde Mischung aus eigener Jugendarbeit sowie externen Zugängen vorhanden.

Bodyworkout

Trainerin: Natalie Schweikart

Training normalerweise montags von 19:15 Uhr bis 20:15 Uhr im Gymnastikraum

Wir sind in der Regel eine Gruppe von ca. zehn Frauen, die Spaß an schweißtreibenden Übungen für die gesamte Muskulatur haben. Es wird mit dem eigenen Körpergewicht, aber auch mit Kleingeräten wie Gummibändern, Tubes, Hanteln oder Sticks gearbeitet.

Im Sommer geht die Gruppe einmal gemeinsam essen.

Im „Coronajahr“ trainierten wir leider nicht viel. Erst der lange Lockdown im Frühjahr, dann hatten wir uns nach dem Sommer in den ersten Teil der Halle verlegt, und mussten zum November das Training wieder einstellen.

Wenn wieder ein regelmäßiges Training möglich ist, sind neue Teilnehmerinnen jederzeit herzlich willkommen!

Natalie Schweikart

Donnerstagsgruppe

Donnerstagsgruppe – oder – Konditionsgymnastik für Jedermann



Abwechslungsreiches Sportprogramm für Jeden, kein Training gleicht dem anderen / Celine Hockstra bietet donnerstags abends ab 20:30 Uhr für jeweils 60 Minuten Training für Jeden an (keine Altersbegrenzung). Anschließend gibt es ein gemütliches Beisammensein für jeden der mag --- alles Kann, kein Muss.

Weitere Informationen gibt es bei Celine Hockstra oder Helmut Urban.

Das Jahr 2020 war sicherlich für jeden eine große Herausforderung. So auch für mich, Celine Hockstra - 38 Jahre jung, wo ich im März 2020 doch den Staffelstab von Jeannette Truhöl für den Donnerstagskurs um 20:30 Uhr übernehmen wollte. Aber dann kam der Lockdown und damit das Nichtstun.

Doch am 28. Mai 2020 konnte ich meine erste Stunde halten. Bis Ende Oktober konnten wir insgesamt 15-mal trainieren. Das Training bestand größtenteils aus vielen Bodyworkout-Elementen, aber auch Hanteln und Bänder kamen zum Einsatz. Leider konnte ich die Vielzahl an Ideen, die ich für die Stundengestaltung in meinem Kopf habe, Coronabedingt und damit Abstandsbeschränkt, sowie Gerätefrei, noch nicht umsetzen, aber ich bin guter Dinge, dass wir das ganz langsam im Jahr 2021 umsetzen können.

Im Januar 2021 haben wir unser Onlinetraining (donnerstags ab 19:30 Uhr via Zoom) begonnen. Da es ein Onlinemeeting ist, findet es etwas früher statt und dauert nicht länger als 30-40 Minuten. Ich denke, das ist für ein „Daheim-Training“ ausrei-

chend. Inhalte sind Bewegungs- und Dehnübungen, teilweise mit Hanteln oder Bändern kombiniert.

Wer also unter Anleitung daheim ein bisschen in Bewegung bleiben mag, ist jederzeit herzlich Willkommen. Einfach eine Mail an:

konditionsgymnastik@tgcamborg1848.de schicken, dann wird der Link für das Zoommeeting gerne zugesandt.



Fitness- und Krafttraining für Frauen

Wir sind eine kleine Gruppe aus 15 nominellen Mitglieder, die mittwochs von 19:45 bis 21 Uhr trainieren. Zunächst gibt es in der Halle ein Aufwärm- und Ganzkörpertraining, bevor wir dann ab 20:10 Uhr ins TG-Studio wechseln.

Im Jahr 2020 haben wir ohne Unterbrechung bis zum Lockdown trainiert und sofort nach Hallenöffnung waren wir auch wieder fleißig. Ab November haben wir mit dem Training wieder ausgesetzt. Seit Januar 2021 treffen wir uns momentan online.

Maria Stillger

Fitness-Wirbelsäulentraining

Im vergangenen Jahr 2020 trainierten wir, unter einem vom Vorstand gut ausgearbeiteten Hygienezept, fast wie immer, jeden Dienstag zwischen 9:15 und 10:15 Uhr in der TG Halle. Da wir keine Kleingeräte benutzen durften, brachten die Kurs Teilnehmer ihre eigenen Gymnastikutensilien mit, sodass wir trotzdem vielseitig und abwechslungsreich trainieren konnten.

Ab Oktober fanden leider keine Gymnastikstunden mehr statt.

Umso mehr hoffen wir, dass es im Jahr 2021 wieder mehr Trainingsstunden geben wird bei denen wir uns dienstags mit viel Freude und Elan treffen können. Neue Mitglieder sind jederzeit herzlich willkommen.



Fitnessgymnastik für Frauen

Die Sportgruppe trifft sich zum Training immer Donnerstagsabends. Trainingsort ist die große TG Sporthalle in der Jahnstraße in Bad Camberg. Die Leitung der Abteilung unterliegt Elvi Müller, die Übungsleiterin ist seit 2011 Andrea Hartmann-Schmidt.

Zu Beginn des Jahres wurde noch von 9:30 Uhr bis 20:30 Uhr trainiert. Coronabedingt zwecks zeitlicher Entzerrung zu vorangehenden und nachfolgenden Sportgruppen wurde es später im Jahr dann erforderlich die Trainingszeit auf 45 Minuten zu reduzieren. Fortan endete das Training bereits um 20:15 Uhr.

Nach dem ersten Lockdown konnten wir einige Neuzugänge an Mitgliedern verzeichnen.

Grund dafür war unter anderem die Schließung eines Sportstudios in Bad Camberg. Gleichzeitig blieben aber auch wiederum Teilnehmer aus Angst vor dem Virus der Sportstunde fern. Eine Anmeldung zur Sportstunde wurde nötig, um die Anzahl der Personen in der Halle zu begrenzen.

Die Übungsstunden sind immer sehr variationsreich gestaltet. Das Aufwärmen erfolgt gerne in einer leichten sich aufbauenden und wiederholenden Choreografie im Aerobic-Stil. In der Cardiphase wird sowohl ein Fokus auf muskelkräftigende Übungen, als auch auf körperstabilisierende und koordinative Einheiten gelegt. Herz-

und Kreislauf werden durch permanente Bewegung gestärkt. Unterstützend wird mit Kleingeräten gearbeitet. Nach dem ersten Lockdown wurde es aus hygienischen Gründen erforderlich, dass die Teilnehmer ihr eigenes Equipment (Theraband, Redondoball, Gymnastikmatte) mit zur Übungsstunde brachten.

Bei der Fitnessgymnastik handelt es sich um ein ausgewogenes funktionelles Ganzkörpertraining, immer begleitet von mitreißender Musik. Am Ende der Stunde wird ausgiebig gedehnt, bewusst getatmet und geruht.

Wer mehr über diesen Kurs erfahren möchte, der schreibt bitte eine Nachricht an:
FitnessFrauen@tgcamberg1848.de

Sportlich Grüße
Andrea Hartmann-Schmidt
Übungsleiterin B-Lizenz für Step/Aerobic/ Bodyworkout
DTB Kursleiter-Lizenz Pilates und Faszio

Frauengymnastik 40 Plus

Diese Sportgruppe besteht aus knapp 25 sportlichen Damen im Alter zwischen 60 und 85 Jahren. Trainiert wird freitagabends von 19 Uhr bis 20 Uhr in der großen TG-Halle in der Jahnstrasse in Bad Camberg.

Die Abteilungsleitung untersteht Gila Bode, die Übungsleiterin ist seit über zehn Jahren Andrea Hartmann-Schmidt.

Die ganze Übungsstunde wird von flotter Musik begleitet, wunschgemäß gerne Titel aus den 60er und 70er Jahren und ganz besonders gerne von der Gruppe ABBA.

Nach einer Aufwärmphase für die Mobilisierung der wichtigsten Gelenke, bleiben wir zunächst weiter im Stand zwecks muskelkräftigender Übungen für den Beine-Po-Bereich, aber auch der Rücken, die Arme sowie die Schultermuskulatur wird mit eingebunden. Immer wieder gibt es zwischendurch auch Bewegungen, welche der körperlichen Stabilität und Haltung dienen. Später dann trainieren wir auch sitzend und liegend auf der Gymnastikmatte. Hier ist unter anderem die Bauchmuskulatur etwas mehr im Fokus.

Wir arbeiten gerne mit dem Redondoball, dem Theraband und 500 g leichten Kleinhanteln. Diese

Hilfsmittel hat die Gruppe sich aufgrund der Hygienemaßnahmen, die im Zuge der Corona-Pandemie eingeführt wurden, privat gekauft. Auch eigene Gymnastikmatten wurden nach dem ersten Lock-Down zu den Übungsstunden mitgebracht. Zum Ausklang der Trainingseinheit wird bei ruhiger Musik ausgiebig gedehnt, bewusst geatmet und geruht.

Im Februar diesen Jahres konnte die Sportgruppe noch ein unbeschwertes gemeinsames Faschingsfrühstück genießen.

Nach dem ersten Lock-Down reduzierte sich die Teilnehmerzahl aus Angst vor dem Virus. Alle freuen sich wieder auf eine bessere Zeit nach der Pandemie. Neue Teilnehmer sind immer herzlich willkommen.

Wer mehr erfahren möchte, der kann uns an folgende Emailadresse schreiben:
Frauen40plus@tgcamborg1848.de

Sportliche Grüße - bleibt gesund

Andrea Hartmann-Schmidt
Übungsleiterin B-Lizenz Step/Aerobic/ Bodyworkout
DTB Lizenz für Kursleiter Pilates und Faszio

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Das abgelaufene Jahr geht sicher als das ungewöhnlichste Jahr in die Geschichte ein, nicht nur bei uns!

Wir haben nur sechs Kursstunden in diesem Coronajahr abhalten können.

Als wir im Sommer alle Entzugerscheinungen hatten, haben wir uns im Josefshaus zum Mittagessen getroffen, natürlich mit Maske!

Nach zweimaligem Stattfinden wurde dann im November ein Präsenztreffen erneut verboten. Die Kursteilnehmer/-innen warten schon sehnsüchtig auf das neue Jahr und damit hoffentlich auf wieder stattfindende Kursstunden.

Heidemarie Gassen

Gerätturnen männlich

Kinderturnen

Die Turnstunde am Mittwoch von 15 bis 16:30 Uhr ist für Jungen ab 6 Jahren und wird durchschnittlich von zwölf Schülern besucht. Die Jungs sind mit sehr viel Eifer bei der Sache. Natürlich kann von einer Turnstunde pro Woche keine große turnerische Leistung erwartet werden. Es geht vielmehr darum, der allgemein beklagten Bewegungsarmut der Kinder bei Sport und Spiel entgegenzuwirken. Leider konnte ich ab März wegen Corona keine Turnstunde mehr halten.

Jugend- und Männerturnen

Neben den Turnern besuchen auch gelegentlich Abiturienten und Studenten die Turnstunde am Freitagabend. Die Einen suchen Hilfe bei der Einübung ihrer Abi-Turnübungen, die anderen kommen, wenn zur Aufnahme des Sportstudiums turnerische Pflichtübungen verlangt werden. Wer also mal seine turnerischen Fähigkeiten testen will, ist freitags ab 20 Uhr herzlich willkommen. Leider konnte diese Turnstunde ab März nur zeitweise durchgeführt werden. Leider musste auch das Training zum Deutschen Turnfest und den Hessenmeisterschaften beendet werden.

Wettkämpfe und Ergebnisse

Leider keine Eintragungen.

Vielen Dank an unsere FSJ-lerin Lea Potthoff für die Mithilfe in den Turnstunden der Jungs. Leider konnte ich mit dem FSJ-ler Marvin Anneke das Training mit den Jungs noch nicht starten.

