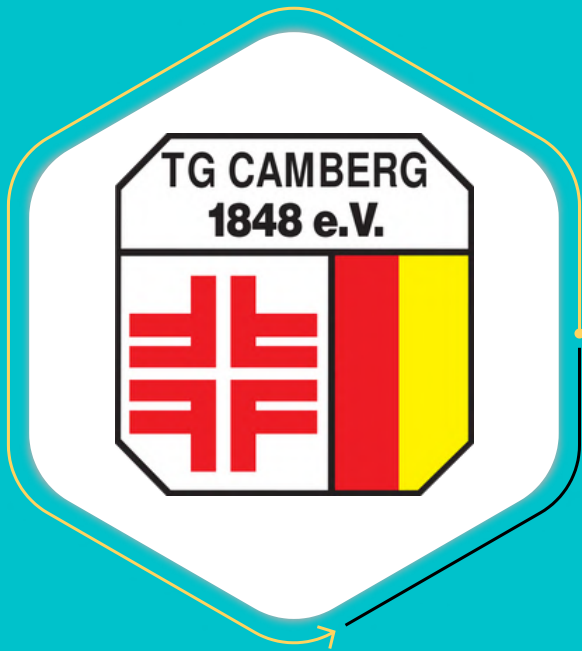


2022



JAHRBUCH

# TG CAMBERG

1848-2023

175 Jahre

Wir sind TG!



## GRUSSWORT DES VORSITZENDEN

Liebe Mitglieder der TG, liebe Leserinnen und Leser dieses Jahrbuchs 2022,

zur allgemeinen Information und gleichzeitig als Nachweis für die Mitgliederversammlung dokumentiert dieses Jahrbuch die Abteilungsaktivitäten im zurückliegenden Jahr.

Ein besonderes Anliegen ist für mich und den gesamten TG-Vorstand, allen Mitgliedern zu danken, die bei glücklicherweise nachlassenden coronabedingten Einschränkungen mit großem Engagement Aufgaben übernehmen und dadurch unsere vielfältigen Angebote ermöglichen. Dies führt auch dazu, dass die Mitgliederzahl der TG Anfang 2023 sogar über dem Niveau vor Corona liegt.

In gleicher Weise gilt es auch den Mitgliedern der Abteilungen und des TG-Redaktionsteams zu danken, die die Beiträge für dieses Jahrbuch erstellt, aufbereitet und zusammengeführt haben. Zusätzlich zu dem ganzjährigen Übungs- und Wettkampfbetrieb haben wir mit der Vorbereitung des 175-jährigen Bestehens der TG begonnen und dafür erste Veranstaltungen und Aktionen organisiert. Dazu gehört neben dem neu gestalteten und mittels Drohne auf der Turnerwiese aufgenommenen Vereinsbild auch die Entwicklung eines vielseitig einsetzbaren Jubiläumslogos.

Die ersten Auftritte hatte das Logo beim Vereinsbild und dem Badminton-Länderspiel Deutschland-Dänemark, das von unserer Badmintonabteilung als Auftakt des Jubiläumsjahres mit großem Erfolg und allseitigem Lob in der restlos ausverkauften Kreissporthalle veranstaltet wurde.

Auch in unserem Jubiläumskalender, der bereits zahlreiche Mitglieder mit abwechslungsreichen Themen durch das Jubiläumsjahr begleitet, ist das Logo präsent. Dieses Dokument der TG-Geschichte ist bei allen Vorstandsmitgliedern und in der Obertorstraße bei Buch & Schreiben Heun erhältlich.

Eine gerade für Eltern und Kinder sehr erfreuliche Entwicklung unserer TG-Familie ist, dass wir in den letzten Monaten zahlreiche neue Übungsleiterinnen gewinnen konnten. Dadurch wurden Angebote im Kinder- und Gerätturnen sowie der Kinderleichtathletik fortgesetzt und teilweise sogar erweitert.

Allen in den letzten Monaten ausgeschiedenen und neu hinzugekommenen Übungsleitern zollen wir Respekt und Anerkennung für das damit verbundene Engagement.

Abschließend lade ich Euch herzlich ein, die Veranstaltungen zum 175-jährigen Bestehen zu besuchen, unsere aktuellen Angebote zu nutzen oder diese mit kreativen Ideen für unsere TG-Familie zu erweitern. Detaillierte und jederzeit aktuelle Informationen zu den Veranstaltungen und vielfältigen Möglichkeiten zur aktiven Beteiligung für jedes Alter findet Ihr auf unserer [Homepage](#).

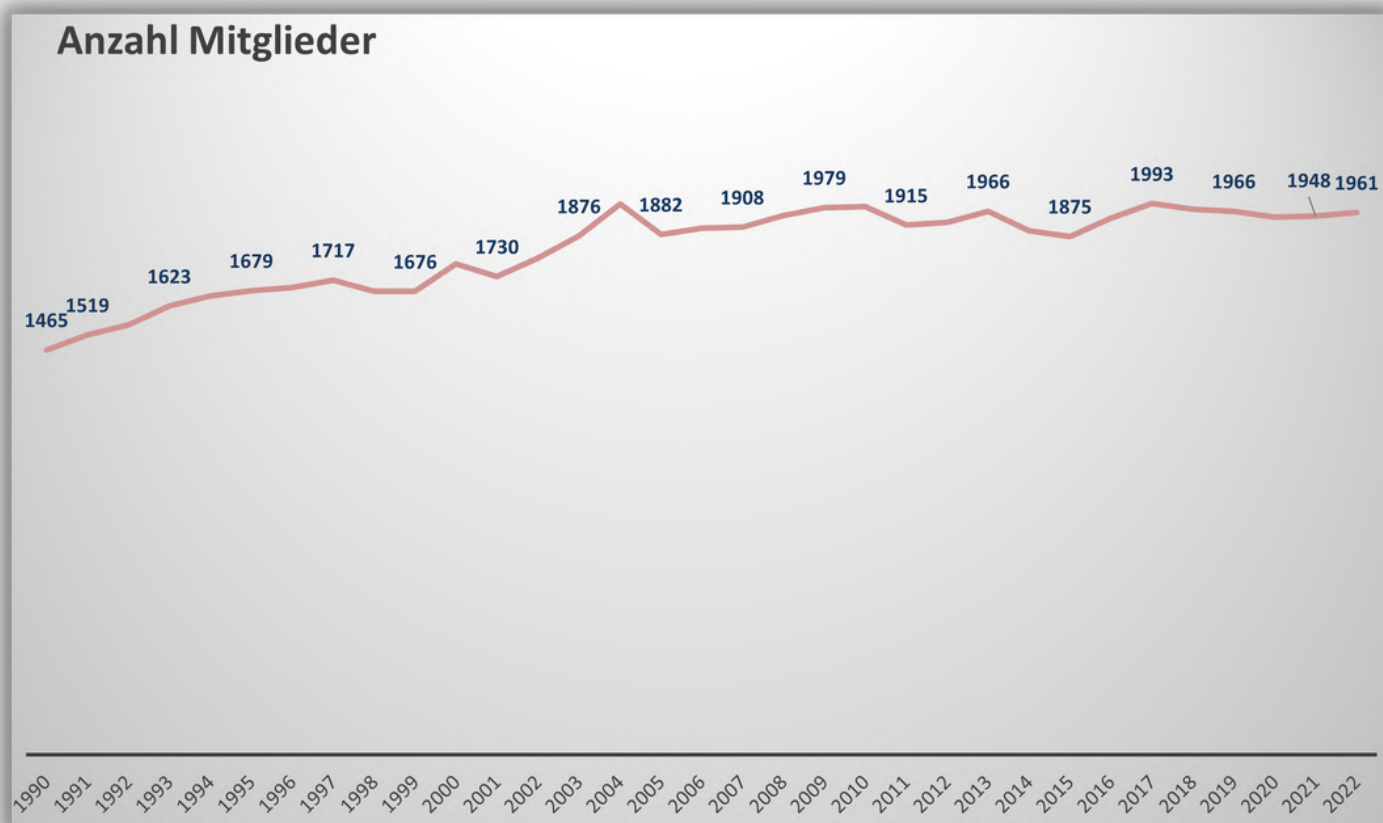
Bitte spart nicht mit Kritik, denn Eure Anliegen oder gerne auch Bestätigungen helfen uns bei der Weiterentwicklung und Anpassung unserer Angebote und auch der Aktivitäten in den TG-Gremien.

Stefan Schütz  
Vorsitzender

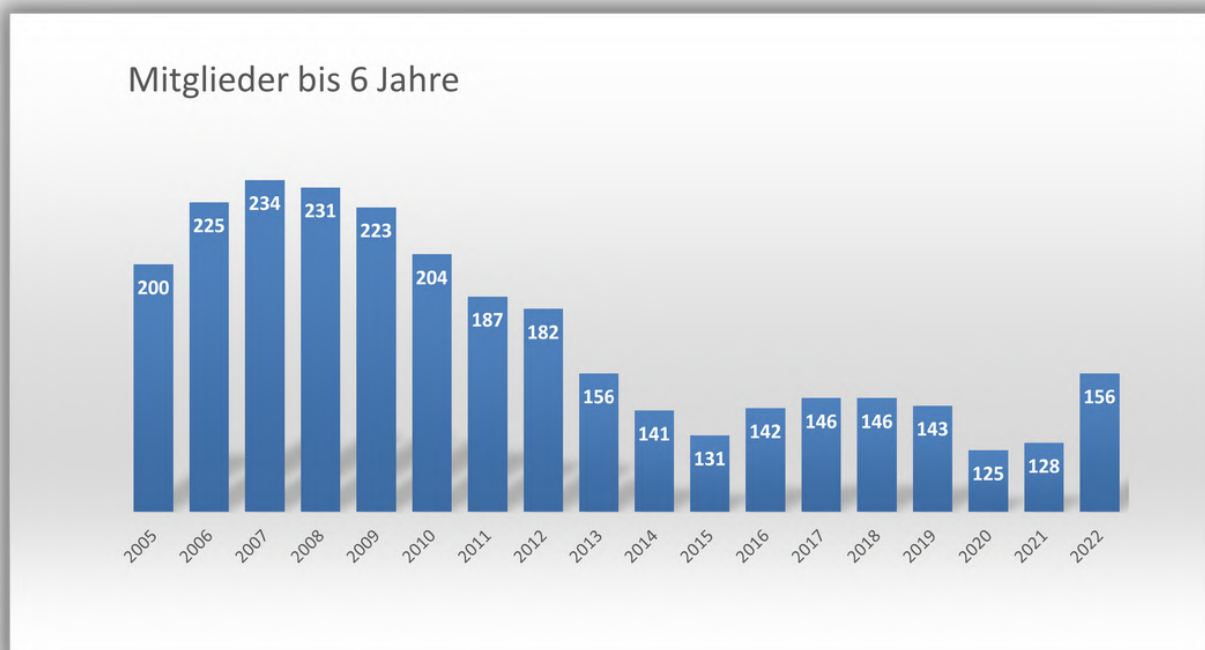
# MITGLIEDERSTATISTIK

Die Mitgliederzahl der Turngemeinde Camberg beträgt zum Stichtag 1.1.2022 genau 1961 Mitglieder. Somit ist die Mitgliederzahl gegenüber dem Vorjahr erfreulicherweise wieder um 13 Mitglieder gestiegen. Die Zahl der männlichen Mitglieder stieg um 12 auf 827, die der weiblichen Mitglieder um 1 auf 1134.

Die nachstehende Grafik zeigt die Mitgliederentwicklung der Turngemeinde Camberg seit 1990.