Rainer Schlicht

Gerätturnen weiblich

Im Jahr 2020 hat es trotz der Corona-Pandemie in der Gerätturnabteilung ein paar Veränderungen gegeben. Die Übungsleiter-Situation hat sich im Lauf des Jahres etwas verändert, weshalb auch die Gruppen angepasst werden mussten. Die Übungsleiterinnen trainierten die vier Gruppen der Gerätturnerinnen wie folgt:

Gruppe	Alter	Trainingszeit	Übungsleiter
Turnmäuse	6-7 Jahre	Mittwoch 17 - 18 Uhr	Maja Urban & Sophie Trawanitschek

Turnkükken	7-8 Jahre	Freitag 17-18 Uhr	Tamara Eckrich & Lena Hermelink
Turnmädels	8-10 Jahre	Freitag 16:30-18 Uhr	Michaela Brands & Andrea Janz
Turnmädels	Ab 10 Jahre	Montag 17:30-19:30 Uhr und Donnerstag 17-19 Uhr	Ineke Fuhrmeister & Kristina Schnierer Ineke Fuhrmeister

Aufgrund der Corona-Pandemie verlief das Turnjahr 2020 völlig anders als gedacht. Die Turnerinnen konnten von Januar bis Mitte März noch normal trainieren und bereiteten sich schon auf den Einzel-Wettkampf vor, der im März stattfinden sollte. Doch dann kam der erste Lockdown wegen Corona, weshalb kein Turntraining mehr möglich war. Außerdem konnten aufgrund von Corona in dieser Saison keine Wettkämpfe ausgetragen werden. Im März hätte der Einzel-Wettkampf und im September der Mannschafts-Wettkampf stattgefunden, den die Gerätturnabteilung der TG gemeinsam mit den Turnerinnen des TV Eisenbach ausgerichtet hätte. Ende August konnte dann schließlich nach Erstellung eines Hygienekonzepts wieder mit dem Turntraining begonnen werden. Nachdem sich die Turnerinnen nach so langer Zeit ohne Turnbetrieb wieder ins Training eingefunden hatten, erfolgte allerdings Anfang November der zweite Corona-Lockdown. Abermals durfte kein Training in der TG Halle stattfinden und auch bis zum Jahresende nicht wieder aufgenommen werden. Für die Turnerinnen bedeutet das, dass sie sich im Jahr 2020 nur 3 ½ Monate zum Training in der Turnhalle gesehen haben, keine Wettkämpfe turnen konnten und auch keine Weihnachtsfeier als Jahresabschluss möglich war, was alles sehr schade ist.

Die Übungsleitersituation und auch die Struktur der einzelnen Turngruppen hat sich 2020 im Vergleich zum Vorjahr verändert. Bei der kleinsten Gruppe, den Turnmäusen, gab es einen Übungsleiterwechsel. Friederike Escher hat nach dem Abitur ihre Übungsleitertätigkeit bei der TG beendet, um ein Freiwilliges Soziales Jahr absolvieren zu können. Seit Ende August wird nun deshalb Maja Urban im Training von Sophie Trawnitschek, beides große Turnerinnen, unterstützt. Für zwei der

drei Montagsgruppen gab es ebenfalls Veränderungen, da die Übungsleiterinnen Tamara Eckrich und Lena Hermelink aus beruflichen Gründen die Leitung dieser beiden Gruppen aufgeben mussten. Die jüngere Montagsgruppe turnt nun freitags zusammen mit einer etwa gleichaltrigen Gruppe. Diese Freitagsgruppe wurde bisher von Michaela Brands mit Unterstützung ihrer Tochter Alyssa trainiert. Um Michi bei der Trainingsarbeit mit der nun größeren Gruppe zu unterstützen, kam Abteilungsleiterin Andrea Janz ab Februar als Übungsleiterin hinzu. Die Turnerinnen der älteren Montagsgruppe von Tamara und Lena turnen nun mit den ältesten Turnerinnen bei den Übungsleiterinnen Ineke Fuhrmeister und Kristina Schnierer ebenfalls montags. Der zweite Trainingstag der älteren Montagsgruppe war bisher der Freitag, Übungsleiterin war ebenfalls Michi. Da Michi allerdings aus privaten Gründen die zweite Freitagsgruppe nicht mehr trainieren konnte, kamen die Mädchen donnerstags zum Training von Ineke dazu.

Alle Turngruppen sind im Moment voll und wir führen eine Warteliste. Leider konnte aufgrund von Corona die bereits bestehende Warteliste nicht „abgearbeitet“ werden. Turninteressentinnen können sich trotzdem gerne melden, allerdings kann es eine ganze Weile dauern, bis ein Probetraining angeboten werden kann. Meldungen gerne an folgende Mail-Adresse:

Geraeturnen-weiblich@tgcamborg1848.de.

Die Jahresberichte der einzelnen Turn-Gruppen:

Turnmäuse (6-7 Jahre alt)

Trainingszeit: Mittwoch 17 bis 18 Uhr
 Übungsleiterinnen:
 bis September: Friederike Escher & Maja Urban
 ab September: Maja Urban & Sophie Trawnitschek

Seit circa zwei Jahren trainieren die Turnmäuse mittwochs von 17 bis 18 Uhr zusammen! Seitdem haben sie tolle turnerische Fortschritte gemacht. So langsam zeigten die Turnmädchen immer mehr Sicherheit an den einzelnen Geräten wie dem Balken oder dem Boden! Die Freude über jedes neue Element, welches gemeinsam durch unterschiedlichste koordinative und lustige Übungen erlernt werden konnte, war groß.

In diesen zwei Jahren haben sich die Mädels toll weiterentwickelt und sind zusammengewachsen.

Jedes Training ist anders und macht den Traineerinnen besonders großen Spaß. Nach dem Friederike Escher im September ihr Freiwilliges Soziales Jahr begonnen hatte, musste sie ihre Übungsleitertätigkeit leider aufgeben. Daher hat Maja Urban Unterstützung von Sophie Trawnitschek bekommen. Seit September trainieren Maja und Sophie die Turnmäuse gemeinsam. Hoffentlich kann bald wieder das Training regelmäßiger stattfinden, denn beide Übungsleiterinnen freuen sich auf viele lustige, tolle und abwechslungsreiche Turnstunden mit den Turnmäusen! Aber das Wichtigste ist: bleibt alle gesund!



Übungsleiterinnen Tamara Eckrich (hinten links) und Lena Hermelink (hinten rechts) mit den Turnküken



Die Turnmäuse mit ihren Übungsleiterinnen Maja Urban (hinten rechts) und Sophie Trawnitschek (hinten links)

Turnküken (7-8 Jahre alt)

Trainingszeit: Freitag 17 bis 18 Uhr
Übungsleiterinnen: Tamara Eckrich & Lena Hermelink

Bei den Turnküken trainieren Mädchen im Alter von 7 bis 8 Jahren immer freitags von 17 - 18 Uhr. Aufgrund der im März begonnenen Corona-Krise konnten wir leider zunächst nicht weitertrainieren und mussten die Ziele, die wir uns gesteckt hatten, in die Zukunft verschieben. Dies bedeutete in unserem Fall eine leider viel zu kurze Trainingsphase von knapp zwei Monaten nach den Sommerferien. Unsere Ziele stehen damit immer noch, denn aufgeschoben ist nicht aufgehoben :). Sobald es uns wieder möglich ist, werden wir also die Grundlagen festigen und uns daran machen, die P-Übungen zu erlernen, um an Wettkämpfen teilnehmen zu können.

Wir freuen uns schon darauf, alle hoffentlich ganz bald gesund wieder in der Halle zu sehen!

Gerätturnen 7-9 Jahre

Trainingszeiten: Freitag 16:30 bis 18 Uhr
(Corona-Zeit 16:45 bis 18:15 Uhr)

Übungsleiterinnen: Michaela Brands & Andrea Janz

Wir hatten uns das Training für das Jahr 2020 sicherlich etwas anders vorgestellt, aber wir haben das Beste daraus gemacht. Wir konnten etliche Monate kein Turntraining anbieten und endlich nach den Sommerferien ging es wieder los.

Die Gruppe hat sich ein bisschen vergrößert, da die gleichaltrige Montagsguppe von den bisherigen Trainerinnen Tamara und Lena nicht mehr weitertrainiert werden konnte. Die Turnmädchen der Montagsguppe wechselten deshalb in unsere Freitagsguppe, so dass Andrea Janz und ab und zu auch Michis Tochter Alyssa als Übungsleiterinnen dazu kamen, um einen reibungslosen Trainingsablauf zu gewährleisten und das Hygienekonzept gut umzusetzen.

Bis nach den Herbstferien konnten wir wieder regelmäßig unser Training anbieten und die Mädels hatten alle wieder sehr viel Spaß und freuten sich neue Turnelemente zu lernen. Leider mussten wir das Training aufgrund des zweiten Corona-Lockdowns wieder frühzeitig beenden. Wir hoffen nun alle, dass wir 2021 wieder regelmäßig Training anbieten und vielleicht auch unseren ersten offiziellen Wettkampf mit den Mädels vorbereiten und tunnen können.

Wir freuen uns schon darauf, euch alle bald wieder zu sehen! Bleibt alle gesund!



Die Turnerinnen der Freitagsgruppe werden von Michaela Brands (links) und Andrea Janz (rechts) trainiert

Turnmädels ab 10 Jahre

Trainingszeit: Montag 17:30 bis 19:30 Uhr und Donnerstag 17 bis 19 Uhr
(Corona-Zeit Montag 17:30 bis 19:30 Uhr und Donnerstag 17 bis 18:45 Uhr)

Übungsleiterinnen:

Montag: Ineke Fuhrmeister & Kristina Schnierer

Donnerstag: Ineke Fuhrmeister

Ein erfolgreiches Turnjahr 2020 geht zu Ende ... das war eigentlich das Ziel der ältesten Turnerinnen für das vergangene Jahr. Aber leider verlief das Jahr ganz anders als geplant. Es begann mit zwei Monaten intensivem Training für die Vorbereitungen des Einzelwettkampfes. Absage wegen Corona, Trainingsverbot für alle Vereine.

Mit einem gut ausgearbeiteten Hygienekonzept konnten wir nach den Sommerferien mit neuem Elan wieder starten. Die Zusammensetzung der Gruppe hatte sich verändert: Die Turngruppe, die bisher montags und freitags Training hatte, kam zur Gruppe von Ineke und Kristina dazu. Das bedeutete von nun an trainierten Ineke und Tina die Mädchen ab 10 Jahren komplett zusammen. Es gibt also montags nur noch eine etwas größere Gruppe. Unser Ziel war und ist es, den Leistungsstand der einzelnen Turnerinnen der Gruppe anzugleichen und uns mit neuen turnerischen Elementen auseinanderzusetzen sowie neue und alte Übungen zu erarbeiten und zu festigen. Bis nach den Herbstferien konnten wir regelmäßig mit viel Spaß und Enthusiasmus an den Zielen arbeiten. Schade, dass wir aufgrund des 2. Corona-Lockdowns verfrüht in die Weihnachtspause mussten. Jetzt freuen wir uns darauf, im kommenden Turnjahr unser Training wieder aufzunehmen, gemeinsam zu turnen und unseren Leistungsstand zu verbessern.



Übungsleiterinnen Ineke Fuhrmeister (links) und Kristina Schnierer (rechts) mit den größten Turnerinnen. Leider fehlen einige Turnerinnen auf dem Bild.

Hochzeit bei den Turnerinnen

Unsere Übungsleiterin Kristina Schnierer hat im Sommer 2019 standesamtlich geheiratet und im Sommer 2020 feierte sie noch die kirchliche Hochzeit. Einige Turnerinnen waren bei der kirchlichen Hochzeit dabei und freuten sich mit Kristina über das schöne Ereignis. Herzlichen Glückwunsch liebe Kristina und lieber Leonard!



Die Turnerinnen gratulieren Tina und Leonard zur Hochzeit

Leistungsriege 40+

Die ehemaligen Turnerinnen der Leistungsriege 40+ haben sich in den letzten Jahren als Leistungsriege 40+ einmal im Monat zum Turntraining getroffen. Aufgrund der Corona-Pandemie hat im Jahr 2020 leider kein Training stattgefunden. Hoffentlich klappt es in 2021 wieder besser!

Trauer um Bruni van de Pas

Am 10. Dezember ist Bruni van de Pas gestorben, die die Leistungsriege im Jahr 1969 gegründet und 20 Jahre geleitet hat. Jahrzehntlang war die Turngemeinde – und vor allem die Turnerinnen – mit Bruni durch das Gerätturnen eng verbunden. Durch ihren Tod verlieren wir eine herausragende Persönlichkeit, die mit ihrem großen Engagement eine wunderbare Turntruppe aufgebaut hat und dieser bis zum Ende treu geblieben ist. Sie hat mit ihren Turnerinnen bei vielen Wettkämpfen zahlreiche Erfolge erzielen können. Das Wichtigste – neben den sportlichen Erfolgen der Leistungsriege – ist der Zusammenhalt der Turnerinnen und die Freundschaften, die entstanden sind.



Bruni im Kreise einiger ihrer ehemaligen Turnerinnen

Nun hoffen wir, dass 2021 die Corona-Situation sich langsam bessert und dass wir Gerätturnerinnen und alle anderen Abteilungen der Turngemeinde ihr gewohntes Training wieder aufnehmen können. Bleibt alle gesund!!!

Text: Ineke Fuhrmeister, Kristina Schnierer, Michaela Brands, Tamara Eckrich, Lena Hermelink, Maja Urban, Sophie Trawnitschek, Andrea Janz

Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

Kursleitung: Irene Raatz, Liz. B-Trainer „Sport in der Prävention“ des LSB Hessen

Termine: Donnerstag 8:45 Uhr bis 9:45 Uhr im Gymnastikraum
Donnerstag 10 Uhr bis 11 Uhr im Gymnastikraum

Das Sportangebot ist mit dem Gütesiegel SPORT PRO GESUNDHEIT des Landessportbundes zertifiziert.

In diesem Kurs wird dem Bewegungsmangel und den daraus resultierenden Gesundheitseinschränkungen, wie z.B. Rückenschmerzen, durch systematisches und abwechslungsreiches Training vorgebeugt. Je mehr Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit trainiert wird, desto leichter fallen die körperlichen Belastungen im Alltag und Beruf. Hier trainiert die gemischte Gruppe mit Sportgeräten wie Therabändern, Hanteln, Brasils, Bällen, Stäben und Steppern / Aerosteppern. Die Stärkung der Tiefenmuskulatur durch sensomotorisches Training macht den Teilnehmern viel Spaß und die Trainingseffekte durch das „Gewackel“ sind beachtlich.

Die stetig wachsende Teilnehmerzahl zeigt, dass das Interesse an der TG und der Spaß an abwechslungsreicher Bewegung großgeschrieben wird. In den Kursen finden sich alle Altersklassen zu gemeinsamen, den Belastungen angepassten, Trainingseinheiten wieder.

Aufgrund der Einschränkungen durch die Corona-Pandemie wurden nur bis März Kurse angeboten. Weitere Kurse sind nicht möglich gewesen.

Irene Raatz

Happy Dance

"Happy Dance" wurde von mir, der Übungsleiterin Andrea Hartmann-Schmidt, im Jahr 2013 bei der TG ins Leben gerufen.

Die Übungsstunde wird als 10er-Kurs angeboten. Das Training findet mittwochmorgens in der großen TG-Halle in der Jahnstraße statt. Vor dem ersten Lockdown begann die Stunde um 9:30 Uhr und endete um 10:30 Uhr. Nach der Wiedereröffnung ab Ende Mai wurde die Kurszeit auf 9 bis 10 Uhr festgelegt.

Eine gute Hand voll Damen sind bereits von Anfang an dabei. Die Anzahl der Teilnehmerinnen liegt zwischen 15 und 20 Personen. Mitmachen kann jeder, der Spaß an Bewegung, Tanz und Musik hat.

Happy Dance ist eine Kombination aus dem klassischen Aerobic Sport und einigen anderen Tanzstilen aus dem Lateinamerikanischen sowie dem Pop und Rock'n'Roll. Gearbeitet wird gerne mit aktuellen und auch älteren Charthits der verschiedenen Genres. Wunschtitel werden auch gerne berücksichtigt, wenn es möglich ist.

Kleine und vor allem leichte Choreographien werden erarbeitet. Diese gehören dann jeweils bleibend zu einem bestimmten Song. Der Spaßfaktor ist enorm groß. Alle kommen ganz schön ins Schwitzen und steigern dabei die Fitness ihres Körpers, aber auch ihres Geistes, denn der koordinative Anspruch darf nicht unterschätzt werden.

Die Corona-Pandemie hat uns in diesem Jahr nur recht wenige Wochen tanzen lassen. Zwischen dem ersten und dem zweiten Lockdown minimierte sich die Teilnehmerzahl etwa um ein Drittel aus Angst vor dem Virus.

Die Bedingungen in Bezug auf Abstand und Hygiene in der großen TG-Halle waren allerdings aus meiner Betrachtungsweise absolut in Ordnung.

Die sozialen Aktivitäten außerhalb der Übungsstunden, wie gemeinsames Frühstück, Theater- oder Kinobesuch, blieben in diesem Jahr leider auf der Strecke.

Wer mehr erfahren möchte, kann mich gerne unter folgender E-Mail-Adresse anschreiben:

happy-dance@tgcamborg1848.de

Andrea Hartmann-Schmidt
Übungsleiterin B-Lizenz Step/Aerobic/Body-workout
DTB lizenzierte Kursleiterin Pilates und Faszio

Karate



Die Karate Abteilung ist zurzeit 81 Mitglieder stark, davon 43 Kinder und Jugendliche. Alle sind mit Begeisterung zum Training in die Turnhalle der Freiherr-von-Schütz-Schule gegangen. Bis sich dann die Ereignisse, die uns alle das ganze Jahr über sehr stark einschränkten, überschlugen. Unsere Trainingszeiten in der Turnhalle der Freiherr-von-Schütz-Schule haben bis heute nicht stattfinden können. Diese Halle ist seit Anfang der Corona-

Pandemie gesperrt. Unter normalen Umständen würde zu folgenden Zeiten trainiert:

Montag, 18 bis 19 Uhr Kinder/Fortgeschrittene

Montag, 19 bis 20:30 Uhr Jugend/Erwachsene

Donnerstag, 17:30 bis 18:30 Uhr Kinder

Donnerstag, 18:30 bis 19:30 Uhr Kinder/ Fortgeschrittene

Freitag, 17 bis 18:15 Uhr Schüler/Jugend

Freitag, 18:30 Uhr Jugend/Erwachsene.

Den aktuellen Stand kann man bei Abteilungsleiter Roland Seip erfahren.

Wenigstens in den Sommerferien konnte aber in der TG-Halle an drei Montagen Training für Erwachsene angeboten werden. Nach den Ferien konnten wir dann vorübergehend ein paar wenige, nicht genutzte Hallenzeiten von Basketball und Prellball übernehmen, bis der Sportbetrieb allseits wieder eingestellt werden musste.

Die diesjährigen Hessenmeisterschaften, an denen wir hätten teilnehmen wollen, fanden nicht statt.

Zurzeit ist die Zukunft offen, wir hoffen jedoch alle, dass es bald wieder aufwärts geht. Das wünsche ich uns allen, besonders aber unseren jüngsten in der Abteilung. Wir vermissen die strahlenden Gesichter, zum Beispiel nach einer bestanden Prüfung.



Kinderabteilung

Abteilungsleitung: Karen Heinen

Die Abteilung umfasst Angebote für Kinder im Alter von einem Jahr bis Schuleintritt: Kleinkinderturnen (Montag- und Freitagnachmittag, 3 bis 6 Jahre), Eltern-Kind-Turnen (Donnerstagvormittag, 1 bis 3 Jahre), Kindertanzen (Mittwochnachmittag, 3 bis 6 Jahre), das integrative Turnen unterschiedlicher Kitagruppen und der Vorschulkinder der Freiherr-von-Schütz-Schule (Dienstag- und Mittwochvormittag) und das Turnen der Gruppen der Kita St. Marien (Montagvormittag).

ÜbungsleiterInnen der Abteilung sind Rosy Löhr, Anna Voht, Marvin Annecke-Petri und Karen Heinen.

Nach dem ersten Lockdown, der Mitte März begann, fanden bis September keine Angebote statt. Mitte September starteten wir dann wieder unter entsprechenden Corona Auflagen. Die Eltern und Übungsleiter trugen beim Bringen und Holen der Kinder Mund-Nasen-Schutz und wir halbierten beim Kleinkindturnen die Kindergruppen, so dass sich deutlich weniger Kinder gleichzeitig in der Halle aufhielten. Die Turn- und Tanzstunden selbst wurden ohne Mund-Nasen-Schutz gehalten. Die Eltern und Kinder des Kleinkindturnens hatten Verständnis dafür, dass aufgrund der Gruppenverkleinerung die Kinder nur alle 14 Tage turnen konnten. Die Turngeräte wurden nach jeder Stunde mit Seifenlauge abgewaschen, die Hände desinfiziert, die Halle 30 Minuten gelüftet. Bei den Turnstunden verzichteten wir zudem größtenteils auf Übungen, bei denen die Kinder körpernahe Hilfestellung durch die Übungsleiter benötigten. Ab November war dann die Halle leider wieder gesperrt, so dass das restliche Jahr wieder kein Training stattfand.

Das ist vor allem für unsere Newcomerin in der Abteilung, Anna Voht, bedauerlich. Mit viel Vorfreude und Engagement war sie, nachdem wir eineinhalb Jahre nach einer Übungsleiterin gesucht hatten, im März mit einem Kindertanzangebot gestartet, das dann nach einigen Stunden wieder ruhen musste. Auch im September und Oktober waren ihr nur wenige Stunden vergönnt. Ähnlich erging es natürlich unserem neuen FSJ-ler Marvin, der ja zusammen mit Erzieherinnen und Lehrerinnen das integrative und das Kita-Turnen hält. Wir hoffen, dass er doch noch einige Male hier tätig sein darf!

Nachdem klar ist, dass es so schnell kein zeitnahes Präsenztturnen und -tanzen geben wird, werden wir im Februar 2021 auch in dieser Abteilung beginnen, ein Online Training anzubieten, um die Kids in Bewegung und den Kontakt aufrecht zu erhalten. Dazu erhalten wir dankenswerter Weise Unterstützung durch den Kinderturnclub des Hessischen Turnverbandes, der uns mit Ideen und Vorschlägen für solche Online-Turnstunden versorgt hat. Natürlich sind auch hier die Kreativität und das technische Knowhow der Übungsleiter gefragt.

Wir sind sicher, dass dieses Angebot auch in die-

ser Abteilung dankbar aufgenommen wird und hoffen, uns bald wieder in der Halle treffen zu können!

Karen Heinen

Lauf- und Walkingtreff

Lauftreffleitung Wolfgang Raatz,
Liz. B-Trainer „Sport in der Prävention“ des Isb h
Lauf-Walking und Nordic Walking Trainer des HLV

Termine: April bis September immer donnerstags um 19 Uhr, Sommertraining
Oktober bis März immer samstags, um 15:30 Uhr, Wintertraining
Walking, Nordic Walking und Laufen jeweils eine Stunde.

Treffpunkt ist der Parkplatz Vorderwald, ca. 300m hinter dem Waldschloss.

Der TG Lauf- und Walking-Treff hat im abgelaufenen Jahr, Corona bedingt, nur unregelmäßig stattgefunden. Leider kommen zum Lauftreff nur noch wenige Aktive, zurzeit nur noch fünf Läufer, zwei Walkerinnen und vier Nordic Walker.

Das abgelaufene Jahr 2020 wird für den Lauftreff wie für alle in der TG-Familie in Erinnerung bleiben. Im August wollten wir unser 40-Jähriges feiern. Dazu ist es aus bekannten Gründen nicht gekommen.

Die Aktivitäten im Freien wurden über Wochen eingeschränkt und seit Oktober ganz eingestellt.

Dank Brigitte Thies, die sich seit Jahren um den 2-Stundenlauf für Nordic Walker kümmert, kamen auch in diesem Jahr wieder vier Teilnehmer in den Genuss, sich gemeinsam zu betätigen. Die Läuferinnen und Läufer starteten dazu Ende September am Laufreffparkplatz und gingen auf die Strecke ins Dombachtal. Am Ende hatten alle Teilnehmer ihren Spaß.

Den Silvesterlauf mussten wir, wie alle Aktivitäten in diesem Jahr, leider absagen.

Alle Lauf- und Walking-Betreuer (-innen) sind weiterhin im Einsatz und tragen dazu bei, dass alle Trainingsangebote des Bad Camberger Lauf- und Walking-Treffs fachkundig betreut werden.

Wolfgang Raatz

Leichtathletik

Ein turbulentes Jahr 2020 ist für unsere Athleten und Trainer zu Ende gegangen. Trotz erschwelter Bedingungen dennoch nicht minder gekrönt von Erfolgen. Überschattet wurden diese durch den plötzlichen und völlig unerwarteten Tod unseres Trainers Wilko Schinker im Sommer. Bereits zu Beginn des Jahres mussten wir Abschied von Karl-Heinz Viehmann nehmen, der uns nach langer schwerer Krankheit für immer verlassen hat.

Die Leichtathletikabteilung sucht dringend einen neuen Trainer für unsere Talentnachsgruppe ab 12 Jahren. Es ist nur eine kleine Gruppe von fünf bis zehn Kindern, die alle Spaß an der Leichtathletik haben. Auch würden wir gerne eine Breitensportgruppe eröffnen, auch dafür wird ein Trainer gesucht.

Es ist dabei egal, ob Du schon Erfahrungen mit Training hast oder einfach nur Spaß daran mit Kindern zusammenzuarbeiten. Meldet euch!

Altersgruppe/ Schwerpunkt	Trainingszeit*	Übungsleiter
6 – 7 Jahre	Di 17-18 Uhr	Kaja Prochazka/ Luca Wimbes
8 – 9 Jahre	Di 16:30-18 Uhr Do 16:30-18 Uhr	Anna Konrad/ Maximilian Konrad
10 – 11 Jahre	Di 16:30-18 Uhr	Wioletta Tasch
ab 12 Jahren Talentnachwuchs	Di/ Do 18-19:30 Uhr	(Eva Michalek)
ab 14 Jahren Disziplinbereich: Sprung	Di/ Do 18-20 Uhr Mi 17:30-19:30 Uhr Sa 10-12 Uhr	Anna Konrad/ Maximilian Konrad
ab 14 Jahren Disziplinbereich: Wurf	Di/ Do 18-20 Uhr Sa/ So 10-12 Uhr	Wioletta Tasch
ab 14 Jahren Disziplinbereich: Sprint/ Langsprint/ Mittelstrecke	Di/ Do 18-20 Uhr Sa/ So 10-12 Uhr	Kim Eidam

Jedermann Leichtathletik und „Ehemalige“	Do 19:30-21:30 Uhr	Gudrun Fiedler
--	--------------------------	----------------

*Trainingsnormalbetrieb, momentan wegen Covid-19 ausgesetzt.