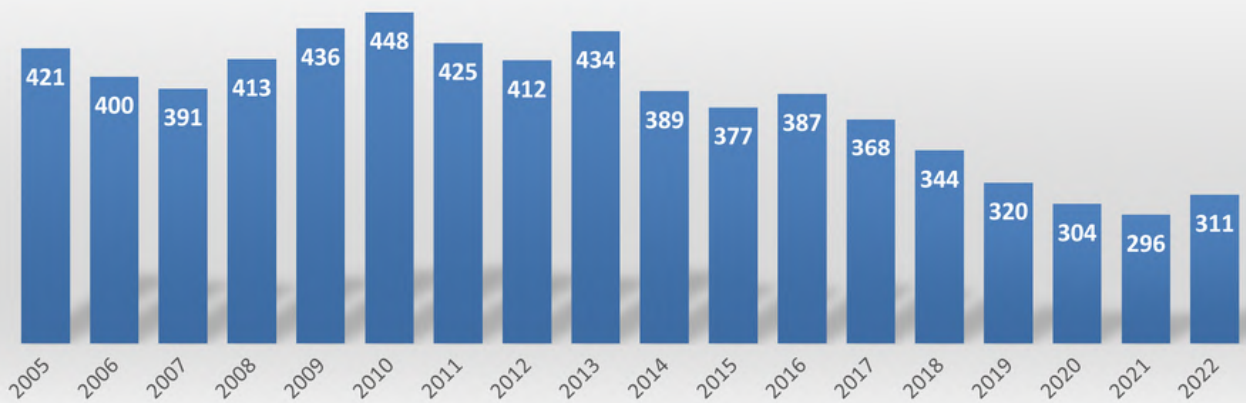
In der Altersklasse der unter 6-jährigen stieg die Anzahl um 28 Mitglieder auf 156.



# MITGLIEDERSTATISTIK

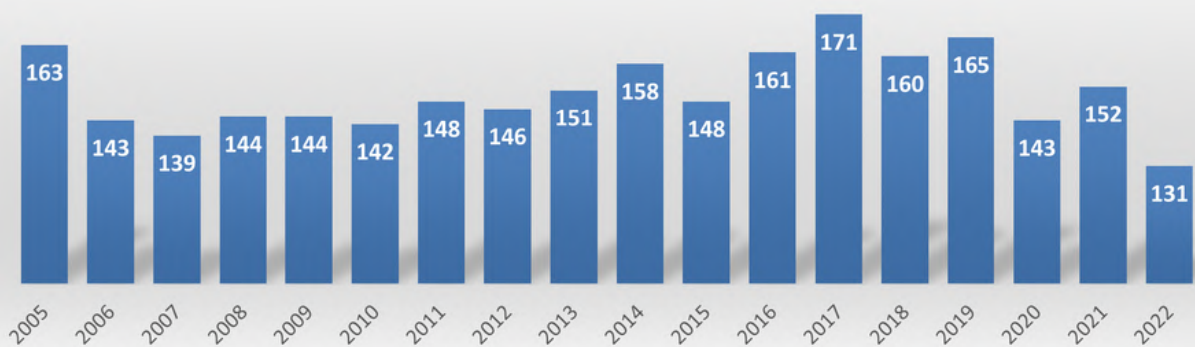
In der Altersklasse 7 bis 14 Jahre ist die Zahl konstant bei 311 geblieben.

## Mitglieder 7 bis 14 Jahre



Bei der Gruppe der 15- bis 18-jährigen sank die Mitgliederzahl um 21 Mitglieder auf 131.

## Mitglieder 15 bis 18 Jahre



# MITGLIEDERSTATISTIK

In der Altersklasse 19 bis 26 Jahre konnten 9 neue Mitglieder gewonnen werden.

## Mitglieder 19 bis 26 Jahre



Bei der Gruppe der 27- bis 40-jährigen stieg die Mitgliederzahl nur gering um 4 Mitglieder auf 239.

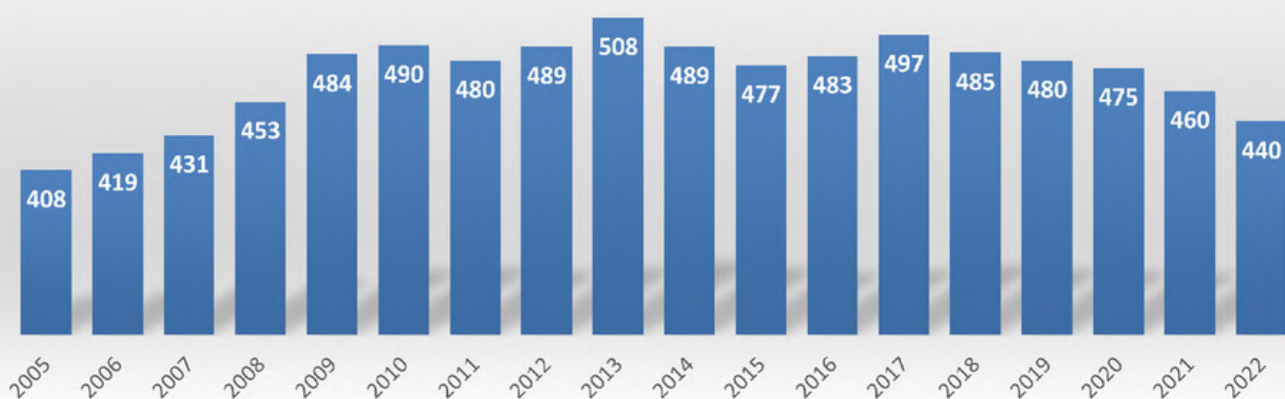
## Mitglieder 27 bis 40 Jahre



# MITGLIEDERSTATISTIK

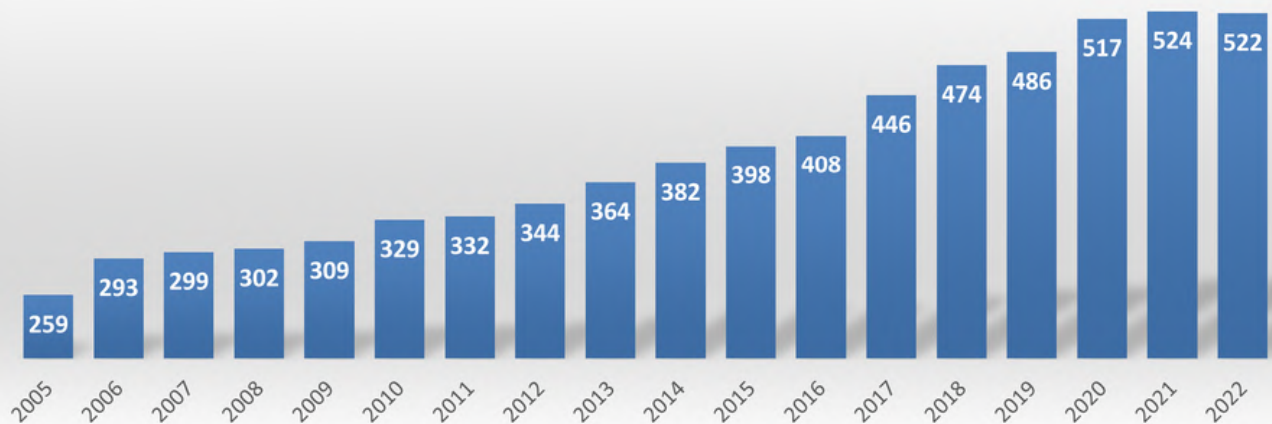
In der Altersklasse 41 bis 60 Jahre sank die Mitgliederzahl um 20 auf 440.

## Mitglieder 41 bis 60 Jahre



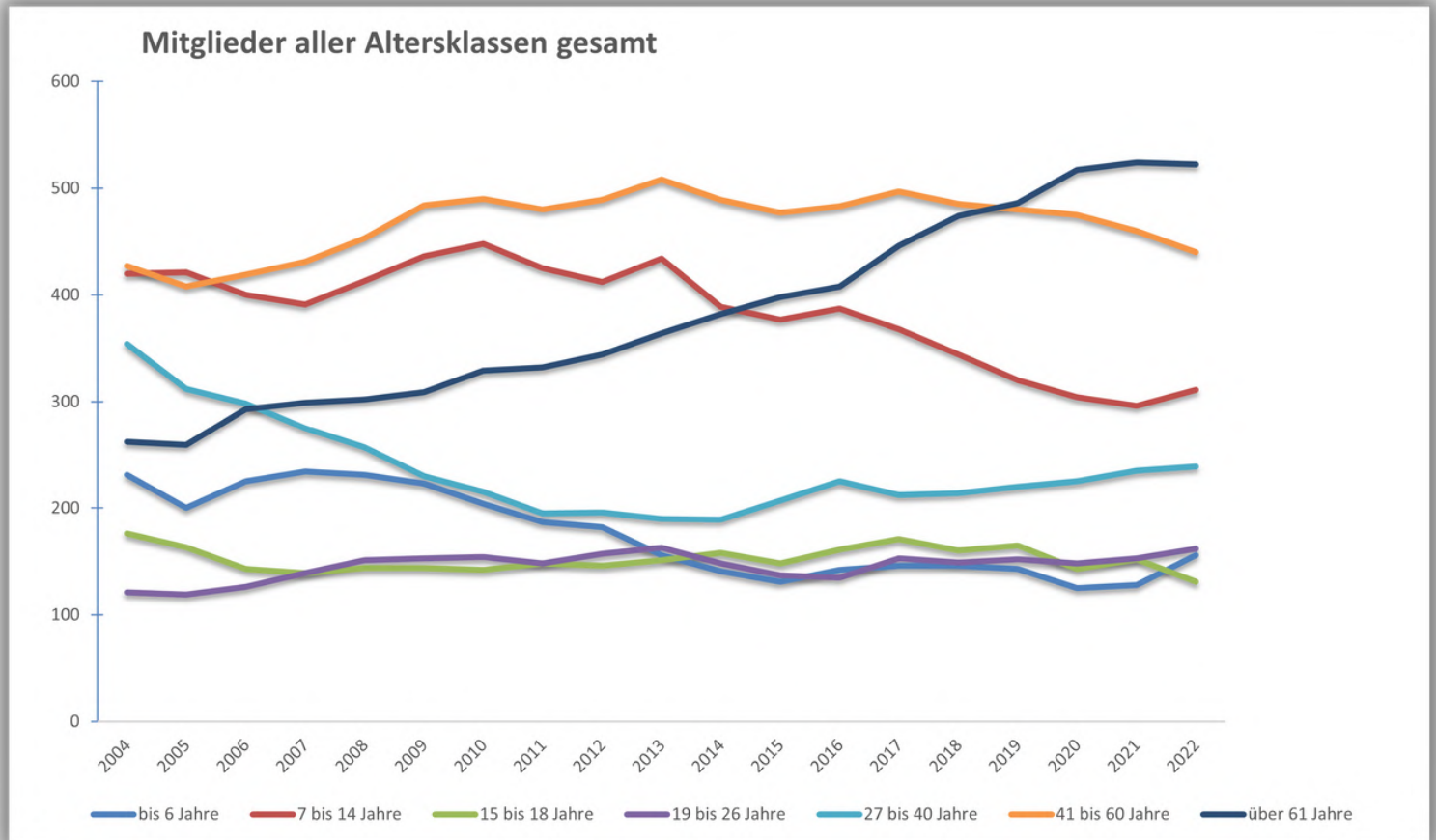
Bei den Mitgliedern über 61 Jahre ist die Zahl in etwa konstant geblieben bei 522 Mitgliedern.

## Mitglieder über 61 Jahre



# MITGLIEDERSTATISTIK

Zuletzt eine Gesamtstatistik der Mitglieder aller Altersklassen.





## INHALTSVERZEICHNIS

- 1** BADMINTON
- 3** BLEIB FIT - TANZ MIT
- 3** FIT UND MOBIL IM ALLTAG
- 4** FITNESS FÜR ALLE
- 5** FITNESS- UND KRAFTTRAINING FÜR FRAUEN
- 5** FITNESSGYMNASTIK FÜR FRAUEN
- 7** FITNESSGYMNASTIK 40 PLUS
- 8** GANZHEITLICHES GEDÄCHTNISTRAINING
- 8** GERÄTETURNEN MÄNNLICH
- 9** GERÄTETURNEN WEIBLICH
- 13** HAPPY DANCE
- 14** KARATE
- 15** KINDERABTEILUNG



- 17** KINDESWOHL
- 18** LAUF- UND WALKINGTREFF
- 19** LEICHTATHLETIK
- 22** LNB SLOW MOTION
- 22** LUNGENSport
- 23** MATROSEN
- 24** MOBIL BLEIBEN UND WERDEN
- 25** MONTAGSBUBEN
- 26** MUSIKABTEILUNG
- 34** QIGONG
- 34** RADFAHREN (DONNERSTAG)
- 35** RADELGRUPPE (FREITAGSABENDS)
- 36** REHASPORT ORTHOPÄDIE
- 36** REDAKTIONSTEAM
- 37** ROPESKIPPING
- 38** ROUNDNET
- 39** RUND UM DIE GEBURT
- 40** SENIORENGYMNASTIK
- 40** SITZGYMNASTIK
- 41** SPORTABZEICHEN
- 41** TG-STUDIO
- 42** TISCHTENNIS
- 43** WIRBELSÄULENGYMNASTIK

# Badminton

Im Jahr 2022 konnte die Badmintonabteilung wieder durchstarten. Der Trainingsbetrieb konnte direkt im Januar unter normalen Bedingungen starten und auch die Spielrunde konnte ohne Auflagen zu Ende gespielt werden. Diverse Veranstaltungen waren wieder möglich und wurden erfolgreich umgesetzt.

## 35 Jahre Badminton bei der TG

Da die Badmintonabteilung nun 35 Jahre in der TG verankert ist, wurde dies im Sommer zum Anlass genommen, eine schöne Wanderung und Feier mit rund 50 Teilnehmern durchzuführen. Rund um Bad Camberg machte sich der Tross auf, um schließlich im Bürgerhaus Oberselters den Abend zu genießen.

## 25. Lampionturnier

Nach 2 Jahren Pause konnten wir in diesem Jahr zur 25. Auflage des beliebten Lampionturniers einladen. Hier hatte sich die Einführung einer neuen Spielklasse gelohnt, da nun auch höherklassige Spieler:innen startberechtigt waren. Mit rund 200 Meldungen war das Turnier wieder mal ein toller Erfolg.

## Mannschaftswettbewerbe

Die Saison 2021/22 wurde erfolgreich beendet. Alle Teams konnten sich in ihrer Klasse erfolgreich behaupten. Unsere 3. Mannschaft konnte die Saison sogar mit dem Aufstieg in die Bezirksliga A krönen.

## Ergebnisse:

**1. Mannschaft Bezirksoberliga**

**Platz: 5**

**2. Mannschaft Bezirksliga A**

**Platz: 2**

**3. Mannschaft Bezirksliga B**

**Platz: 2 (Aufstieg)**

**4. Mannschaft Bezirksliga C**

**Platz: 4**

## Trainingsbetrieb

Im vergangenen Jahr konnten wir unser Angebot erweitern und bieten nun speziell für Hobby-Spieler und Anfänger ein gezieltes Training an. Mit wöchentlich aufeinander abgestimmten Einheiten findet somit endlich wieder ein zielorientiertes, leistungsförderndes und badminton-spezifisches Training statt.

## Übersicht über unseren aktuellen Trainingsbetrieb:

Montags: freies Spiel

Dienstags: geleitetes Training Basic

Dienstags: Konditions-Training (geleitetes Training)

Dienstags: freies Spiel

Donnerstags: Seniorentaining (geleitetes Training für Fortgeschrittene)

Alle Trainingszeiten sind aktuell auf der [Homepage](#) der TG zu finden.



## Allgemein

Neben dem normalen Tagesgeschäft wurden 2022 noch einige kleinere Themen realisiert. So wurden mit Hilfe der Feuerwehr die Fahnenmasten an der Kreissporthalle gerichtet, um die Abteilungsfahnen zu präsentieren. Zudem wurde mit Hilfe eines Prämienprogramms ein neuer Getränke Kühlschrank angeschafft. Ebenfalls wurde ein Online-Shop für den Bezug von Trainingsanzügen und sonstiger Trainingsausstattung eingerichtet.

## Jugendarbeit

Leider konnten in diesem Jahr keine Schüler- oder Jugendmannschaften gemeldet werden, da uns aktuell einige Jahrgänge im Nachwuchsbereich fehlen. Um diese Lücken zu schließen, wurde in der Grundschule (Klassen 3+4), einige Schulstunden von einem Trainerteam übernommen, um den Spaß am Badminton zu vermitteln und somit neue Mitglieder zu werben. Dies wurde erfolgreich angenommen, da nun wieder eine Gruppe von rund 20 Kindern den Weg zu uns gefunden hat.

# Badminton



## Badminton Länderspiel

Nach 2019 war es am 15. Dezember 2022 dann wieder so weit. Ein absoluter Knaller konnte mit dem Länderspiel Deutschland gegen Dänemark ausgerichtet werden. Ein Traum für jeden Badmintonfan!

Nach nur zehn Wochen Vorbereitungszeit konnte eine bis ins kleinste Detail perfekt vorbereitete Veranstaltung vor rund 1.000 Fans durchgeführt werden. Viele Helfer aus der Abteilung sorgten für einen reibungslosen Ablauf und alle sind sich sicher, dass dies nicht die letzte Veranstaltung dieser Art in Bad Camberg war.

Team der Helfer



Impression des Länderspiels

## Bleib fit - Tanz mit

Anja Baumann und Hubert Lehmann bieten Tanzen für Senior:innen montags von 9:30 bis 11 Uhr im Kurhaus Bad Camberg an. Informationen gibt es bei Isolde Malorny 06434-1065 und auf der [TG-Homepage](#).

Zu Beginn des Jahres 2022 waren wir 16 aktive Tänzer:innen, inzwischen sind wir 18. 35 Mal haben wir montags getanzt – meistens im großen Kurhaussaal, einige Male im Klubraum und einmal auf der Wiese im Kurpark. Wir haben fleißig unter Anjas und Huberts Anleitung geübt, so dass wir beim Seniorennachmittag der Stadt Bad Camberg im September einen gemeinsamen Auftritt mit der Würgeser Tanzgruppe hatten. Einige von uns waren auch bei der Jubiläums-Aufstellung der Mitglieder für die "175" auf der TG-Wiese dabei. Mitte Dezember haben wir das Jahr mit einem gemeinsamen Frühstück beendet. Wir saßen nicht nur gemütlich essend beisammen, sondern haben uns unter Anjas Anleitung mit verschiedenen Klanginstrumenten rhythmisch betätigt und viel Spaß dabei gehabt.



## Fit und mobil im Alltag

Wir sind zwei Gruppen mit jeweils elf Personen.

Das Training findet montags von 13 bis 14 Uhr und von 14 bis 15 Uhr statt.

Die Trainingsbeteiligung ist sehr gut und das Alter der Teilnehmenden liegt zwischen 40 Jahren und über 80 Jahren. In unseren Übungsstunden arbeiten wir mit und ohne Geräte und trainieren ganz viel Kraft und Tiefenmuskulatur. Das Training ist darauf ausgerichtet, den Teilnehmenden die Bewegung allgemein und alltägliche Bewegungsabläufe zu erleichtern.

Durch ein Treffen zum Frühstück im Amthof-Café wird auch das gesellige Miteinander gefördert.



## Fitness für alle

„Fitness für alle“ – oder auch „die Donnerstagsturner“ bieten ein abwechslungsreiches Sportprogramm für Jeden; kein Training gleicht dem anderen. Donnerstagabends ab 20:30 Uhr wird für 60 Minuten Training für Jeden angeboten (ohne Altersbegrenzung).

Anschließend gibt es ein gemütliches Beisammensein für jeden der mag - alles Kann, kein Muss. Weitere Informationen bei mir, Celine Hockstra (Trainerin) oder Helmut Urban (Abteilungsleitung und Ersatztrainer).

Anfang 2022 war sicherlich für jeden immer noch stark geprägt durch Corona.

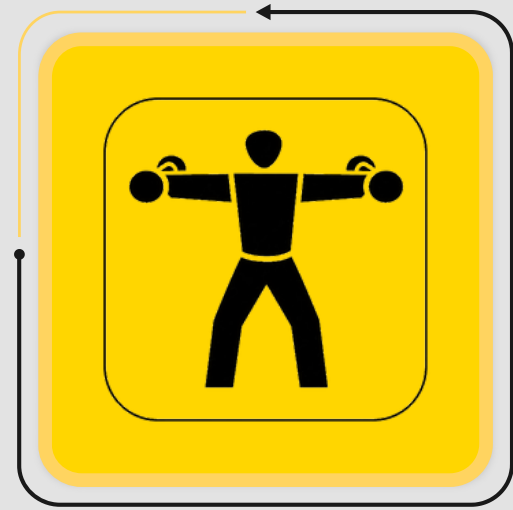
Nach den Herausforderungen des Onlinetrainings von 2021 konnten wir 2022 jedoch schon wieder wie gewohnt jede Trainingsstunde in Präsenz abhalten. Größtenteils haben wir hierbei mit dem eigenen Körpergewicht trainiert. Aber auch Hanteln und Bänder kamen zum Einsatz. Es gab auch einige Spieleinheiten und Zirkeltrainings. Bei schönem Wetter ging es u.a. in den Camberger Wald oder in den Kurpark.

Ein schönes Highlight zum Thema Geselligkeit gab es am 10. November in der Turnerstubb. Zum 30. Geburtstag der Donnerstagsgruppe gab es Pizza und Wein. Am letzten Donnerstag vor Weihnachten gab es ein gemütliches Beisammensein zur Einstimmung in die Weihnachtsferien.

Und unsere Jahresabschlusswanderung haben wir kurzerhand in eine Jahresanfangswanderung (5.1.2023) umgewandelt. Hier ging es zum Restaurant ThaiTown in Erbach. Natürlich inklusive Wanderung ab der TG-Halle und zurück.

Wir starten am 12.1.2023 donnerstagabends von 20:30 bis 21:30 Uhr in der TG-Halle. Animiert durch das Badminton-Länderspiel wollen wir in 2023 auch die alte Tradition des Badmintonspiels nach dem Training ab 21:30 Uhr wieder aufleben lassen.

Wer gerne in Bewegung ist oder sich wieder etwas mehr bewegen mag, ist jederzeit herzlich Willkommen. Einfach eine Mail an den Kontakt auf der [TG-Homepage](#) schicken oder in die Halle kommen und einfach mittrainieren.



Abschluss der Jahresanfangswanderung im Restaurant ThaiTown



Outdoortraining mit Blick auf die Kreuzkappelle

## Fitness- und Krafttraining für Frauen

Zum Fitness- und Krafttraining für Frauen, einer Kombination aus Mattentraining zur Rumpfstabilisation in der TG-Halle und Training an den Fitness-Geräten des TG-Studios treffen wir uns mittwochs von 19:30 bis 20:50 Uhr.

An die gemeinsame 25-minütige Einheit in der Halle schließt sich eine ca. 45-minütige Trainingszeit an, bei der nach individuellen Bedürfnissen an den Geräten trainiert werden kann.

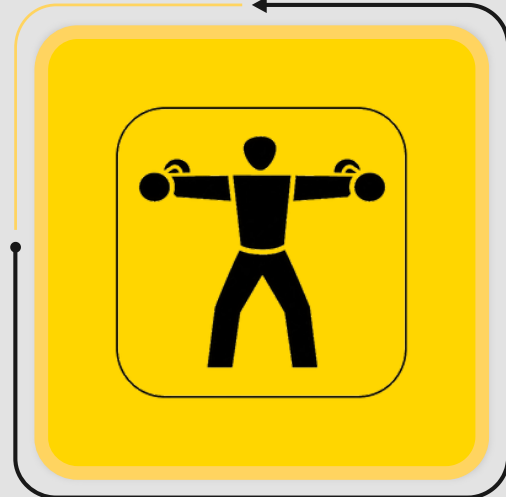
Im Jahr 2022 waren zwölf Frauen unterschiedlichen Alters regelmäßig dabei.