Jeder, der gerne die Leichtathletik ausprobieren möchte, ist herzlich willkommen. Wendet euch einfach direkt an die Trainer oder unsere Abteilungsleiter Milena und Sonja (Kontakte auf der Homepage).

Sportlich begann das Jahr schon einmal vielversprechend. Bei den Hessischen Winterwurfmeisterschaften im Januar überzeugte im roten TG-Dress vor allem Brikena Gashi. Egal ob in ihrer Altersklasse oder einer darüber, war sie in ihren Paradedisziplinen, dem Hammer- und Diskuswurf, immer ganz vorne mit dabei. Lennart Bessems und Marian Hartmann waren im Diskuswurf der Jungs nicht weniger erfolgreich. Auch Maren Zirfas warf den Speer über die 30 Metermarke. Neben unseren Werfern war auch Maxim Bastian ohne Wurfgerät über die 60 m rasend schnell unterwegs und lief eine glänzende Zeit von 8,62 sec.



Normalerweise würden wir an dieser Stelle über unsere alljährliche Trainingsvorbereitung im Trainingslager berichten. So ging es aber für unsere Athleten anstatt nach Italien in den Lockdown mit Hometraining. Viel Engagement, Kreativität und vor allem sehr viel Geduld waren gefragt. Umso mehr freuten wir uns, dass im Mai der Trainingsbetrieb zum Teil endlich wieder aufgenommen

werden konnte und die Athleten nicht mehr in Eigenregie, sondern wieder mit ihren Trainern auf und in den Sportstätten trainieren durften.

Neben den tollen Erfolgen bei Hessischen Meisterschaften und neuen persönlichen Bestleistungen, mussten wir einen herben Rückschlag einstecken, der uns immer noch zutiefst traurig macht, der unerwartete Tod unseres Sprinttrainers Wilko Schinker.

Im Alter von nur 56 Jahren ist Wilko am 01. Juni 2020 viel zu früh verstorben und hat eine sehr große Lücke hinterlassen.

Als passionierter Sprinter hat er von Anfang an die Athleten mit seiner akribischen Arbeit zu wahren Sprintern geformt. Bei Wind und Wetter stand Wilko mit seinen Athleten auf dem Platz, im Wald oder auch in der Halle, immer im Fokus – die Verbesserung seiner Athleten. Für die Athleten war Wilko nicht nur ihr Trainer, er war Mentor, Ratgeber und vor allem, ein sehr guter Freund. Umso mehr erfreut es uns, dass Kim Eidam, als eine seiner ehemaligen, erfolgreichen Athletinnen nun in die großen Fußstapfen Wilkos tritt und die Trainingsgruppe weiterführt.



Die sehr abgespeckte Freiluftsaison nutzten unsere Athleten dennoch hervorragend. So wurde sich nicht auf Regional- oder Süddeutschenmeisterschaften profiliert, sondern auf Sportfesten im Umkreis. Highlight waren die Hessischen Meisterschaften, die in den August verschoben worden waren. Es purzelten wieder persönliche Bestleistungen, wie bei Tom Duchardt über die 100 m. Er sprintete 12,76 sec und verpasste damit nur knapp das Treppchen. Auch Marian Hartmann (4. Kugeln/ 8,90 m; 4. Diskus/ 34,50 m) und Lennart Bessems (5. Diskus/ 33,48 m) konnten in ihren Wurfdisziplinen wieder einmal überzeugen. Im Weitsprung wurde Lennart mit 4,79 m Achter. Neben unseren männlichen Vertretern gingen natürlich Brikena Gashi (2. Hammer/ 41,51 m; 4. Diskus/ 29,20 m) und Miriam Reichert (7. Speer/ 22,68 m) sehr erfolgreich an den Start.

Ein Wort noch zu Brikena. Nicht nur, dass sie endlich die magischen 40 m im Hammerwurf geknackt hat, gleichzeitig bescherte ihr diese tolle Leistung auch die Nominierung zur Junioren Sportlerin des Jahres durch die Max-Stillger-Stiftung vom HLV. Auch der Camberg-Anzeiger konnte ihre Leistungen nicht unkommentiert lassen, sodass sie von diesem zu einer der „CA-Sportler des Jahres 2020“ ernannt wurde.



Unsere älteren Jahrgänge (U18/U20) präsentierten sich aber ebenfalls von ihrer besten Seite. So erreichte Kim Eidam (neben ihrer Trainertätigkeit ist sie selbst immer noch auf Hessenebene erfolgreich) im B-Finale über die 100 m mit 12,95 sec eine starken 4. Platz. Das Finale verpasste Marija Dedic, die gute 13,35 sec lief, knapp. Neben Kim und Marija ging im Speerwurf Maren Zirfas an den Start, die mit 30,05 m den 7. Platz belegte. Ein sicherlich ärgerlicher Wettkampf für sie, da diese Weite als ihr einzig gültiger Versuch am Ende des Tages zu Buche stand.

Insgesamt konnten unsere Athleten starke Platzierungen unter den ersten acht bei Hessischen Meisterschaften erkämpfen. Diese wurden als einzige höherklassige Meisterschaften ausgetragen. Im Kreis schafften es gleich 13 Athleten in Bestenliste des Jahres:

Männer	100 m	11,75 sec Jonas Eufinger
Jugend 14	100 m	12,76 sec Tom-Leander Duchardt
		13,52 sec Noel Pauly
		13,98 sec Niklas Janz
		14,21 sec Lennart Bessems
Kugelstoßen		10,98 m Marian Hartmann
		9,55 m Noel Pauly
Diskuswurf		34,60 m Marian Hartmann
		33,48 m Lennart Bessems
		26,30 m Noel Pauly
Senioren M40	Halbmarathon	2:12:15 h Andreas Hofmeister
wJ U20	100 m	12,95 sec Kim Eidam
wJ U18	100 m	13,35 sec Marija Dedic
W15	Diskuswurf	29,94 m Brikena Gashi
	Hammerwurf	41,51 m Brikena Gashi
	Speerwurf	22,68 m Miriam Reichart
Seniorinnen W50	Halbmarathon	2:02:48 h Ellen Kreis

In der HLV-Bestenliste 2020 sind unsere Athleten in ihren Altersklassen insgesamt 9-mal gelistet:

Brikena Gashi	2. Platz Hammerwurf W15
	7. Platz Hammerwurf wJ U18
	3. Platz Diskuswurf W15
Marian Hartmann	6. Platz Diskuswurf M14
	7. Platz Kugelstoßen M14
Lennart Bessems	7. Platz Diskuswurf M14
Tom-Leander Duchardt	8. Platz 100 m M14
Kim Eidam	10. Platz 100 m wJ U20
Maren Zirfas	15. Platz Speerwurf wJ U18

Dazu konnte sich in der DLV-Bestenliste Brikena Gashi mit Platz 15 im Hammerwurf und Platz 45 im Diskuswurf der W15 und Marian Hartmann mit Platz 46 im Diskuswurf der M14 verewigen. Herzlichen Glückwunsch zu dieser tollen Leistung.

Anfang Mai rief der Leichtathletikkreis Limburg-Weilburg die Virtuellen Süwag Energie AG Kreismeisterschaften 2020 aus. Bis Juni konnten im Kinderzimmer, im Garten oder im Wald fünf verschiedene Übungen absolviert werden. Kiara Löw erreichte Erfolge vor allem im Seilspringen (73 Sprünge/Minute). Über die 1000 m war sie mit 3:04 sec die Schnellste. In den Unterarmstütz schlug sich Niklas Mühle (2:05 sec) hervorragend. „Virtuelle Süwag Energie AG Kreismeister 2020“ konnte sich aus TG-Sicht Raphael Götz (M7) nennen. Herzlichen Glückwunsch.

Zum nächsten virtuellen KiLa-Cup wurde bereits ausgerufen, mal sehen wie sich unsere Jüngsten dort schlagen.

Somit geht eine kurze, knackige und nicht ganz unerfolgreiche Wettkampfsaison für unsere Athleten zu Ende. Inwieweit im 2021 wieder Wettkämpfe ausgerichtet werden, ist noch fraglich. Nichtsdestotrotz wird schon wieder eifrig geschwitzt um dann, wenn es wieder darauf ankommt, auf dem Treppchen ganz oben zu stehen.

Bis dahin bleibt uns nichts anderes übrig, als Stärken zu entwickeln und Schwächen abzubauen und vor allem darauf zu achten, gesund zu bleiben. Wir danken allen Trainerinnen und Trainern, die oft mehrmals in der Woche im Einsatz sind, sowie deren Angehörigen. Auch den TG-FSJ-lern Lea und Marvin ist für ihre Unterstützung ein besonderer Dank auszusprechen. Auch sagen wir ein herzliches Dankeschön an die vielen unterstützenden Eltern, die oftmals die Athletinnen und Athleten zum Training fahren und zu Wettkämpfen begleiten und betreuen.

Christian Schütz, Milena Hümmer, Sonja Bogner

LNB – „Slow Motion“ in Balance und beweglich durch Engpassdehnung

Die „Slow Motion“-Stunde beginnt mit einer Bewegungsabfolge im Stehen oder im Liegen und wärmt die Teilnehmer für die Engpassdehnungen auf. Zielgerichtete Gelenkdehnungen in individueller Position verhelfen bei regelmäßiger Ausführung zur Erhaltung bzw. Erreichung einer besseren, schmerzfreieren Beweglichkeit.

Die Stunde wird mit unterschiedlichen Achtsamkeitsübungen beendet, sodass die nötige Bett-schwere gut genutzt werden kann, um zu Hause entspannt ins Bett gehen zu können. Einblicke in diversen Kulturen zu Achtsamkeit werden auch mal mit einem Lachen begleitet, wie zum Beispiel das weite Aufreißen des Mundes und Grimassen-Schneiden wie beim Yoga, oder eine Beckenboden-Übung nach der Schweizerin Benita Cantieni.

Leider fand in der Lockdown-Phase kein Training statt.

Mittwochs von 20:30 bis 21:30 Uhr für jedermann und -frau in jedem Alter. Details gerne bei Jeanette Truhöl unter LNB@tgcamberg1848.de.

Lungensport

Der Lungensport konnte dieses Jahr trotz großer Verzögerung, dank Corona, doch noch starten!

Und obwohl uns Corona seit Beginn begleitet und auch jetzt wieder dazwischenfunkelt, konnten wir uns in der Gruppe schonmal kennenlernen und auch schon tätig werden. Im Sommer war es soweit: Wir haben uns mit einer zunächst kleinen Gruppe auf der Turnerwiese getroffen und die Grundlagen des Atemtrainings kennengelernt. Nach ein paar Einheiten an der frischen Luft, blühten meine Teilnehmer sogar zu Höchstleistungen im Staffellauf auf.

Unsere Gruppe ist rasch größer geworden, sodass inzwischen bereits eine zweite Gruppe nachmittags zusammenkommt. Im Herbst konnten wir in der Turnerstubb mit zunächst offenem Fenster auch in der kalten Jahreszeit weitermachen. Seit November setzt der Lungensport aus, aber ich bin guter Dinge, dass im kommenden Jahr der Betrieb wieder aufgenommen werden kann und dann auch für neue Interessierte zur Verfügung steht.

Trainingszeiten: dienstags 9 bis 10 Uhr und 16:30 bis 17:30 Uhr

Weitere Informationen auf der Homepage: <https://www.tgcamberg1848.de>

Matrosen TG-Salonboot

Auch wenn es im Rückblick auf das Jahr 2020 unmöglich erscheint, die Fassenacht hat erfreulicherweise noch stattgefunden und damit war es für das Salonbötche in 2020 die 13. Teilnahme am Handkarrenumzug.

Am 8. Februar 2020 erging der Befehl zum Aufmustern des Salonbötches, welches im Trockendock im Marktplatz 2 bereits darauf wartete. Aufgrund erneuter fehlender Stillstandswartung war wieder viel zu tun; mit tatkräftiger Unterstützung von zehn Matrosen war das Salonbötche inklusive Beibötche aber schnell einsatzbereit und seefest für die Fahrt durch die Handkarrenumzugsstraßen Bad Cambergs.



Der Klumbetest durch Annika war auch erfolgreich, so dass am 22. Februar 2020 auch die Klumbe zum Werffe gebunkert werden konnten.