Wir haben auch eine ukrainische Teilnehmerin, die mit viel Eifer dabei ist.

Mit Constanze Grimm gibt es seit 2022 eine zweite Übungsleiterin. Somit ist ein kontinuierliches Training gewährleistet, auch wenn Maria verhindert sein sollte.

Auf das gemeinsame Training – auch der Kau- und Gesichtsmuskeln – und das Nachspüren der Übungen an den Tagen nach der Übungsstunde freuen wir uns auch im Jahr 2023.

Maria Stillger



## Fitnessgymnastik für Frauen

Die Abteilung besteht aus zwei Gymnastikgruppen.

Die Abteilungsleitung teilen sich seit Februar 2022 Andrea Hartmann-Schmidt und Ola Menz.

Andrea ist verantwortlich für die Übungsleitung der Stunde am Donnerstagabend von 19:20 bis 20:20 Uhr, während Ola in der selbigen Funktion für das Training am Dienstagabend von 19 bis 20 Uhr zuständig ist.

Trainingsort ist die große TG-Halle in der Jahnstraße.

Für mehr Informationen kann gerne eine Nachricht an die auf der [TG-Homepage](#) genannte E-Mail-Adresse gesendet werden.

### Der Dienstagabend

Generell wird die Übungsstunde das ganze Jahr, also auch in den Schulferien, angeboten.

Jede Einheit beginnt mit einem dynamischen Aufwärmen. Im Hauptteil der Stunde kräftigen wir durch gezielte Übungen, mit oder ohne Zusatzgeräte, die Muskulatur des ganzen Körpers. Wir stärken das Herz-Kreislauf-System. Die Koordination und das Gleichgewicht werden gefördert.

Im abschließenden Cool-Down dehnen wir die Muskulatur für bessere Beweglichkeit. Der Kurs eignet sich für jeden, der etwas Gutes für seinen Körper tun möchte.

Alle Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen.

Ola Menz  
Fitnesstrainerin  
Übungsleiterin C-Lizenz  
Breitensport Erwachsene/Ältere



Die Dienstagsguppe

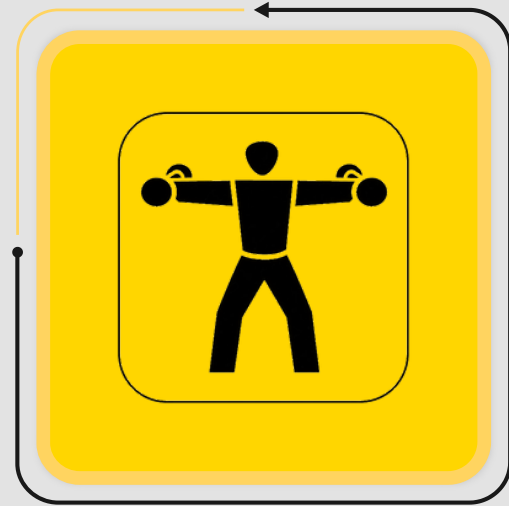
## Fitnessgymnastik für Frauen

### Der Donnerstagabend

In der etwa 10-minütigen Aufwärmphase werden wichtige Gelenke mobilisiert. Dazu gehören der Schulter- und Beckengürtel, die Wirbelsäule und die Kniegelenke. Flotte Musik begleitet die ganze Übungsstunde, welche sowohl im Stand, als auch auf der Matte stattfindet. Die angebotenen Übungen kräftigen die Muskulatur des ganzen Körpers. Durch den Einsatz verschiedener Kleingeräte (beispielsweise Brasils, Flexibar) kann auch die tiefliegende Muskulatur erreicht werden, welche für die Körperstabilität eine wichtige Rolle spielt.

Durch das vielfältige Training wird nicht nur die Beweglichkeit und das Herz-Kreislauf-System gestärkt, sondern auch das Körperbewusstsein und die Körperhaltung gefördert, da die Rolle der Atmung generell mit einbezogen wird. Es werden unter anderem Übungen aus dem Pilates, dem Faszientraining und der Aerobic angeboten. Das Step kommt ab und an zum Einsatz und so manche Stunde wird komplett als Intervalltraining (Tabata) durchgeführt. Die Stunde schließen wir mit einer Ruhephase und Dehnungseinheiten ab.

Andrea Hartmann-Schmidt  
Fitnesstrainerin  
Übungsleiterin B-Lizenz Step-  
Aerobic/Bodyshape +  
Kursleiterin DTB Pilates, Faszio,  
Flowing AthletiX



Die Donnerstagsgruppe

## Fitnessgymnastik 40plus

Die Gymnastik findet unverändert seit vielen Jahren am Freitagabend für eine Stunde ab 19 Uhr in der TG-Halle in der Jahnstraße statt.

Gila Bode ist die Abteilungsleiterin der Sportgruppe, Andrea Hartmann-Schmidt ist für die Durchführung der Übungsstunden verantwortlich. Für mehr Informationen kann gerne eine Nachricht an die auf der TG-Homepage angegebene E-Mail-Adresse gesendet werden.

Die Corona-Epidemie war zwar noch nicht überstanden, die Damen waren sich jedoch einig und willens mit dem Sport direkt im Januar wieder zu starten.

Das von Musik begleitete Training startet mit der Mobilisation der wichtigsten Gelenke.

Unter Einsatz von eigens angeschafften Therabändern, Redondobällen und Kleinhanteln folgen muskelkräftigende, körperstabilisierende sowie die Stützkraft einbeziehende Übungseinheiten im Stand und auf der Matte.

Im vergangenen Jahr begleitete die Fitnessstunde auch häufig ein Stuhl. Die Stunde endet mit einer umfassenden Dehnungs- und Ruhephase mit Fokus auf die Atmung.

Im Juni verbrachte die Gruppe einen ereignisreichen Tag in Oppenheim und Guntersblum bei einer Weinprobe und einer Planwagenfahrt.

Das Jahr 2022 war ein Jubiläumjahr für die Sportgruppe, die vor genau 40 Jahren bei der Turngemeinde gegründet wurde.

Dieses Ereignis wird im Sommer in Begleitung der heimischen Presse in der Turnerstubb und bei einem Abendessen im Bürgerhaus Oberselters gebührend gefeiert.

Ebenso im Juli fuhr ein Teil der Damen nach Erfurt zu den bekannten Domfestspielen, wo die Oper „Nabucco“ aufgeführt wurde.

Im September verbrachten die Damen einen freudigen Abend bei dem Musical „AbbaLapapp“ im Show-Spielhaus Hofheim.

Die Weihnachtsfeier im Dezember stellte den Abschluss des sportlichen Jahres dar und fand nochmals im kulinarisch sehr beliebten Bürgerhaus Oberselters statt.

Andrea Hartmann-Schmidt Übungsleiterin B-Lizenz Step Aerobic und Bodyshape, DTB Lizenz Kursleiterin Pilates, Faszio und Flowing AthletiX



Ehrung (oben) und Ausflug nach Erfurt



Jubiläum auf der Turnerwiese



## Ganzheitliches Gedächtnistraining

### Fit im Kopf – das merk ich mir!

Immer donnerstags von 9:30 bis 11 Uhr treffen wir uns in der Turnerstubb und bringen unseren Kopf mit Ganzheitlichem Gedächtnistraining in Schwung. Das Training wurde vom Bundesverband Gedächtnistraining e.V. auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse entwickelt und hat sich in der Praxis bewährt. Es bezieht alle Sinne und beide Gehirnhälften ein, verbessert den Stoffwechsel unseres Gehirns und steigert nachhaltig dessen Leistung. Wir sind eine muntere Truppe von Denksportfreunden bei der TG Camberg und konnten uns im vergangenen Jahr zum Training und auch zum beliebten gemeinsamen Mittagessen wieder in Präsenz treffen. Nach einer kleinen Winterpause freuen wir uns, seit dem 16. Februar 2023 wieder trainieren zu dürfen.

Ansprechpartnerin für Erwachsene in jedem Alter:

Angelika Häsler, weitere Infos auf der [TG-Homepage](#).



## Gerätturnen männlich

### Kinderturnen:

Die Turnstunde mittwochs wird durchschnittlich von 8 Schülern besucht. Die Jungs sind mit sehr viel Eifer bei der Sache. Es geht vor allem darum, der allgemein beklagten Bewegungsarmut der Kinder mit Sport & Spiel entgegenzuwirken. Beim Kinderturnfest in Weilburg haben die Jungs erste Plätze erreicht:

1. Platz:

Anton Eilert im gemischten 6-Kampf 9 Jahre

1. Platz:

Vincent Wehler im gemischten 6-Kampf 10 bis 12 Jahre

Der gemischte 6-Kampf besteht aus Reck, Boden, Bocksprung, Schlagballweitwurf, Weitsprung und 50 m-Lauf:

1. Platz:

Timon Wehler im Jedermann-Vierkampf 6 bis 7 Jahre

12. Platz:

Benjamin Elias im Jedermann-Vierkampf 6 bis 7 Jahre

14. Platz:

David Simon im Jedermann-Vierkampf 8 bis 9 Jahre

5. Platz

Henk Aits im Jedermann-Vierkampf 10 bis 12 Jahre

### Jugend- und Männerturnen:

Neben den Turnern besuchen auch gelegentlich Abiturienten und Studenten die Turnstunde am Freitagabend, aktuell zwei Lehrer.

Die Einen suchen Hilfe bei der Einübung ihrer Abi-Turnübungen, die Anderen kommen, wenn zur Aufnahme des Sportstudiums turnerische Pflichtübungen verlangt werden und die Lehrer wollen sich weiterbilden.

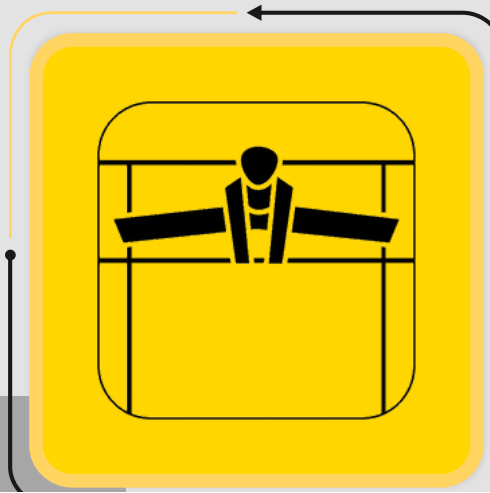
Wer also mal seine turnerischen Fähigkeiten testen will, ist freitags ab 20 Uhr in der TG-Halle herzlich willkommen.

### Wettkämpfe und Ergebnisse:

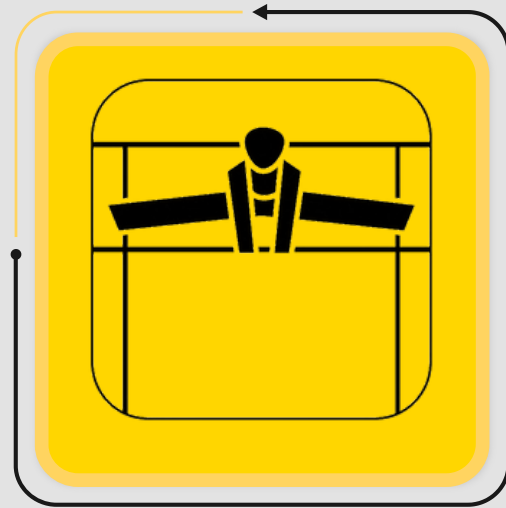
Deutsche Seniorenmeisterschaft Altersklasse 80+ am 14.5.2022 in Marktleeburg:

4. Platz: Rainer Schlicht mit 30,15 Punkten bei 8 Teilnehmern.

Vielen Dank an unsere FSJ-ler Jannis Riede und Miriam Böttger für die Mithilfe in den Turnstunden der Jungs und an Michael Pflüger, der immer als Kampfrichter zur Verfügung steht.