Nach dem bis in die Morgenstunden dauernden Dienst von sieben Matrosen im CVC-Zelt am Fasensachtsfreitag (21. Februar 2020) zur Unterstützung des CVC bei der „Kölsche Nacht“ traf sich ein Teil der 29-köpfigen Mannschaft am 23. Februar 2020 zum gemeinsamen Frühstück im „Amthof-Café“.



Der kurze Weg zur Werft führte danach „über de Marktplatz zu Schütze in de Hof“, nach dem Antreten wurde der Marschbefehl ausgestellt für die Teilnahme am Handkarrenumzug 2020.



„Die Mannschaft beim Antreten: es fehlen Annika, Katja, Markus Glasner, Michael Pflüger, Jürgen Müller, Yassi und Christian Schütz, Bernd Pflüger“.

Danach erfolgte der Marsch zum zugewiesenen Aufstellplatz in der Lahnstrasse.



Nach ereignisreicher Fahrt, leider wieder ohne Admiral, aber mit viel Helau, endete die Fahrt durch die Handkarrenumzugsstraßen Bad Cambergs auf dem Marktplatz mit Abschluss im Zelt im Amthof. Am Aschermittwoch, dem 26. Februar 2020, war dann schon wieder alles vorbei.

Abgemustert wurde am 29. Februar 2020 mit der Fahrt ins Trockendock bis zur nächsten Fassenacht, die in 2021 leider nicht in gewohnter Form stattfinden wird. Stattdessen erfolgen nun die Vorbereitungen für die Großfastnacht im Jahre 2022 an der das Salonboot seiner Majestät des Prinzen wieder teilnehmen wird.

Auch Nachwuchs konnten wir verzeichnen, die Leichtmatrosin Caro brachte im März 2020 mit Jonah einen Jungen zur Welt. Der Stammtisch der Matrosen im Rahmen des Sommerfestes, welches am 28. Juni 2020 vorgesehen war, fand aufgrund der Versammlungsbeschränkungen leider nicht statt. Nachdem auch der Beginn der neuen Session am 11.11.2020 nur sehr eingeschränkt und virtuell stattfand, endete ein weniger ereignisreiches Jahr 2020 mit der Aussicht auf eine „wie auch immer Fasnacht 2021“.

Der Kapitän des Salonbootes
Michael Pflüger

Montagsbuben

Die Gymnastik für Männer ab 30 findet regelmäßig montags ab 20:30 Uhr in der TG-Halle in der Jahnstraße statt. Das Trainingsprogramm ist in drei Einheiten aufgeteilt: ½ Stunde Aufwärmen/Gymnastik in der Halle und im Gymnastikraum,

½ Stunde Kraftsport und ½ Stunde Ballspiele (Basketball, Tischtennis, Fußball, Hallenhockey oder Badminton) im monatlichen Wechsel. Dabei wird der Gymnastikteil in der Halle bzw. Gymnastikraum von unseren Übungsleitern Volker Reichart und Manfred Wiemann und das Krafttraining im TG Studio im Wechsel von unseren beiden Übungsleitern Oliver Roth sowie Christian Schütz betreut. Wenn unsere Übungsleiter mal verhindert waren, standen Rainer Schlicht oder auch Werner Gewehr als Vertreter zur Verfügung. Die Beteiligung lag in der TG-Halle bei durchschnittlich etwa 32 Aktiven.

So der Normalfall und in diesem Jahr auch bis zum März so gewesen. Dann kam die Covid-19-Pandemie. Bei den Montagsbuben wurde sowohl beim 1. Lockdown ab Mitte März als auch beim 2. Lockdown Light ab Mitte November online trainiert. Hier waren unsere Übungsleiter Christian und Volker vor der Kamera und die Buben zu Hause vor dem Bildschirm aktiv. Hardware- bzw. auch z.T. softwaretechnisch hatten dabei Stefan Gotthardt, Bernd Heinen und Jörg Pfister unterstützt.

Zwischen den beiden Lockdowns gab es im Sommer auch wieder die abendlichen Radtouren, die von Ende Juni bis Mitte August durchgeführt wurden. Neben den Montagabendtouren fand diesmal im August auch wieder eine Eintagestour unter der Leitung von Rainer Schlicht statt. Höhepunkt der Radsaison war unsere von Klaus Barth und Uwe

Wloczyk organisierte Zweitagestour in die Pfalz Ende August. Eine Alpentour mit dem Rad durfte natürlich in 2020 auch nicht fehlen.

Auf Grund der Pandemie hatten wir in diesem Jahr kurz vor Weihnachten eine virtuelle Weihnachtsfeier.

Junge Sportler ab 30 Jahren sind sehr willkommen.

Ralf Schröder

Musikabteilung

BLASORCHESTER

Abteilungsleiter Monika Eufinger und Oliver Lenz /
Dirigent: Mathias Müller

Das Blasorchester der Turngemeinde Camberg besteht aus Musikerinnen und Musikern aller Altersstufen. Neben dem Spaß an der Musik steht auch die ständige Weiterentwicklung des Einzelnen und des Orchesterklangs im Fokus. Ein weiteres unserer Hauptziele ist die Nachwuchsförderung und die Integration von "Jung" und "Alt". Unser Repertoire reicht von moderner und sinfonischer Blasmusik bis hin zur Festzeltstimmung. Wir sind fester Bestandteil vieler kultureller Veranstaltungen in Bad Camberg. Darüber hinaus leisten wir aber auch gerne einen sozialen Beitrag für unsere Stadt - so engagieren wir uns in vielfältiger Weise, wenn es um den "guten Zweck" geht.

Wir sind ständig auf der Suche nach interessierten Musikern! Wenn Du Interesse hast, melde dich bei unseren Abteilungsleitern Monika Eufinger oder Oliver Lenz. Wir freuen uns auch auf einen Besuch in unserer Probe, immer dienstags ab 19 Uhr im Übungsraum in der Turnhalle der TG Camberg 1848 e.V., Jahnstraße 1.

Probe: dienstags von 19 Uhr bis 21:30 Uhr

In vielen Bereichen des Lebens hat die Corona-Pandemie zum Stillstand geführt - nicht so in unserer Musikabteilung. Im Folgenden einige Kurzberichte zu besonderen Ereignissen:

März 2020 - COVID 19 führte zur Absage des Kirchenkonzertes

Das Blasorchester der TG Camberg 1848 e.V. musste sich schweren Herzens dazu entschließen, sein Kirchenkonzert am 15. März 2020 um 17 Uhr in der katholischen Pfarrkirche aufgrund der herrschenden Gesundheitslage, COVID-19 betreffend, abzusagen.

Wir hatten dabei die Verantwortung gegenüber unseren Musikerinnen/Musikern und Besuchern, aber auch die Empfehlungen des TG Vorstandes berücksichtigt. Weiterhin sahen wir uns mit der Entscheidung auch durch die Handlungsweisen anderer Musik und Sport treibender Vereine bestätigt.



Auch für das Orchester hieß es "Maske auf"

Juni 2020 - Virtuelle Treffen und Heimmusik

In der Musikabteilung war der Frust im Juni natürlich schon sehr groß. All unsere Auftritte wurden abgesagt und die Probenarbeit lag brach. Wir erörterten technische Möglichkeiten, um uns im virtuellen Zusammenspiel zu motivieren und damit auch unserem Publikum zu zeigen, dass unsere musikalische Arbeit trotz aller Einschränkungen weiterging.

Oliver Lenz hatte selbst einen Beitrag erstellt, wie man aus einer Person ein kleines Ensemble zaubern kann. Dieser kann auf Facebook und bei YouTube (<https://youtu.be/bbTPvWOpLPc>) angeschaut werden.

Einige unserer Musikerinnen und Musiker haben sich aktiv bei dem sonntäglichen „Fenstermusizieren“ beteiligt und der Musikausschuss traf sich zu spontanen Lagebesprechungen im virtuellen Raum.

Doch dann - Ende Juni: Reanimation des Musizierens

Es herrschte große Freude bei vielen Musikern/innen des Blasorchesters der TG Camberg. Obwohl im Rahmen der Corona-Krise das Proben mit dem gesamten Orchester immer noch nicht erlaubt war, hatten wir uns zusammen mit dem TG Vorstand auf eine neue Form des gemeinsamen Übens verständigt.

Ab Juli konnte nun an mehreren Tagen der Woche in Ensembles á sechs Personen geprobt werden und zwar je nach Wetter auf der Turnerwiese oder in der TG Halle und unter Beachtung der geltenden Auflagen. Dafür wurden neue Noten besorgt, die

sich zum Spielen kleinerer Gruppen eignen. Es sind sechs Ensemble-Gruppen eingeteilt worden, so groß war das Interesse.

August 2020 - Ensemble Picknick auf der Turnerwiese

An einem Sonntag im August gab es die Idee des "Ensemble-Picknicks", bei dem sich alle Teilnehmer gemeinsam auf der Turnerwiese mit Instrumenten, mitgebrachten Kuchen und Getränken trafen, um sich den Stand der eingeübten Stücke aus dem Juli vorzuspielen, aber auch hauptsächlich zum Austausch und zur Begegnung. Natürlich alles im Rahmen des existierenden Hygiene-Konzeptes der TG.

Die Freude war groß und alle hatten viel Spaß. Eins stand für die Verantwortlichen fest: "Das Weiterführen der Ensembles ist aktuell die einzige Chance, dem Hobby Musik wieder einen Sinn zu geben und die Musiker/innen auch zum Üben zu motivieren." Das Orchester hoffte, dass die schwierige Zeit weiterhin gemeinsam gemeistert werden könne und das in nicht allzu ferner Zukunft auch das Spielen vor Publikum wieder möglich sei.

August 2020 - Dirigatprobe Selina Lenz



Das Orchester mit Abstand bei der Dirigatprobe

Am 25. August 2020 führte das Blasorchester auf der Turnerwiese eine Probe mit 20 Musikern durch. Selina Lenz, die kurz vor ihrer Dirigentenprüfung stand, konnte sich seit März diesen Jahres nicht mehr praktisch vorbereiten. Die Musiker des Blasorchesters versuchten die Prüfungssituation so gut wie möglich nachzustellen. Dabei mussten die Stühle der Musiker mit einem Abstand von 3m

auseinanderstehen. Im Freien war das eine Herausforderung, denn die Außengeräusche und der große Abstand der Musiker untereinander machten das Musizieren schwierig. Es war höchste Konzentration angesagt. Trotz der Widrigkeiten waren wir froh, dass das Wetter mitgemacht hat und wir Selina damit eine Plattform zum Üben geben konnten.

September 2020 - Neue Kurse starten in der Musikalischen Früherziehung und Blockflöte

Nach einem halben Jahr Zwangspause, konnte die Musikabteilung der TG Camberg nach den Sommerferien die Nachwuchsarbeit wieder aufnehmen. Damit starteten sowohl die Blockflötenkurse als auch die Musikalische Früherziehung in ein neues Unterrichtsjahr. Um dies zu ermöglichen, wurden im Rahmen der Hygienebestimmungen entsprechende Konzepte erarbeitet.

September 2020 - Corona-Mambo, das Sommerprojekt geht "live"

MAMBO! - Eine kreative musikalische Idee

Parallel zu der Ensemblearbeit wurde im Orchester ein Sommerprojekt gestartet, welches ein Ensemble vor besondere technische und musikalische Herausforderungen stellte. Viele Musikbeiträge waren in den letzten Monaten in den sozialen Medien mit Bezug auf das Thema „Corona und Musik“ präsentiert worden und es musste deswegen schon etwas Besonderes sein. Die Musik und Noten wurden dazu selbst geschrieben und ein Gesangstext entwickelt. Neun verschiedene Blasinstrumente, sowie Gesang, E-Bass und Klavier galt es selbst abzumischen und in ein ansprechendes Video zu verpacken. Für Dirigent Mathias Müller und das Projektensemble keine leichte Aufgabe. Die Tonaufnahmen sind im häuslichen Umfeld der Musiker/innen entstanden.

Den krönenden Abschluss bildete eine spektakuläre Fotosession mit Andreas Urban, der mit Geschick eine Foto-Drohne steuerte und damit Ideengeber für viele schöne Fotos war, wie es auch die in diesem Beitrag enthaltenen Aufnahmen beweisen.

Mit dem Gesamtergebnis sind die TG Musiker/innen sehr zufrieden und wollen es stolz ihrem Publikum und Freunden präsentieren. Interessierte können es im Facebookauftritt des Orchesters (<https://www.facebook.com/blasorchester.tgcamberg>) und auf Youtube (<https://youtu.be/bieKRru-1zc>) ansehen und anhören. Die Musikerinnen und

Musiker würden sich über entsprechende Likes und Feedback freuen. Allen Künstlern und Musiktreibenden fehlen im Augenblick die Wertschätzung und die Möglichkeiten zur Präsentation ihrer Arbeit. Der Beitrag des Orchesters soll einerseits die angebrachte Solidarität zeigen, aber auch motivieren andere Wege in schwierigen Zeiten einzuschlagen.