## Gerätturnen weiblich



### TG-Gerätturnerinnen im Aufwind

Erfreulicherweise konnte im Jahr 2022 wieder komplett trainiert werden, was die beiden letzten Jahre aufgrund der Corona-Krise nicht möglich war.

An der Übungsleiter-Situation und auch an der Gruppenstruktur hat sich im Laufe des Jahres einiges geändert. Ende des Jahres 2022 stand die Gerätturnabteilung weiblich wie folgt dar:

Gruppe/ Alter	Alter	Jahrgang	Trainingszeit	Übungsleiterinnen
Turnmäuse	4-7 Jahre	2015-2018	Montag 17 bis 18 Uhr	Nina Felgentreff, Theresa Wicht, Sarah Reifert
Turnhasen	7-8 Jahre	2014-2015	Freitag 15 bis 16:30 Uhr	Cleo Bölsing, Linda Richter, Nele Herzog
Turnküken	8-9 Jahre	2013-2014	Freitag 17 bis 18:30 Uhr	Tamara Eckrich und Lena Hermelink
Große Gruppe	9-15 Jahre	2007-2013	Montag 17:30 bis 19:30 Uhr Donnerstag 17 bis 19 Uhr	Ineke Fuhrmeister, Kristina Schnierer Ineke Fuhrmeister, Andrea Janz

Anfang des Jahres gab es noch keine vier, sondern drei Turngruppen. Die jüngsten Turnerinnen waren die Turnküken mit ihren Übungsleiterinnen Tamara Eckrich und Lena Hermelink. Die altersmäßig mittlere Gruppe wurde von Michaela Brands und Andrea Janz trainiert. Und die Gruppe der ältesten Turnerinnen trainierte mit den Übungsleiterinnen Ineke Fuhrmeister und Kristina Schnierer.

Die ersten Veränderungen gab es im April: Michi beendete recht kurzfristig ihre Übungsleiter-tätigkeit bei der Gerätturn-abteilung. Einerseits konnten wir in der kurzen Zeit keine neuen Übungsleiterinnen gewinnen, andererseits wechseln unsere Turnerinnen normalerweise mit etwa 10 Jahren zu den großen Turnerinnen. Also hatten wir eine Lösung gefunden, wie diese Turnerinnen weiter trainiert werden können.

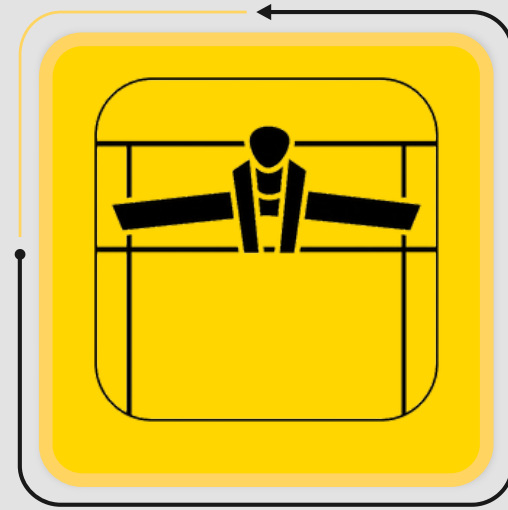
Andrea wechselte ebenfalls mit den Turnerinnen zur größten Gruppe zu den Übungs-leiterinnen Ineke und Kristina. Nun gab es nur noch zwei Turngruppen.

## Gerrätturnen weiblich

Die großen Turnerinnen trainierten inzwischen fleißig für die Gau-Rahmen-Einzelwettkämpfe, die nach zwei Corona-bedingt wettkampffreien Jahren nun endlich wieder am 9. Juli in Limburg stattfinden konnten. Trotz lückenhaftem Training durch die Lockdowns waren die Gerätturnerinnen der TG Camberg bei den Einzelwettkämpfen des Turngau Mittellahn sehr erfolgreich. Im Wettkampf mit den Turnübungen P3/P4, Jahrgang 2011-2013, konnten die TG-Turnerinnen das erste Mal Wettkampferfahrung sammeln. Unter vielen Teilnehmerinnen erturnte sich Marlitt Reiche den guten 4. Platz, Hannah Kleer wurde 17., Mia Kohler 19. und Marie Strube errang Platz 22. Im Wettkampf P4/P5, Jahrgang 2008 bis 2010, gehörte das gesamte Siegertreppchen der TG Camberg.

Bei der Siegerehrung konnten Linda Richter für Platz 1, Cleo Bölsing für Platz 2 und Nele Herzog für Platz 3 bejubelt werden. Josephine Häring komplettierte den Erfolg mit ihrem 5. Platz. Durch die wettkampffreie Zeit konnten die Übungsleiterinnen und Turnerinnen nicht wissen, wo sie im Vergleich zu den anderen Vereinen des Turngaus stehen. Deshalb waren alle sehr erfreut über diesen großartigen Erfolg!

Bei den Gaumannschafts-Rahmen-Wettkämpfen des Turngau Mittellahn, die ebenfalls erstmals seit der Corona Pandemie wieder am 17. September in Limburg stattfanden, waren die zwei Mannschaften der TG Camberg wiederum erfolgreich! Die Mannschaft der jüngeren Turnerinnen im Alter von 10 bis 12 Jahren nahmen zum ersten Mal an den Mannschaftswettkämpfen teil.



Mit dem 4. Platz in ihrem Wettkampf mit den Turnübungen P3/P4 waren sowohl die Turnerinnen Hannah Kleer, Mia Kohler, Rebekka Koslowski und Marlitt Reiche als auch die Übungsleiterinnen Ineke, Kristina und Andrea sehr zufrieden. Die älteren Turnerinnen, Jahrgang 2008 und jünger, kamen in ihrem Wettkampf P4/P5 sogar aufs Siegertreppchen und wurden für den 2. Platz mit Silbermedaillen belohnt. Mit ihrer tollen Leistung haben die Turnerinnen nur ganz knapp den 1. Platz verfehlt. Für diese Mannschaft turnten Cleo Bölsing, Josephine Häring, Nele Herzog und Linda Richter. Im September schafften wir es endlich unsere lange Warteliste abzuarbeiten. Mit drei extra Probetrainingsterminen konnten wir über 30 Mädchen sichten und schauen, welches Kind in welche Gruppe passen könnte. Nach den Herbstferien ging es los mit unseren zwei bereits bestehenden Gruppen, die mit neuen Turnerinnen aufgefüllt wurden, und mit zwei neuen Turngruppen mit insgesamt 30 Neuzugängen.



Das Bild zeigt das erfolgreiche Turn-Team der TG Camberg: hintere Reihe (v.l.n.r.): Andrea Janz und Kristina Schnierer (beide Kampfrichterinnen und Übungsleiterinnen), Josephine Häring, Linda Richter, Nele Herzog, Marlitt Reiche und Übungsleiterin Ineke Fuhrmeister; 3 vordere Turnerinnen (v.l.n.r.): Mia Kohler, Hannah Kleer und Rebekka Koslowski und im Spagat Cleo Bölsing.

## Gerrätturnen weiblich

Zum Glück konnten wir drei neue Übungsleiterinnen für unsere Abteilung gewinnen, die seit den Herbstferien die neue Gruppe der Turnmäuse im Alter von 4 bis 7 Jahren trainieren. Mit 12 kleinen Turnerinnen ist diese Gruppe auch gut gefüllt. Die drei neuen Übungsleiterinnen sind Nina Felgentreff, deren Tochter auch eine Turnmaus ist, weiterhin Theresa Wicht und Sarah Reifert. Alle drei Übungsleiterinnen haben als Jugendliche schon bei unserer Übungsleiterin Ineke Fuhrmeister trainiert. Schön, dass sie uns nun als Übungsleiterinnen zur Verfügung stehen. Die drei freuen sich sehr auf ihre neue Aufgabe und hatten bei den ersten Trainingseinheiten mit Kennenlernspielen sowie ersten turnerischen Übungen auch schon viel Spaß mit den kleinen Turnmäusen.

Neben den Turnmäusen konnten wir noch eine weitere Gruppe neu eröffnen. Übungsleiterinnen dieser Gruppe sind drei unserer großen Turnerinnen, die schon im Lauf des Jahres ihr Interesse als Übungsleiterinnen bekundet hatten. Da die drei Übungsleiterinnen Cleo Bölsing, Nele Herzog und Linda Richter noch sehr jung sind, werden sie von Übungsleiterin Andrea Janz und FSJ-lerin Miriam im Training unterstützt. In der ersten Trainingseinheit haben sich die Übungsleiterinnen mit ihren 7- bis 8-jährigen Turnmädchen erst einmal einen Namen für ihre neue Turngruppe überlegt: Sie sind nun die Turnhasen.

Auch die Turnhasen samt ihren Übungsleiterinnen waren bei ihren ersten Trainingseinheiten mit Begeisterung dabei.



Auf dem Bild ist das erfolgreiche Turn-Team der TG Camberg zu sehen. Hintere Reihe (v.l.n.r.): Kampfrichterin und Übungsleiterin Andrea Janz, Linda Richter, Cleo Bölsing, Josephine Häring, Nele Herzog, Übungsleiterin Ineke Fuhrmeister und Eleonor Hofmann, eine unserer großen Turnerinnen und beim Wettkampf als Betreuerin dabei. Vordere Reihe (v.l.n.r.): Hannah Kleer, Mia Kohler, Marie Strube und Marlitt Reiche.

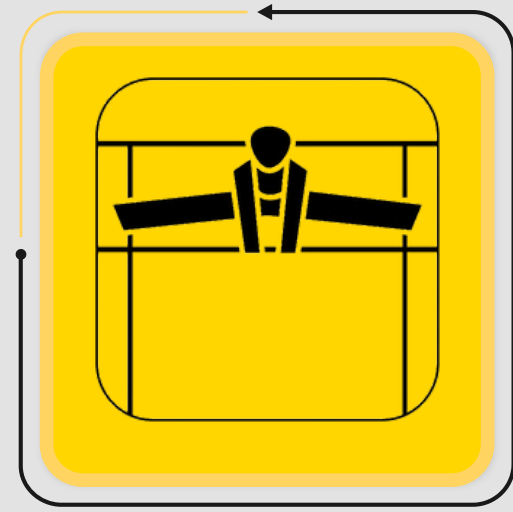


Das Team der Übungsleiterinnen der Abteilung Gerätturnen weiblich: hintere Reihe (v.l.n.r.): Tamara Eckrich, Ineke Fuhrmeister, Theresa Wicht, Sarah Reifert, Nina Felgentreff und Kristina Schnierer; vordere Reihe (v.l.n.r.): Andrea Janz, Lena Hermelink, im Spagat Cleo Bölsing, Linda Richter und Nele Herzog

## Gerrätturnen weiblich

Die schon länger bestehende Gruppe der Turnkücken im Alter von 8 bis 9 Jahren mit ihren Übungsleiterinnen Tamara Eckrich und Lena Hermelink wurden nun aus 13 Turnerinnen besteht. FSJ-lerin Miriam ist auch bei dieser Gruppe regelmäßig im Training als Unterstützung dabei. Bei den Turnkücken gilt es nun die Turnerinnen möglichst auf ein gemeinsames turnerisches Level zu bringen. Bei den ersten Trainingsterminen der Turnkücken mit den bisherigen und neuen Turnerinnen hatten alle zusammen viel Spaß. Unsere Gruppe der großen Turnerinnen trainiert zweimal pro Woche montags und donnerstags und wird von Ineke Fuhrmeister, Kristina Schnierer und Andrea Janz trainiert. Auch diese Gruppe hat Zuwachs von der Warteliste bekommen und ist mit nun 16 Turnerinnen die größte unserer Turngruppen. Die neuen Turnerinnen werden nun an das turnerische Können der bisherigen Turnerinnen herangeführt, um sich gemeinsam weiterzuentwickeln. Durch die Aufnahme von insgesamt 30 Turnerinnen in unsere nun vier Turngruppen ist unsere Abteilung von bisher 18 Turnerinnen auf nun 48 Turnerinnen angewachsen. Wir haben uns also mehr als verdoppelt. Wir sind sehr stolz darauf, unsere Abteilung vergrößert zu haben und natürlich freuen wir uns neue Mitglieder für unseren Verein gewonnen zu haben.