Hier eine der Drohnen-Aufnahmen

September 2020 - Selina Lenz besteht Prüfung als C-Dirigentin

Selina Lenz, Musikerin und auch Dirigentin in der Musikabteilung, hat nun die letzte Phase der Dirigentenausbildung inklusive erfolgreich bestandener Abschlussprüfung abgeschlossen. Für 1 1/2 Jahre verbrachte sie monatlich ein Wochenende mit fünf weiteren Musikern/-innen auf der "Schulbank". Außer viel Theorie, wie Harmonielehre, Gehörbildung und vieles mehr musste das Dirigat und die Probenarbeit geübt werden. Einzelne Lernphasen wurden mit Tests und Referaten abgeschlossen. Für die praktische Arbeit mussten sich an den unterschiedlichen Lehrgangsorten auch Orchester einfinden, die für diese wichtige Arbeit zur Verfügung stehen. Ausgebildet wurden sie unter anderem von Stefan Barth, Mitglied der deutschen Bläserphilharmonie Süd-West und Marco Lichtenthäler, Landesmusikdirektor Rheinland-Pfalz. Die Ausbildung endete im August 2020 mit einem Abschlusskonzert (unter Corona-Bedingungen), bei dem alle angehenden Dirigentinnen und Dirigenten ihr Können unter Beweis stellen mussten. Corona-Bedingung bedeutete, ohne große Übungseinheiten, nach dem Lockdown und dem

noch heute ausgesetzten Probebetrieb für Bläserorchester, ein unbekanntes Orchester zu leiten. Bei einem Abstand von 3m seitlich, vor und hinter den einzelnen Musiker eine Herausforderung. "Der am weitesten entfernte Musiker war circa 30m von mir entfernt!" erklärte Selina aufgeregt nach bestandener Prüfung.

Wir sind stolz, dass wir in den eigenen Reihen eine so fleißige und zielstrebige Musikerin haben. Die geopfert Zeit und geleistete Arbeit, neben Beruf, parallelem Studium und Privatleben ist nicht aufzuwiegen. Sie wird in jedem Falle vielen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen auf ihrem Weg in die Musik zu Gute kommen!

November 2020 - Mini Lockdown und das erneute Einfrieren aller musikalischer Aktivitäten

Der Mini-Lockdown führte zum erneuten Einfrieren aller musikalischer Aktivitäten. Die Ausbildung und Ensembles standen still.

November 2020 - Musikalische Aktion am Martinstag

Am Martinstag zogen drei Musiker/-innen ohne Vorankündigung mit ihren Instrumenten durch Bad Camberg und spielten an Altersheimen, Kliniken und Häuserecken Martinslieder. Die Aktion wurde an den Adventssonntagen mit Advents- und Weihnachtsliedern fortgeführt. Das war nicht nur für die Musiker/-innen schön, denn gleichzeitig zauberten sie Kurgästen, Altersheimbewohnern und Bad Cambergern ein Lächeln ins Gesicht.

Dezember 2020 - Balkonkonzerte an den Adventssonntagen

Ab dem 1. Dezember gab es für die Musiker/-innen des Bläserorchesters einen musikalischen Adventskalender: Jeden Tag ein neues Notenblatt. Auch die Menschen in Bad Camberg hatten etwas davon, denn an jedem Adventssonntag wurden von einigen Balkonen oder auf der Straße kleine musikalische Auszüge aus den Liedern dieses Adventskalenders dargeboten.

Dezember 2020 - Das Bläserorchester stellt gemeinsames Projekt mit Peter Reimer vor

"LEISE RIESELT DER SCHNEE" WIRD ZUM „CORONA WINTERSONG“

Nach dem erfolgreichen Release des „CORONA Mambo“ gegen Ende des Sommers 2020 zeigte Dirigent Mathias Müller mit seinen Musikern und Musikerinnen, dass es ihnen nicht an Kreativität und Engagement fehlt: ein einfühlsamer Song zur Weihnachtszeit. Dieses Mal war die Idee mit Peter

Reimer, einem bekannten Künstler aus Bad Camberg, zusammen zu musizieren. Blasmusik und Konzertgitarre und Tubular Bells, das waren die Herausforderungen, der sich das Winterensemble des TG Blasorchester stellte. Das gesamte Werk ist im Zuhause der Musikerinnen und Musiker entstanden und wurde eigens zusammengemischt. Peter Reimer, der unter anderem mit seinen Entschleunigungskonzerten als „Der Mann auf der Bank“, aber auch mit vielen anderen Solo- und Bandauftritten überregional bekannt ist, zeigte sich nach Anfrage und kurzer Vorstellung des Projektes spontan bereit, einen Part mit der Gitarre einzuspielen. Er ist als Profimusiker, neben vielen anderen Künstlern, durch die Corona-Pandemie im musikalischen Tun und Handeln dramatisch eingeschränkt.

„Der Wintersong“, die einfühlsame Melodie von „Leise rieselt der Schnee“, die die Schönheit der Winters und vor allem der Adventzeit unterstreicht, soll aber auch Hoffnung geben, dass sich die aktuelle Situation wieder zum Guten wendet. Interessierte können sich das Musikstück bei Facebook (<https://www.facebook.com/blasorchester.tgcamberg>) oder Youtube (<https://youtu.be/NMvnVZV3Flq>) anhören.

Mit dem Projekt möchten die Musikerinnen und Musiker unterstreichen, dass Kunst für jede Gesellschaftsform wichtig ist. Wer das, gerade im Falle von Musik, nicht erkennt, der kann gerne Peter Reimers Vorschlag ausprobieren: „Entferne aus deiner Wohnung alle Bücher, alle CDs, LPs, DVDs, alle Bilder, Skulpturen/Objekte, alle Instrumente, kündige dein Netflix/Maxdome/Amazon-Abonnement, schau ab heute keine Filme mehr, höre keine Musik mehr.“ Musik ist nicht einfach da. Sie fällt nicht vom Himmel. Schöne Musik ist immer das Ergebnis von jahrelangem Üben, Fleiß und Disziplin von Menschen, deren Herz dafür schlägt, egal ob im Amateur- oder im Profibereich.

Mit diesem Werk zum Jahresende möchte sich das Blasorchester der Turngemeinde, zusammen mit Peter Reimer, bei seinem Publikum, Freunden und Familien bedanken, die sie in ihrem musikalischen Hobby oder Beruf unterstützen.

BLOCKFLÖTENGRUPPE

Nach den Weihnachtsferien am 15. Januar 2020 wurden von mir mittwochs eine Anfängergruppe und freitags eine Anfängergruppe und drei Fortgeschrittenengruppen unterrichtet.

Wir üben immer im Musikzimmer und die Gruppen bestehen aus höchstens sieben Kindern.

Die Gruppen bestehen schon seit Schuljahresbeginn im September 2019. Der Blockflötenunterricht erstreckt sich immer im Zeitraum eines Schuljahres und wird in der Regel für drei Jahre angeboten. Generell beginnen wir im Vorschulalter und im 1. Schuljahr. Schon nach kurzer Zeit können die Kinder kleine Lieder mit drei bis fünf Tönen mit der linken Hand spielen. Sie lernen beim Musizieren in der Gruppe nicht nur die Noten und die Rhythmik, sondern auch soziale Kompetenzen wie Rücksichtnahme, warten können, sitzen bleiben, aufeinander hören.

Wir beginnen mit den Anfängern mit dem Buch „Meine lustige Blockflöte“ und mit dem „Flötenzirkus Bd. 1“. Im Laufe der Ausbildung kommen immer mehr anspruchsvollere Stücke aus dem Bereich Rock, Pop und Klassik dazu. Große Begeisterung findet immer der „Three-Tone-Rock“ aus dem Buch „Funtime Favourites“. Auch die Lieder aus dem Buch „Rock, Pop & Blues“ und dem „Flötenzirkus Bd. 2“ spielen die Fortgeschrittenen mit Eifer.

Ab Mitte März fand aufgrund der Coronalage und des Lockdowns bis zum Ende des Schuljahres kein Blockflötenunterricht statt.

Zum Schuljahresende 2019/2020 hat eine Gruppe ihre Blockflötenausbildung beendet. Um einen ordentlichen Abschluss für diese Gruppe zu gestalten, hatten die Kinder von August bis zu den Herbstferien noch Unterricht. Von den fünf Kindern hat nur ein Kind mit einem Instrument (Querflöte) angefangen. Grundsätzlich ist der Blockflötenunterricht ein Grundstock für die Nachwuchs- und zukünftige Orchesterarbeit. Die Kinder erlernen viel schneller ein Instrument, wenn sie schon die nötige Fingerfertigkeit und Notenkenntnis erworben haben.

Zum Schuljahresbeginn konnte der Unterricht unter den bekannten Hygiene- und Abstandsregeln wieder stattfinden. Bis Oktober waren wir draußen auf dem Grillplatz und haben musiziert. Die Anlieger in den Schrebergärten haben sich über die musikalische Abwechslung gefreut. Nach den Herbstferien, ab Mitte Oktober fand der Unterricht dann wechselweise je nach Gruppenstärke in der Turnerstubb und im Musikzimmer statt.

Wir konnten trotz der schwierigen Situation eine neue Blockflötengruppe gewinnen. Nach den Herbstferien begannen vier Kinder als Anfänger mit dem Unterricht. Wir waren zweimal in den

Räumlichkeiten der TG. Dann ab November mit allen Gruppen online über Skype. Der Onlineunterricht funktioniert, auch dank der Unterstützung der Eltern, überraschend gut. Die Kinder sind sehr diszipliniert und sind froh einen festen Termin in der Woche zu haben.

Dieses Jahr fanden demzufolge keine Auftritte statt. Jeder sehnt die Zeit herbei, wo wir uns wieder gemeinsam sehen und „live“ zusammen musizieren können.

JUGENDORCHESTER

Ansprechpartner: Carla Poths, Johannes Eufinger, Johannes Wecker

Ziel der Jugendarbeit im Orchester ist der Ausbau der Orchestererfahrung mit jugendgerechter Musik und die Vorbereitung des Einstiegs in das Erwachsenenorchester.

Auf dem Weg zum Orchestermusiker durchlaufen die Jugendlichen eine gründliche Ausbildung bei privaten Lehrern oder in der Musikschule. Ist ein entsprechender Leistungsstand erreicht, können diese an der Orchesterprobe teilnehmen. Das Ziel ist, die Kinder und Jugendlichen mit dem Leistungsstand angepasster Literatur schnell und mit hoher Motivation an das gemeinsame Musizieren zu gewöhnen und sich in der Musikabteilung wohl zu fühlen. Das Repertoire umfasst: Moderne Blasmusik, Filmmusik, Pop und Rock

MUSIKALISCHE FRÜHERZIEHUNG

Nach einem für die Musikalische Früherziehung (MFE) ereignisreichen Jahr 2019 starteten wir voller Elan und mit vielen neuen Ideen ins neue Jahr. Zusammen mit dem „Musikater“ lernen Kinder ab vier Jahren mehr über verschiedenste musikalische Themengebiete. Der Kurs erstreckt sich insgesamt über zwei Unterrichtsjahre und orientiert sich an dem Konzept „Musik und Tanz für Kinder“. Im neuen Jahr stand das Spielen unterschiedlichster Instrumente im Mittelpunkt. Die Kinder der ersten Gruppe lernten gemeinsam mit der „Tripptrappmaus“, genaue Rhythmen auf Xylophon und Trommel umzusetzen. In der zweiten Gruppe wurden erste Erfahrungen mit den Instrumenten des Blasorchesters und der Blockflöte gesammelt. Natürlich haben wir auch wieder viel zusammen getanzt und gesungen.

Mitte März waren dann auch wir von den allgemeinen Maßnahmen betroffen und mussten die Arbeit

mit den Kindern auf unbestimmte Zeit unterbrechen. Da auch das TG Sommerfest ausfallen musste, hatten wir dieses Jahr leider keine Gelegenheit diesen Teil unserer Nachwuchsarbeit zu präsentieren.

Über den Sommer haben wir in enger Zusammenarbeit mit dem Hygieneteam der TG ein detailliertes Hygienekonzept entwickelt. Dies war, besonders im Hinblick auf das Alter der Kinder, eine besondere Herausforderung. Ein paar Wochen nach dem Ende der Sommerferien konnten wir unsere Tätigkeit nach einem halben Jahr Zwangspause wieder aufnehmen.