Am 5. Dezember haben wir uns mit allen Gruppen getroffen, um ein Abteilungsfoto aufzunehmen. Die Gelegenheit haben wir genutzt, eine Nikolaus-Aktion daraus zu machen. Der Vater unserer Übungsleiterin Nina besuchte uns als Nikolaus in der Halle und verteilte kleine Päckchen an die Turnerinnen. Darüber waren alle überrascht und die Freude war groß. Vielen Dank lieber Nikolaus! Noch zu erwähnen ist, dass in der Gerätturnabteilung „Jubilare“ aktiv sind: Ineke Fuhrmeister, eine der Übungsleiterinnen der Wettkampfgruppe, ist seit 2002, also inzwischen 20 Jahre aktiv! Unsere Abteilungsleiterin Andrea Janz, die inzwischen auch wieder im Training mithilft, ist bereits seit 1997, also 25 Jahre „im Amt“! Erwähnen wir auch noch unsere weiteren Übungsleiterinnen: Kristina Schnierer, ebenfalls Übungsleiterin der Wettkampfgruppe, ist seit vier Jahren dabei.



Und unsere Übungsleiterinnen der Turnkücken, Tamara Eckrich und Lena Hermelink, trainieren ihre Turnkücken seit fünf Jahren. Und wie oben beschrieben neu dabei im Übungsleiter-Team sind: für die Turnmäuse Nina Felgentreff, Theresa Wicht und Sarah Reifert und für die Turnhasen Cleo Bölsing, Linda Richter und Nele Herzog. Weitere Informationen über unsere Abteilung gibt es auf der [TG-Homepage](#). Dort ist auch eine E-Mail-Adresse angegeben, unter der wir zu erreichen sind.

Andrea Janz



Die Turnerinnen der Abteilung Gerätturnen weiblich mit ihren Übungsleiterinnen

## Happy Dance

Die bereits seit 10 Jahren existierende Happy-Dance-Stunde, findet in der TG-Halle in der Jahnstraße statt. Seit der Pandemie starten wir unseren Mittwochvormittag um 9 Uhr - das ist eine halbe Stunde eher als zuvor und wird nun beibehalten.

Bei Happy Dance handelt es sich um ein Tanz-Fitness-Programm mit sowohl sportlichen als auch tänzerischen Elementen. Allem voran steht dabei die Freude an der Bewegung zu der dafür speziell ausgewählten Musik. Körper und Geist werden gleichermaßen durch das Erlernen von bestehenbleibenden Choreografien gestärkt. Die Elemente sind abwechslungsreich und auch ohne Vorkenntnisse zu meistern. Die verwendeten Songs kommen aus den verschiedensten Genres. Lateinamerikanische Musik spielt dabei eine Rolle, aber auch Stücke aus dem Pop und dem Rock sind begehrt.

Aufgrund der im Frühjahr 2022 noch angespannteren pandemischen Lage, startete der erste 10er-Kurs im April. Im gleichen Monat erfreute sich die Gruppe an einer Musicalfahrt nach Fulda zur Uraufführung von „Robin Hood“.

Kurz vor den Sommerferien gab es im Juli das traditionelle Frühstück zum Abschluss des Kurses. Im September begann ein neuer 10er-Kurs. In jedem neuen Kurs werden ein bis zwei neue Songs vorgestellt, damit keine Langeweile aufkommt.

Im Oktober besuchten die Tänzerinnen das Neue Theater in Höchst zu einer spektakulären Show zum 40. Bühnenjubiläum der Künstlerin Lisa Fitz.



Lisa Fitz - Neues Theater Höchst



Robin Hood Musical Fulda



Das gemeinsame Adventsfrühstück fand im Dezember im Camberger Restaurant statt. Wer mehr über den Kurs erfahren möchte, der schreibt gerne eine E-Mail an Übungsleiterin Andrea Hartmann-Schmidt über die auf der [TG-Homepage](#) angegebene Mail-Adresse.

Andrea Hartmann-Schmidt

Übungsleiterin B-Lizenz Step Aerobic und Body Shape, Kursleiterin Pilates, Faszio und Flowing Athletics



Frühstück im Restaurant "Camberger"

# Karate

Die Abteilung Karate ist zurzeit 52 Mitglieder stark, alle Karatekas gehen mit Begeisterung zum Training in die TG-Halle und in die Turnhalle der Freiherr-von-Schütz-Schule. Es wurden dieses Jahr nach der langen Corona-Unterbrechung endlich wieder Prüfungen abgenommen.

Jeweils an den Sonntagen, 20. Februar, 6. März und 20. November fanden in der Turnhalle der Freiherr-von-Schütz-Schule für einen Teil der Karateabteilung Prüfungen statt. Unser Trainer Ali Cinar (5. Dan) hatte die Karatekas gut auf die Prüfung vorbereitet. Trotz Nervosität und ein paar kleinen Patzern konnte allen zur bestandenen Prüfung gratuliert werden.

Seit Mai haben wir auch Unterstützung aus den eigenen Reihen im Training bekommen: Dilan Öner ist seit 2015, Paul Maaß seit 2009 und Klaus Wölfel seit 2004 in der Abteilung Karate und nun als Trainer tätig. Dadurch haben wir die Trainingszeiten geändert.

Dilan und Paul trainieren die Kinder und Schüler in der Freiherr-von-Schütz-Schule und Klaus Erwachsene/Erwachsene Anfänger in der TG-Halle/Gymnastikraum.

Die Trainingszeiten im Überblick:

Montag  
17:30 bis 18:30 Uhr Kinder/Schüler

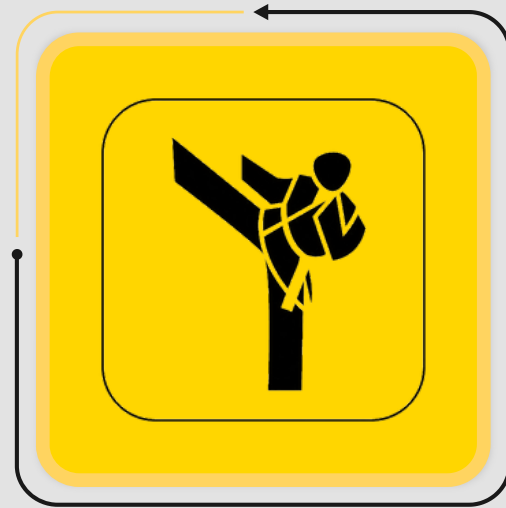
Montag  
18:30 bis 20 Uhr  
Jugend/Erwachsene

Mittwoch  
19:45 bis 21:15 Uhr Erwachsene

Donnerstag  
17:30 bis 18:30 Uhr Kinder/Schüler

Donnerstag  
18:30 bis 20 Uhr  
Jugend/Erwachsene

Freitag  
17 bis 18:15 Uhr Kinder/Schüler



Auch war die Abteilung beim TG Sommerfest, welches bei strahlendem Sonnenschein im Kurpark stattfand, mit einer Slackline dabei. Das Spielfest war wieder ein tolles Erlebnis für jung und alt.

Für die Zukunft wünsche ich der Abteilung weiterhin viel Spaß und Erfolg im Training und der ganzen TG-Familie für das kommende Jahr alles Gute.

Roland Seip



Erfolgreiche Karatekas



## Kinderabteilung

Wir haben wieder viele schöne und lebendige Turnstunden mit den Kleinsten unseres Vereins erlebt!

Die Abteilung umfasst Angebote für Kinder im Alter von einigen Monaten bis zu sechs Jahren: Kleinkinderturnen und Kindertanzen (3 bis 6 Jahre) sowie Eltern-Kind-Turnen (1 bis 3 Jahre). Der Krabbeltreffkurs für Eltern mit Babys bis zum Laufalter mit Yasmin Schütz endete im Juli 2022 und wurde nicht neu aufgelegt. Unterstützt wurden die Übungsleiterinnen in allen Stunden (außer beim Krabbeltreff) von dem/der jeweiligen FSJ-ler:in in der Turngemeinde. Herzlichen Dank an Jannis Riede und Miriam Böttger für ihren vielfältigen Einsatz im Jahr 2022!

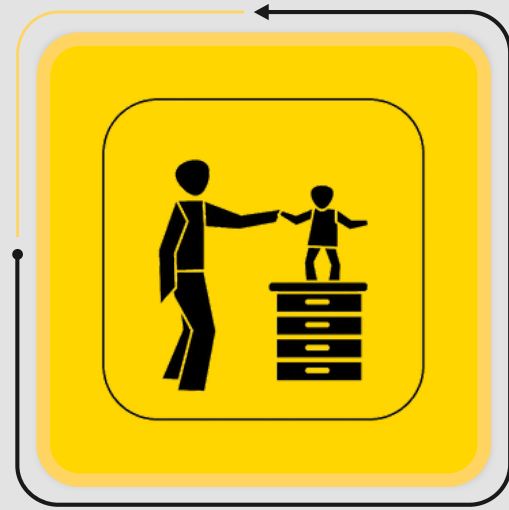
### Kleinkinderturnen (3 bis 6 Jahre)

Das Kleinkinderturnen erfreut sich nach wie vor großer Beliebtheit. Durch den Wegfall einer Gruppe - vorher fünf, jetzt vier Gruppen - (mit je 45 Minuten wegen Lüftungspausen zwischen den Gruppen) und durch regen Zulauf haben wir nach wie vor eine Warteliste. Von dieser wird jedoch immer wieder stetig nachgerückt, da es immer Fluktuation gibt. Eine größere Nachrückerwelle gibt es immer nach den Sommerferien, wenn die „Schulkinder“ in andere Sportangebote wechseln. Die Turnstunden finden montags und donnerstags nachmittags ohne Eltern statt und beinhalten Aufwärm- und Freispiel mit Rutscheautos, kleinen und großen Bällen, Frisbees und Pedalos, Sing- und Bewegungsspiele und einer Bewegungslandschaft aus Groß- und Kleingeräten.

Die Turnstunden wurden von den Übungsleiterinnen Rosy Löhr und Karen Heinen gehalten. Seit Oktober wurde Rosy Löhr, die bedingt durch OP und Reha das Kleinkinderturnen donnerstags nicht mehr abhalten konnte, bis Jahresende dankenswerterweise von Katja Eufinger (Gruppe 3) und Yasmin Schütz (Gruppe 4) vertreten, die ab Januar 2023 die Gruppen fest übernehmen werden und zusammen mit Elisabeth Klötters-Klein, Tanja Schüßler (beide donnerstags) und Mona Lamp (montags) das Übungsleiterteam verstärken.

### Integratives Kinderturnen (3 bis 6 Jahre)

Bedingt durch die Coronakrise gab es auch 2022 kein integratives Turnen.



Ursprünglich sollen zwei Mal wöchentlich Vorschulkinder der Freiherr-von-Schütz-Schule gemeinsam mit Kindern der katholischen Kita St. Marien und der Kinderoase turnen. Jetzt turnen Dienstagvormittag Kinder der Kinderoase und Mittwochvormittag die Vorschulkinder der Freiherr-von-Schütz-Schule jeweils getrennt. Die Stunden werden von dem/der FSJ-ler:in geleitet, unterstützt durch die jeweiligen Begleitpersonen der Schul- und Kitagruppen. Ansprechpartnerin /Koordinatorin für diese Turngruppen ist Eva Reichart.



Turnkinder mit der Übungsleiterin Karen Heinen (links) und FSJ-lerin Miriam Böttger (rechts)



## Kinderabteilung

### Kooperation Kindergarten-Verein (3 bis 6 Jahre)

Seit über 20 Jahren kommen Kinder der Kita St. Marien mit ihren Erzieherinnen einmal in der Woche zu uns in die TG-Halle! Auch diese Übungsstunden werden von jungen Erwachsenen, die ihr freiwilliges soziales Jahr in der TG absolvieren, gehalten. Unterstützt werden diese dabei durch pädagogische Kräfte der Kita. Die Kinder lieben es, in der großen Halle ordentlich toben und turnen zu dürfen, auch der Fußweg von der Kita zur Halle und zurück ist für die Kinder immer wieder ein Erlebnis!

### Kindertanzen (3 bis 6 Jahre)

Hier können sich Mädchen und Jungen von 3 bis 6 Jahren spielerisch zu unterschiedlichen Rhythmen und Musikrichtungen bewegen.

Spaß an Musik und Bewegung steht hier im Vordergrund. Schwerpunkte der Übungsstunden sind Rhythmik, kleine Tanzschritte, Bewegungsabläufe und einfache Tänze. Das Kindertanzen unter der Leitung von Anna Voht fand wieder im Gymnastikraum der TG-Halle statt.

Wie beim Kleinkinderturnen ist auch die Kindertanzgruppe voll belegt und es wird eine Warteliste geführt. Wir suchen auch hier Verstärkung im Übungsleiterteam, um der Nachfrage gerecht zu werden.

### Eltern-Kind-Turnen (1 bis 3 Jahre)

Ein Angebot am Donnerstagvormittag für die 1- bis 3-Jährigen mit Bewegungsliedern und einer altersgerechten Bewegungslandschaft, die die Kinder mit und ohne Assistenz der Begleitpersonen in der TG-Halle beturnen können.

Seit Oktober 2022 vertrat Yasmin Schütz Übungsleiterin Rosy Löhr, die aus gesundheitlichen Gründen das Eltern-Kind-Turnen nicht mehr abhalten konnte. Yasmin wird dankenswerter Weise auch im Januar und Februar 2023 hier im Einsatz sein, bevor Tanja Schüßler im März 2023 übernimmt.

### Krabbeltreff

Im Juli 2022 endete der Krabbeltreffkurs unter der Leitung von Yasmin Schütz mit Babys / Kindern bis zu einem Jahr.



Das Angebot umfasste verschiedene motorische Übungen, Fingerspiele und gemeinsame Bastelaktionen mit den Begleitpersonen. Ziel war es, die Entwicklung der Kinder durch altersangepasste Übungen zu fördern und neue Interessen zu wecken.

### Übungsleiter:innen gesucht!

Wir haben weiterhin regen Zulauf und suchen weitere Übungsleiter:innen für unsere Kleinkindangebote.

insbesondere für das Kindertanzen und das Eltern-Kind-Turnen.

Bei Interesse bitte bei der Abteilungsleitung Karen Heinen melden. Kontaktinformationen sind auf der [TG-Homepage](#) zu finden.

Karen Heinen



Faschingsturnstunde beim Kleinkinderturnen

# Kindeswohl

Im Jahr 2022 besuchten Maria Stillger und Thomas Rosa viele Fortbildungen und Veranstaltungen zum Thema Kindeswohl. Die Sportjugend Hessen gründete 2022 das Netzwerk Kindeswohl, hierfür qualifizierten sich in Hessen 20 Vereine. Unser Verein wurde vom Hessischen Innenminister Peter Beuth mit in diesen Kreis aufgenommen. Das macht uns sehr stolz.

Viele Aufgaben liegen allerdings noch vor uns: Wir wollen weiter Sensibilisieren, neue Übungsleiter:innen schulen und dieses wichtige Thema in unserem Verein weiter mit Leben füllen.

## Weltkindertag 2022

Im Herbst durften wir gemeinsam mit dem Kinderschutzbund und den Lions den Weltkindertag in der Jahnstraße veranstalten. Es war großartig mit diesen beiden Kooperationspartnern den Tag zu gestalten. Unser Jugendorchester, die Blockflötengruppe und die Leichtathleten verschönerten diesen Tag, auch wenn das Wetter nicht wirklich gut war.

Bald wollen wir auch unsere Kinder und Jugendlichen schulen. „LautStark – Dein Sport, Deine Rechte, Deine Grenzen“ ein neuer Baustein der Sportjugend richtet sich direkt an Kinder und Jugendliche. Ein Referent der Sportjugend Hessen wird gemeinsam mit der jeweiligen Ansprechperson unseres Vereins Kinder und Jugendliche sensibilisieren und über Kinder- und Jugendrechte, eigene Grenzen, Gewalt im Sport und Hilfsangebote sprechen.

Maria Stillger und Thomas Rosa



Eindrücke vom Weltkindertag

## Lauf- und Walkingtreff

Lauftreffleitung Wolfgang Raatz, Liz. B-Trainer „Sport in der Prävention“ des lsb 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. 300 m hinter dem Waldschloss.

Der TG Lauf- und Walking-Treff konnte wieder das ganze Jahr durchgeführt werden.

Leider mussten wir in diesem Jahr den Tod von Wolfgang (Jonny) Weismüller beklagen. Wolfgang hat den Lauftreff von seiner Gründung im Jahre 1980 geprägt. 25 Jahre war Wolfgang Leiter des Lauftreffs bis er den „Staffelstab“ im Juni 2005 an mich weitergab. Wolfgang hat uns über die weiteren Jahre immer als Betreuer unterstützt. Aus gesundheitlichen Gründen hatten wir auf ihn in den letzten Jahren jedoch schon verzichten müssen. Wir werden ihn immer in unserer Erinnerung behalten.

Die Anzahl der Teilnehmer:innen ist leider unverändert. Zurzeit kommen 5 Läufer, 2 Walkerinnen und 3 Nordic Walkerinnen, aber alle sind immer mit Begeisterung unterwegs.



In diesem Jahr wurde wieder für die Walker und Nordic Walker ein 2 Stundenlauf angeboten. Hier starteten die Teilnehmerinnen Ende September am Lauftreffparkplatz und gingen auf die Strecke ins Dombachtal. Die Gruppe wurde von Brigitte Thies, mit viel Spaß durch die Strecke geführt. Motiviert durch Brigitte starteten Gundi, Karin sowie 2 weitere Teilnehmerinnen. Alle Teilnehmerinnen hatten ihren Spaß.

Zum Jahresabschluss trafen sich die Walkern, Nordic Walkern und Läufern beim Silvesterlauf im Stadtwald. Gemeinsam wurde nach dem Lauf das Lauftreffjahr noch einmal kritisch betrachtet.

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



## Endlich wieder Wettkämpfe!!

Die großartige Ausbeute lässt sich in der Deutschen Bestenliste wiederfinden. So ist Julian Eufinger mit 1,93m im Hochsprung auf Platz 10 und mit 13,03m im Dreisprung auf Platz 17 von ganz Deutschland zu finden. Brikena Gashi ist mit 51,32m im Hammerwurf nicht minder erfolgreich und auf Platz 14 verortet. Lennart Bessems schaffte es dieses Jahr ebenfalls wieder auf eine top Platzierung (36) mit 61,30sec über die 400m Hürden. Mit Lennart und Julian schaffte es die 4x100m Staffel (45,98sec) komplementiert durch Marian Hartmann und Tom Duchardt auf Platz 38. Nicht zu vergessen ist unsere neue TG-Rekordhalterin und Inhaberin des Bahnrekords des heimischen Sportzentrums Kim Eidam über die 100m (12,08sec, Platz 65) und über die 200m (24,93sec, Platz 66).

Die Leichtathletikabteilung sucht dringend Unterstützung für unsere Kinder der 8 bis 11-jährigen. Es ist dabei egal, ob du schon Erfahrungen mit Training hast oder einfach nur Spaß daran mit Kindern zusammenzuarbeiten. Melde dich!



Unser Nachwuchs im Jugendbereich: Die 4x75m Staffel (Svyat, Luka, Vincent und Jan)

Altersgruppe/ Schwerpunkt	Trainingszeit	Übungsleiter
5 bis 7 Jahre	Di. 17 bis 18 Uhr Do. 16:30 bis 17:30 Uhr	Kaja Prochazka/ Luca Wimbes Brikena Gashi/ Brendona Gashi
8 bis 9 Jahre	Di./Do. 16:30 bis 18 Uhr	Anna Konrad/ Jade Hüttenschmidt/ Nele Gläßer TG-FSJ-ler:in
10 bis 11 Jahre	Di./Do. 16:30 bis 18 Uhr	Milena Hümmer/ Sonja Bogner/ Marija Dedic/ Julian Eufinger/ Yassin Amroune
ab 12 Jahren Disziplinbereich: Mehrkampf	Di./Do. 18 bis 19:30 Uhr Sa. 10 bis 12 Uhr	Anna Konrad/ Kathrin Buchheister
ab 12 Jahren Disziplinbereich: Wurf	Di./Do. 18 bis 20 Uhr Sa./So. 10 bis 12 Uhr	Wioletta Tasch
ab 12 Jahren Disziplinbereich: Sprint/ Langsprint/ Mittelstrecke	Di./Do. 18 bis 20 Uhr Sa./So. 10 bis 12 Uhr	Kim Eidam/ Jens Haber
Jedermann Leichtathletik und „Ehemalige“	Do. 19:30 bis 21:30 Uhr	Gudrun Fiedler

# Leichtathletik

Jeder, der gerne die Leichtathletik ausprobieren möchte ist herzlich willkommen. Wendet euch einfach direkt an die Trainer oder unsere Abteilungs-leiter Milena und Sonja. Die Kontaktdaten gibt es auf der [TG-Homepage](#).

Insgesamt konnten unsere Athleten 19 Titel bei Kreis- und Regionalmeisterschaften erkämpfen, weitere starke Platzierungen unter den ersten 20 bei Hessen- und Süddeutschen- und Deutschenmeisterschaften folgten ebenso:

## **Brikena Gashi (17)**

8. DM - Hammer  
3. SDM - Hammer  
2. HM - Hammer  
2. RM - Hammer  
1. KM - Kugel, Diskus, Hammer

## **Julian Eufinger (17)**

6. DM - Hochsprung  
1. SDM - Hochsprung  
3. SDM - Dreisprung  
1. HM - Dreisprung  
2. HM - Hochsprung (U18, U20)  
3. HM - Hochsprung (Männer)

## **Kim Eidam (20)**

2. HM - 100m

## **Clarissa Haubrich (14)**

3. HM - Speerwurf

## **Erik Schmidt (13)**

3. HM - Speerwurf

## **Staffel**

3. HM - 4x200m  
1. KM - 4x100m

## **Niklas Janz (16), Lennart Bessems (16), Marian Hartmann (16), Tom Duchardt (16), Lennart Bessems (16)**

4. HM - 400m Hürden  
1. KM - Kugel

## **Miriam Reichart (17)**

8. HM - Speerwurf

## **Vincent Wehls**

8. HM - Block Lauf

## **Fatjona Gashi (11)**

1. RM - Hammer  
1. KM - Kugel, Diskus, Hammer

## **Edward Scholz (12)**

1. KM - Speerwurf

## **Helena Roth (12)**

1. KM - Block Lauf

## **Jade Hüttenschmidt (15)**

1. KM - 300m

## **Jim Tögel (15)**

1. KM - 300m

## **Marian Hartmann (16)**

1. KM - Kugel

## **Svyat Sarantsov (12)**

1. KM - Vierkampf



## **Max Roth (12)**

1. KM - Hochsprung

## **Vincent Wehls**

1. KM - Kugel

## **Staffel**

1. KM - 3x1000m

Niklas Janz (16), Johann Escher (17), Julian Eufinger (17)

Mehrkampf Mannschaft

1. KM

Dreikampf Mannschaft

Luka Dedic (12), Edward Scholz (12), Svyat Sviatoslav (12)

Näheres zu den einzelnen Wettkämpfen kann dem Newsletter und den Berichten auf der [TG-Homepage](#) entnommen werden.