Nachdem wir mit den Kindern, die eigentlich vor den Sommerferien planmäßig aufgehört hätten, die wichtigsten Themen nachgeholt hatten, verabschiedete der „Musikater“ im Oktober insgesamt vier Kinder. Leider hat sich kein Kind dazu entschieden mit Blockflöte weiterzumachen. Allerdings hatten wir für den neuen Anfängerkurs eine so große Nachfrage, dass wir eine Warteliste einrichten mussten. Es freut uns sehr, dass sich auch in diesen unsicheren Zeiten viele Familien für unser Angebot interessieren. An dieser Stelle möchten wir uns nochmal bei den Eltern für das entgegengebrachte Vertrauen bedanken!

Nach den Herbstferien konnten wir zusammen mit dem „Musikater“ insgesamt acht neue Kinder begrüßen. So werden seit dem 24. Oktober 2020 von uns samstags zwei Gruppen mit insgesamt 13 Kindern spielerisch an die Welt der Musik herangeführt. In der ersten Gruppe sind aktuell sieben Kinder, alle im Alter von etwa vier Jahren. Die zweite Gruppe besteht aus sechs Kindern, alle circa fünf Jahre alt.

Zu Anfang stand im Rahmen einer Eltern-Mitmachstunde das gegenseitige Kennenlernen im Mittelpunkt. Die zweite Gruppe startete das neue Unterrichtsjahr mit einer Reise ins „Tamukiland“. Dort begegneten den Kindern viele verschiedene Tiere und sie lernten, diese pantomimisch und musikalisch darzustellen.

Leider mussten wir im November unsere Arbeit erneut einstellen. Seitdem schicken wir regelmäßig Anregungen (Musikrätsel, Hörgeschichten, Bastelanleitungen, etc.) für zuhause.

Wir hoffen, im neuen Jahr möglichst bald wieder starten zu können. Bis dahin sind wir zusammen mit dem „Musikater“ im Homeoffice und machen das Beste aus der aktuellen Situation.

Rebecca Weddig und Isabelle Griesand

Präventives Rückentraining

Das Angebot Sturzprävention findet seit letztem Jahr statt und wir haben bisher zwei Kurse á 10 Stunden fertigbekommen. Es findet immer Montag von 13:30 Uhr bis 14:30 Uhr und 14:30 bis 15:30 Uhr statt.

Wir sind in jeder Gruppe mit etwa zehn Personen vertreten und der Kurs wird auch von der Krankenkasse bezuschusst.

Das Alter der Gruppe liegt zwischen 50 und fast 90 Jahren. Die Teilnehmer sind aber alle sehr fit sind, da sie regelmäßig mit Freude zum Training erscheinen. Auch nach dem Lockdown im Frühjahr sind alle wieder dabei gewesen. Doch leider war es ja dann schnell wieder vorbei.

Die Sturzprävention ist ein Training für das Fitbleiben im Alltag mit Einsatz verschiedener Geräte und ein rundum körperliches Training mit Stabilitäts-Übungen, die im Alltag sehr hilfreich sind.

Wir hoffen alle, bald wieder in gewohnter Weise trainieren zu können.

Ich bedanke mich für die Zusammenarbeit mit Euch allen und die Unterstützung in jeder Situation.

Sabine Kleemann

Prellball

Leider konnte in diesem Jahr sowohl unser Prellballtraining in der Kreissporthalle als auch die Ausrichtung von Meisterschaftsrunden aufgrund Corona nicht stattfinden, zumal auch von Seiten des Kreises die Hallen geschlossen waren und nicht genutzt werden konnten.

Des Weiteren mussten leider familiäre Schicksalsschläge hingenommen werden, was für einen regelmäßigen Spielbetrieb nicht förderlich war. Auch das Ableben von einem langjährigen erfolgreichen Prellballer und Leistungsträger der Abteilung, von Siegbert Bender, hat uns tief erschüttert. In der Abteilung denken wir aber auch an Spieler, die in den letzten beiden Jahren verstorben sind und nicht mehr unter uns weilen. Dies sind Helmut Schmitt (Pedder), Werner Michel (Dauborn), Hans-Jürgen Schwedt, Wolfgang Weiß (Heilberscheid) und zuletzt unser früherer Aktiver Karl-Heinz Kilian. Ihnen allen und auch den Familien gelten unser aufrichtiges Mitgefühl und die Anteilnahme, denn sie waren unserem Prellballsport treu verbunden.

Helmut Kotyrba ist als Leiter der Landesliga Zweier-Prellball M 50 und M 60, welcher er seit 2008 war, zurückgetreten. Der Zweier-Prellballsport hat ihn ab dem 14. Lebensjahr begleitet und wurde so ein gewichtiger Teil seines Terminkalenders. Helmut hat sich stets für alle Belange der Abteilung eingesetzt und ist ein großartiger Aktivposten, der alles im sportlichen Bereich im Prellball erreicht hat, was es zu gewinnen gab.

Die Abteilung muss im 61. Jahr ihres Bestehens entscheiden, wie die glanzvolle Prellball-Geschichte ihren weiteren Lauf nimmt.

Roman Pflüger

Qigong

Das ganz besondere KRAFT TANK TRAINING

In der Ruhe liegt die Kraft. Dies gilt es, im Qigong zu erfahren. Denn nur wenn wir Ruhe erfahren, spüren wir was unser Körper, unser Geist und unsere Seele brauchen, um die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Dazu dient uns die sehr alte chinesische Übungsmethode des Qigong. Besonders in dieser turbulenten Zeit suchen viele einen Ausgleich. Die Übungen sind auch für Menschen mit körperlichen Einschränkungen gut geeignet.

Bis in den Mai befand sich unser Übungsraum im Evangelischen Gemeindehaus, doch durch Corona durften wir dort nicht mehr üben. Dadurch sind wir ins Freie umgezogen und haben an der Kreuzkapelle einen wunderbaren Übungsraum für uns entdeckt.



Aus den beiden Übungsgruppen haben wir eine gemacht, denn es war ja genügend Platz, auch mit Abstand. Bis zum September haben wir die warme Jahreszeit in der Natur genossen. Danach war die

Turnerstubb unsere Übungsstätte bis zur Corona-bedingten Pause.

Wer gerne mal bei uns reinschnuppern möchte ist immer herzlich willkommen. Unsere Übungsstunde ist mittwochs um 8:30 Uhr in der Turnerstubb, wenn es hoffentlich bald wieder losgehen kann. Ab und zu treffen wir uns zum Austausch beim gemeinsamen Frühstück im Café Kardamom.

Ingrid Enzmann

Radfahren (donnerstags)

Die Donnerstagsradgruppe konnte 2020, aufgrund der Coronapandemie, nur mit einigen Unterbrechungen ihrem Sport nachgehen. So konnten wir uns leider nur 26-mal zu einer Trainingsrunde treffen. Insgesamt kam dabei eine Strecke von 788 km und fast 8000 Hm heraus. Diese Ausfahrten wurden aber mittlerweile von bis zu 22 Radlern genutzt.

Da dieses Angebot fast ausschließlich von Montagsbuben genutzt wird, war es sehr erfreulich, dass wir auch ein paar Mal weibliche Teilnehmer in der Gruppe begrüßen durften. Wir hoffen, dass sich das herumspricht. *Die Strecken der Ausfahrten sind alle in Komoot aufgezeichnet, sodass sich jeder, der Interesse hat bei uns mitzufahren, über die Länge und Geschwindigkeit informieren kann.*

Die gefahrenen Strecken wurden diesmal abwechselnd von den Teilnehmern geplant, sodass jeder auch mal ein paar neue Impressionen unserer schönen Gegend bekam. Das E-Bike hat sich mittlerweile auch in die Gruppe integriert. Im Frühjahr und im Sommer konnte ein großer Teil der Gruppe an der von Rainer Schlicht und mir geplanten Tagestour (diesmal der Usaradweg - etwas über 100 km) teilnehmen. Man beachte, dass schon dreizehn Jungs zur Vortour am Start standen. Im Juli konnte dann auch noch die Tradition einer Alpentour fortgesetzt werden. Eine kleinere Gruppe fuhr für vier Tage nach Mittenwald, um sich dort den langen und recht anspruchsvollen Steigungen zu stellen. Unsere geplanten Touren zu den Weihnachtsmärkten in Frankfurt, Limburg und Mainz konnten wir leider aus bekannten Gründen nicht unternehmen.

Bleibt zu hoffen, dass wir 2021 die Pandemie endlich überstehen und zu unserem gewohnten Rhythmus zurückkehren können.

Thomas Kern

Redaktionsteam

Im Jahrbuch 2019 steht an dieser Stelle: "Wie immer standen [...] Themen wie die Werbung für das TG-Oktoberfest [...] auf unserem Plan." Aber in 2020 war Einiges eben nicht so "wie immer". Dadurch, dass viele Veranstaltungen, Wettkämpfe und Trainingseinheiten ausfallen mussten, war es auch für uns als Redaktionsteam ein außergewöhnlich ruhiges Jahr; ohne Werbung für unsere TG-Veranstaltungen. Für unseren Geschmack war es zu ruhig, denn wir freuen uns, wenn wir unser Sommerfest oder Konzerte des Blasorchesters bewerben können. Dieses Jahr haben wir vor allem versucht, Informationen und Neuigkeiten zum Umgang mit der Pandemie in der Turngemeinde bereitzustellen.

Unsere regelmäßigen Treffen haben wir, wie so viele andere auch, in den virtuellen Raum verlagert. Das werden wir wohl auch als Möglichkeit in der Zukunft beibehalten, denn einige unserer Teammitglieder sind nicht immer in Bad Camberg anzutreffen und so gewinnen wir deutlich mehr Flexibilität gewinnen. Diese werden wir dann hoffentlich nutzen können, um wieder über freudigere Ereignisse wie die von uns allen erhoffte Aufnahme des Sportbetriebes in der TG zu berichten.

REHA Sport Orthopädie

Im Rehasport kommen fast alle Teilnehmer mit einer ärztlichen Verordnung. Die Teilnehmerzahl ist für eine Gruppe auf fünfzehn begrenzt. Unsere fünf Gruppen sind immer alle gut besucht. In diesem Jahr lief alles anders. Zu Beginn der Corona-Pandemie durften wir nicht mehr in der Turnhalle der Median Hohenfeldklinik üben. Die Übungsstunden mussten ausfallen. Im September sind wir dann mit einer Gruppe in die TG-Halle gewechselt. Dort hatten wir auch nur drei Übungsstunden bis wir wieder Corona bedingt pausieren mussten. Schön ist, dass wir mit Natalia Löb eine weitere Übungsleiterin im Bereich Orthopädie dazu bekommen haben und nun hoffen wir, 2021 bald wieder regelmäßig üben zu können.

Ingrid Enzmann

Rope Skipping

Gruppen:

Einsteiger bis ca. 12 Jahre:

Samstag, aufgeteilt auf zwei Gruppen, vormittags
Fortgeschrittene ab 11 Jahre:

Dienstag und Freitag je 17 bis 18:30 Uhr

Ort:

TG Halle, Jahnstraße

Was:

Alle Formen des „professionellen Seilspringens“ für Show und Wettkampf. Beinhaltet neben Single-Rope auch Wheel und Double Dutch.

Jahresbericht 2020

Das Jahr 2020 war anders – auch für unsere Abteilung. Schnell war klar, dass Auftritte und Wettkämpfe in naher Zukunft nicht mehr stattfinden können. Nach dem ersten Lockdown, den insbesondere unsere kleinsten Springerinnen sehr kreativ mit vielen Aufgaben und Online-Training gestalteten wurde das Training im Mai wieder aufgenommen.

Zunächst konzentrierte man sich auf das Erlernen neuer Sprünge im Einzelseil. Jede Springerin konnte hier die eigenen Schwerpunkte setzen. Unserer Einsteiger machten häufig Geschwindigkeitsdisziplinen und Koordinationsübungen, während die Fortgeschrittenen den Fokus auf komplexe Elemente und verschiedene Seilwürfe setzten.

Über die Sommermonate, in denen die Corona-Fallzahlen recht stabil niedrig blieben, kamen dann auch Elemente im Wheel hinzu. In festen Paarungen, möglichst abgestimmt auf Schulklassen, konnten sich die „Großen“ hier enorm weiterentwickeln. Seilwürfe, die der Partner fangen muss, gemeinsame Handstände und komplizierte Drehungen, die genaues Timing erfordern, waren fester Bestandteil der Übungsstunden, bis der erneute Lockdown die Abteilung ausbremste.

Aufgrund großer Nachfrage haben die Einsteiger wieder das Online-Training aufgenommen. Das Training der Fortgeschrittenen fällt aktuell aus, wobei ab und zu kleine Reihenfolgen zum Üben versendet werden. Da der Sport zu zweit genehmigt ist, nutzen die Trainerinnen aktuell die Zeit zur Vorbereitung auf den erneuten Trainingsbeginn und studieren neue und schwere Reihenfolgen ein.

Wir freuen uns sehr, wenn es 2021 wieder losgehen kann und wir die neu erlernten Elemente unseren Springerinnen beibringen können. Alle Trainerinnen vermissen ihre Gruppen und den gemeinsamen Sport in der Halle.



Sitzgymnastik

Dienstagvormittag ist immer die Zeit der Seniorinnen und Senioren. Die Sitzgymnastik beginnt um 10 Uhr bzw. 10:30 Uhr (Coronabedingt).

Wir wechseln uns auch mit Kleingeräten ab, aber aufgrund der Pandemie nutzen wir nur unsere eigenen. Bei uns ist der Stuhl Sitz- und Haltepunkt. Nach den Übungen für Arme und Beine haben wir zum Schluss eine kleine Entspannung (Geschichte oder Jacobson).

Wegen der Sicherheit mussten wir 2020 in die Halle wechseln und sind dann wieder in unser altes Quartier (Turnerstubb) zurückgekehrt.

Unsere gemütliche Truppe trifft sich am Kursende zum Frühstück. Sowohl im Sommer als auch am Jahresende mussten wir dann pausieren. Trotz der Pandemie, die natürlich das Geschehen beeinträchtigt, sind wir zwischen 15 und 20 Personen, die sich wohlfühlen.

Als Überbrückung konnte der Übungsleiter Trainingspläne verteilen.

Skiabteilung

Über 55 Mitglieder und Freunde der Skiabteilung starteten in das Jahr 2020 mit einer in jeder Beziehung gelungenen und für alle Teilnehmer sehr erholsamen Wintersportwoche am Katschberg in Österreich. Darüber wurde bereits im Jahrbuch 2019 ausführlich berichtet und der Ausblick der Teilnehmer formuliert, bei der nächsten TG-Familienskifreizeit 2021 wieder dabei zu sein. Doch bekanntlich kam alles ganz anders.

Denn durch die Auflagen der Corona-Pandemie waren auch die Aktivitäten der Skiabteilung gegenüber den letzten Jahren stark eingeschränkt. So mussten gemeinsame Sommeraktivitäten sowie ein Nachtreffen der Fahrt zum Katschberg aufgrund der Kontaktbeschränkungen leider ausfallen.

Trotzdem gelang es, durch das große Engagement der Übungsleiter Christian Schütz und Volker Reichart, ab November immer sonntags ab 17:30 Uhr, gemeinsam „online“ in Bewegung und in Kontakt zu bleiben. So fanden sich, trotz häufig bis mittwochs spürbaren muskulären Erinnerungen, die Mitglieder und Gäste der Skiabteilung in den heimischen Trainingszentren ein, um sich je nach Leistungsniveau und persönlichem „Schweinehundüberwindungslevel“ online mit unterschiedlichsten Übungen in Schwung bringen zu lassen. Dafür galt den beiden Übungsleitern ein herzliches Dankeschön, das sogar vom Nikolaus persönlich coronagerecht überbracht wurde. Auch wenn nur mit geringen Erfolgsaussichten verfolgen wir das Ziel, eventuell in den Osterferien eine Familienskifreizeit zu organisieren.

Bis dahin gilt es durchzuhalten und sich auf die sonntäglichen Treffen zu freuen.

Eva Reichart und Stefan Schütz

Spikeball

Wie wohl alle Abteilungen der Turngemeinde hatten auch wir aufgrund der Coronapandemie nur eingeschränkte Möglichkeiten, unseren Spiel- und Trainingsbetrieb im vergangenen Jahr ordentlich aufrechtzuerhalten. Nichtsdestotrotz versuchten wir, vor allem in den Sommermonaten regelmäßig zu trainieren, um uns für die geplante zweite Saison der Spikeballliga vorzubereiten. Leider wurde aus offensichtlichen Gründen nicht nur diese abgesagt, auch das wöchentliche Training in der TG-

Halle war spätestens ab dem verschärften Lockdown nicht mehr möglich.

In der Zeit, die uns blieb, war wie gewöhnlich eine rege Teilnahme aller Mitglieder beim wöchentlichen Training und darüber hinaus zu verzeichnen. Das zeigte uns, dass trotz der widrigen Umstände der Spaß und der Ehrgeiz, diesen Sport zu betreiben, weiterhin bei allen Mitgliedern vorhanden war. Daher hoffen wir auch weiter, dass eine Wiederaufnahme des Trainings und auch die Teilnahme an der nationalen Liga vielleicht ab Frühsommer bzw. Sommer wieder möglich sein werden.

Auch dieses Jahr möchten wir uns wieder einmal bei allen Spielern und Organisatoren, sowie der ganzen TG bedanken; gerade auch, weil in dieser schwierigen Zeit alles versucht worden ist, den Mitgliedern eine regelmäßige sportliche Ablenkung von den Ereignissen zu ermöglichen. Wir würden uns freuen, in 2021 auch weitere Mitglieder in unserer Gruppe begrüßen zu dürfen, damit wir gestärkt ins neue Sportjahr gehen und weiterhin erfolgreich sein können.

Amadeus Biegel

Sportabzeichen

Wir, das Team des Sportabzeichens, trainieren in den Sommermonaten von Mai bis Oktober zwei Mal monatlich dienstags abends ab 19 Uhr auf dem Sportplatz der Pommernstraße.

Auch in Corona-Zeiten können wir auf eine erfolgreiche Saison zurückblicken:

Ob auf dem Sportplatz – mit Abstand – in einem der wenigen geöffneten Schwimmbäder, bei Zusatzterminen zum Walken und Radfahren oder in diesem Jahr zum ersten Mal auch per Video in der Disziplin Koordination im Seilspringen.

21 Erwachsene und 23 Kinder bzw. Jugendliche konnten die Anforderungen des Deutschen Sportabzeichens 2020 erfüllen. Darunter waren 17 jugendliche Sportabzeichen-Absolventen aus der TG-Leichtathletik-Gruppe, die die Prüfungsbestandteile im Rahmen eines Sportabzeichen-Mehrkampfes in einzelnen Teams abgelegt haben.

Der älteste Teilnehmer war 83 Jahre alt und hat sein Sportabzeichen schon zum 39. Mal abgelegt. Die jüngste Teilnehmerin war 6 Jahre alt. Trotz dieser besonderen Bedingungen haben sechs Prüflinge das Sportabzeichen zum ersten Mal abgelegt.

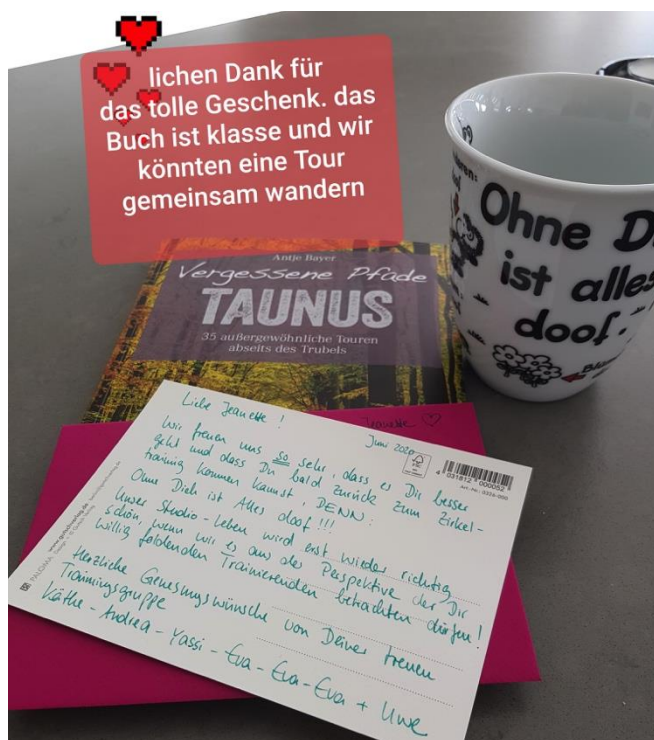
Das Deutsche Sportabzeichen kann jeder schaffen, auf geht's! Wir freuen uns auf das nächste Jahr mit neuen Bestleistungen.

TG-Studio

Das freie Training im TG Studio wird von engagierten Übungsleiter geleitet. Jeder kann nach seinen Wünschen an individuellen körperlichen Herausforderungen arbeiten. Im Lockdown wurde erst die Teilnahme im Studio begrenzt und dann ganz eingestellt.

Jeannette Truhöl

TG-Studio Criss Cross Zirkel



Nach kurzem, individuellem Aufwärmen startet man in dem Zirkel. Die Ganzkörper-Übungen werden in verschiedenen Intervallen durchgeführt. Ein Durchgang dauert ca. 15 bis 20 Minuten. Nach der Achtsamkeits-Devise: "Jeder, wie er kann und mag" ist man nach einer, zwei oder drei Runden fertig. Wir sind eine Gruppe zwischen 6 und 10 Sportlern je Abend und haben viel Spaß.

Unsere Gruppe hat sich dieses Jahr auf die Herausforderungen mit Abstand eingestellt und trotzdem ein regelmäßiges Training auf die Beine gestellt.

In den Lockdowns wurde kurzerhand ein Home-training über Zoom aufgestellt. So bleiben wir in Kontakt und tauschen uns aus, auch wenn es einem mal die Füße wegezogen hat.

Donnerstags von 19 bis 20:30 Uhr für Jedermann und -frau, Details gerne bei Jeannette Truhöl

Tischtennis

Mit 2,74 m Abstand!

Nach der Weihnachtspause fing das Jahr 2020 der Tischtennisabteilung ganz normal an. Das Training wurde sehr gut besucht und zeitweise reichten die vorhandenen Tischtennisplatten nicht mehr aus. Nach und nach beeinflusste die Pandemie das Leben auch in unserem Landkreis, aber zunächst schien unser Tischtennissport nicht betroffen zu sein. Mit einem durch die Tischtennisplatte gegebenen Abstand von 2,74 Metern konnten die Hygienevorgaben eingehalten werden. Tischtennisspiele fanden statt, nur die Regeln wurden angepasst. Orientierung brachten die Vorgaben des Deutschen Tischtennisverbandes. Beispielsweise wurde auf Doppelbegegnungen verzichtet und alle Einzelspiele auch nach Erreichen des Siegpunktes weiter ausgespielt. Natürlich hat der gesellige Aspekt stark gelitten. Auf das so wohltuende Miteinander nach einem Spiel (gerne auch mit einem Bier) musste natürlich verzichtet werden.



Auch wenn ein Spielbetrieb stattfinden konnte, veränderte die Pandemie Vieles: Bei einigen Vereinen im Landkreis wurden Mannschaften abgemeldet und ganze Tischtennisvereine lösten sich auf. Wir jedoch hatten Glück und konnten nach dem ersten Lockdown sogar mit mehreren Mannschaften in die neue Saison starten: genauer gesagt mit zwei Herrenmannschaften, einem Jugendteam und zwei Schülermannschaften. Erfreulicherweise

wurde auch das Training gut besucht. Eine große Herausforderung war es jedoch, die Hygieneregeln einzuhalten. Das Trainerteam um Jens, Thomas und Thomas hatte viel zu tun, um auch in dieser Zeit ein Training abzuhalten zu können.

Das erste Spiel nach dem Frühjahrslockdown bestritt unsere Jugendmannschaft in Oberbrechen unter entsprechenden Hygieneauflagen. Die Atmosphäre war eigenartig. Masken durften nur an der Platte abgezogen werden. Der Spaßfaktor für die Jugendlichen war stark eingeschränkt...

Im Herbst mussten viele Spiele abgesagt werden. Vor allem die gemeinsamen Fahrten zu den Auswärtsspielen waren nicht mehr zu verantworten. Schließlich kam die Verfügung, dass Tischtennisspielen im Landkreis Limburg-Weilburg eingestellt werden musste. Die Runde soll ab März 2021 wieder fortgesetzt werden und wir sind hoffnungsvoll.

Thomas Rosa für die Tischtennisabteilung

Wirbelsäulengymnastik

Dienstagabend gegen 18:45 Uhr wollen wir in der Halle unserem Rücken etwas Gutes tun. Die Gruppe hat das Zertifikat des deutschen Turnerbundes.

Zu Anfang des vergangenen Jahres hatten wir noch die normale Sportstunde. Dann aber war das Corona-Programm mit den Sicherheitserfordernissen an der Reihe. Bei gutem Wetter gingen wir auf die Turnerwiese.

Das abwechslungsreiche Programm umfasst Erwärmung, Kraft- und Dehnungsteile mit Musik. Das schonende Training der gemischten Gruppe wird mit Kleingeräten aufgelockert (wegen der Pandemie nur mit eigenen Bändern etc.). Am Abschluss steht noch die Entspannung (Geschichte oder nach Jacobsen). Es wird also der Volkskrankheit "Wirbelsäule" zu Leibe gerückt.

Mit 15 bis 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer mussten wir jetzt schon zum zweiten Male pausieren. Zum Abschluss des Kurses trifft man sich zum gemeinsamen Essen.

In den Corona-Zwangspausen wurden Übungspläne verteilt, die Zuhause erledigt wurden.