Unsere erfolgreichen Athlet:innen bei den HM (v.r.n.l.): Marian, Julian, Marija, Kim und Tom

## Leichtathletik

Neben Julian Eufinger im Hochsprung wurde unser Hammerwurf-Ass Brikena Gashi wieder in den D-Kader Wurf des HLV berufen.



Julian und Brikena (links) bei den DM im Sommer mit ihren Trainern Wiola und Frank (rechts)

Ebenso erfreulich wie diese Kadernominierung ist ein neuer Rekord bei den Sportabzeichen. 104 Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Alter von 6-65 Jahren absolvierten 2022 die vier Disziplinen im Bereich von Ausdauer, Kraft, Koordination und Schnelligkeit und wiesen alle ihre Schwimmfertigkeit nach. Für das kommende Jahr wurden sich 175 Sportabzeichen zum Ziel gesetzt.



Die erfolgreiche TG-Jugend bei der Sportabzeichenverleihung



Das Jahr 2023 kann für die Leichtathleten kommen. Neben den hessischen, süddeutschen und deutschen Hallenmeisterschaften steht ein besonderer Schmankerln in der Freiluftsaison 2023 an: das Jubiläumssportfest der Leichtathleten zum 175. Bestehen unseres Vereins am 14.5.2023 im heimischen Sportzentrum mit hochkarätigen Teilnehmern.

Wir danken allen Trainerinnen und Trainern, die mehrmals in der Woche im Einsatz sind, sowie deren Angehörigen. Auch den TG-FSJ-lern Jannis und Miriam 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.

Milena Hümmer, Sonja Bogner und Christian Schütz

## LnB Slow Motion

Das LnB Slow Motion-Angebot begann wieder nach den Sommerferien am 1.9.2021 und ist mit 15 bis 20 Teilnehmern fester Bestandteil des Mittwochnachmittags.

Lockerer Bewegungsflow im Stehen oder im Liegen wärmt die Teilnehmer für die Engpassdehnungen auf.

Die Stunde wird mit unterschiedlichen Achtsamkeitsübungen beendet, sodass die nötige Bettschwere gut genutzt werden kann, um zu Hause entspannt ins Bett gehen zu können. Einblicke in diverse Kulturen zu Achtsamkeit werden auch mal mit einem Lachen begleitet, wie z.B. die Schüttelübung der Indianer oder das weite Aufreißen des Mundes und Grimassenschneiden.

Für mentale Entspannungsübungen kann gerne eine warme Decke mitgebracht werden.

Die Pandemie-Hygienevorgaben wurden eingehalten und taten der Motivation erfreulicherweise keinen Abbruch.

Das Feedback der Teilnehmer bestätigt die Art des Angebotes, es sind durch die angeleiteten Übungen Schmerzlinderung erfahren worden sowie eine bessere Beweglichkeit.

Jeannette Truhöl



## Lungensport

Dienstags 9 bis 10 Uhr und 16:30 bis 17:30 Uhr.

Lungensport ist für alle, die an Atemproblemen leiden und über eine Verordnung für Rehasport vom Lungenspezialisten oder Hausarzt möglich.

Im vergangenen Jahr konnte der Lungensport erstmals komplett und nahezu ohne Einschränkungen stattfinden. Die Gruppen haben einen leichten Zuwachs erfahren. Vor allem in der Gruppe am Nachmittag sind aber noch Plätze frei.

Im Spätsommer konnten wir sogar einen gemeinsamen Besuch auf der Terrasse des Restaurants "Waldschloss" in Bad Camberg genießen und dort gemütlich den Tag ausklingen lassen.

Für das neue Jahr freuen wir uns auf weitere heitere Stunden und nehmen jeden Interessierten gerne auf.

Sophie Preuß



Gemütliches Beisammensein im Restaurant "Waldschloss"

# Matrosen

In 2022 sollte nach 2017 wieder eine Großfastnacht stattfinden. Leider war dies aufgrund der Pandemie in gewohnter Form mit zwei großen Umzügen am Fastnachtssonntag und Rosenmontag nicht möglich. Stattdessen erfolgte ein kleiner „Umzug“ seiner Majestät, des Prinzen Markus I., und ihrer Lieblichkeit, Cambergia Katharina I., zu verschiedenen Treffpunkten in der Stadt mit den Traditionsgruppen. Dabei wurden die ersten Orden der Session verliehen wurden.

Leider konnte ein Teil der Mannschaft wie auch der Kapitän Corona-bedingt nicht an der Ordensverleihung teilnehmen, so dass die Verleihung der Orden nur an eine Abordnung erfolgen konnte. Die weitere Ordensverleihung sollte dann im Rahmen der Großfastnacht 2023 erfolgen.

Am 26. Juni 2022 hatten wir einen Einsatz im Rahmen der Hochzeit der Leichtmatrosin Christel und dem Ultra-leichtmatrosen Christian. Die Matrosen waren zum Dienst am Sektempfang und zum Spalierstehen genauso wie auch bei der Feier am 30. Juli 2022 im Schützenhof dabei.



Vereinsbild zum 175-jährigen Jubiläum

Das in 2021 ausgefallene Bäumchenstellen für Emilia wurde am 22. Juli 2022 zusammen mit dem 1. Geburtstag nachgefeiert. Die Matrosen brachten eine „Pastorenbirne“ zum Einpflanzen mit und feierten ordentlich. Auch beim Jubiläumsfoto zum 175-jährigen Vereinsjubiläum am 24. September 2022 waren die Matrosen (natürlich mit Matrosen-Mütze) dabei.

Die neue Session wurde am 11.11.2022 unter Teilnahme einer Abordnung der Matrosen eröffnet.

Die Vorbereitungen für die in 2022 auf 2023 verschobenen Fastnachtsumzüge am 19. und 20. Februar 2023 beschäftigten die Matrosen zum Ende des Jahres. Im September wurde mit der Planung und ab Oktober mit dem Bau des neuen Salonbootes begonnen.

## Der Kapitän



Eröffnung der Fassenacht am 11.11.2022



Ordensübergabe am 27. Februar 2022



Hochzeit von Christel & Christian



Bäumchen für Emilia



## Mobil bleiben und mobil werden

Wir starten wieder am 19. Januar 2023 mit unseren Übungsstunden. Die Gruppe besteht aktuell aus Mitgliedern im Alter von 55 bis über 75 Jahren und setzt sich gleichermaßen aus Frauen und Männern zusammen.

Wir trainieren donnerstags von 11 bis 12 Uhr in der TG-Halle (auch in den Ferien).

Unsere Mobilisationsübungen dienen dem Aufwärmen und sanften Training für Muskeln, Sehnen und Bänder. Durch diese Übungen kann die Beweglichkeit und die Gelenkgesundheit gefördert werden. Ziel der Mobilisation ist die Erhaltung und Erweiterung des Bewegungsumfangs. Der Kurs eignet sich für alle, die etwas Gutes für ihren Körper tun möchten.

Für diejenigen, die sich gerne einmal ausprobieren möchten, gibt es die Möglichkeit, vor Ort einfach eine Schnupperstunde zu machen. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen und eingeladen, mit uns zu trainieren.

Ola Menz

Übungsleiterin C-Lizenz  
Breitensport Erwachsene/Ältere  
Fitnesstrainerin



Die Gruppe "Mobil bleiben und mobil werden" mit Übungsleiterin Ola Menz (stehend rechte Seite)

## 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. im Gymnastikraum von unseren Übungsleitern Volkert Reichart und Christian Schütz und das Krafttraining im TG-Studio im Wechsel von unseren beiden Übungsleitern Oliver Roth und Christian Schütz betreut. Wenn unsere Übungsleiter mal verhindert waren, stand Rainer Schlicht als Vertreter zur Verfügung. Zusätzlich betreut Rainer Schlicht auch die etwas älteren Buben, denen die Gymnastik mit Volker mittlerweile etwas zu schwer geworden ist.

Die Beteiligung in der TG-Halle lag bei durchschnittlich etwa 32 Aktiven.

Im Mai konnten wir dann die durch die Corona-Pandemie ausgefallene Weihnachtsfeier mit einem Grillfest auf der Turnerwiese nachholen.

Auch 2022 haben sich die Montagsbuben wieder aufs Rad geschwungen:

So wurde an den Montagen vom 13. Juni bis zum 15. August 2022 in zwei Gruppen Rad gefahren. Für die Führung und Streckenauswahl der Gruppe 1 stellten sich acht Montagsbuben zur Verfügung. Die Gruppe 2 wurde durchgehend von Karl-Heinz Haber geführt.

Zum Abschluss der Montagsradsaison trafen sich die Montagsbuben zu einer zweiten Grillfeier auf der Turnerwiese.

Da die Montagsbuben 2022 ihr 40-jähriges Bestehen feiern durften, wurde die obligatorische 2-Tages-Tour von Uwe Wloczyk und Klaus Barth zu einer 6-Tages-Radtour verlängert. Diese Tour führte uns von Toblach an der Drau bis zur slowenischen Grenze. Das Video zur Tour ist über den unten stehenden QR-Code abrufbar.

Zusätzlich zu dieser Tour hatte Rainer noch eine Tour entlang der Westerwälder Seenplatte mit einer Übernachtung in Westerborg organisiert. Eine Alpentour mit dem Rad durfte natürlich in 2022 auch nicht fehlen.



Außerdem engagierten sich die Montagsbuben beim Sommerfest der TG im Kurpark mit mehreren Stationen sowie bei der städtischen Veranstaltung "Spiel ohne Grenzen" rund um den Marktplatz.

Kurz vor der Weihnachtsfeier, die diesmal in der Turnerstubb stattfand, stand der Besuch des Badmintonländerspiels Deutschland-Dänemark auf dem Programm.

Junge Sportler ab 30 Jahren sind sehr willkommen

Thomas Kern



Die Montagsbuben auf ihrer 40-jährigen Jubiläumsradtour in Österreich



SCAN ME

## Musikabteilung

Die Musikabteilung bietet seit vielen Jahren ein umfangreiches musikalisches Kontrastprogramm zum Sport. Mit unserem ganzheitlichen Ausbildungskonzept betreuen wir musikinteressierte Kinder ab 4 Jahren bis zum fertigen Musiker. Dafür stehen ausgebildete Übungsleiter:innen sowie externe Musikschulen oder professionelle Musiklehrer zur Verfügung. Wir legen besonderen Wert auf eine langfristige Bindung unserer Musiker an das Blasorchester. Dafür bieten wir einen frühen Einstieg über die Blockflöten-gruppe, die Instrumental-ausbildung und das möglichst frühe Zusammenspiel im Orchesterverbund.

### UNSERE ANGEBOTE IM ÜBERBLICK

#### **Abteilung 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 und Musikerinnen! Wenn du Interesse hast, melde dich bei unseren Abteilungsleitern Monika Eufinger oder Oliver Lenz – den Kontakt findest Du auf der TG-Homepage. Wir freuen uns auch auf einen Besuch in unserer Probe, immer dienstags ab 19 Uhr im Übungsraum in der Turnhalle der TG Camberg.

Probe:

Jugendprobe: dienstags von 19 bis 20 Uhr

Orchesterprobe: dienstags von 20:15 bis 21:45 Uhr

#### **Abteilung Musikalische Früherziehung**

Ziel der Musikalischen Früherziehung:  
Spielerisches Heranführen an die Musik durch kindgerechten Unterricht

*Übungsangebote:*

Kurs: **Anfänger**

Zeit: Samstags von 11:15 bis 12 Uhr für Anfänger ab 4 Jahren

Ort: Gymnastikraum der TG-Halle

Ansprechpartnerin: Isabelle Griesand

Kurs: **Fortgeschrittene**

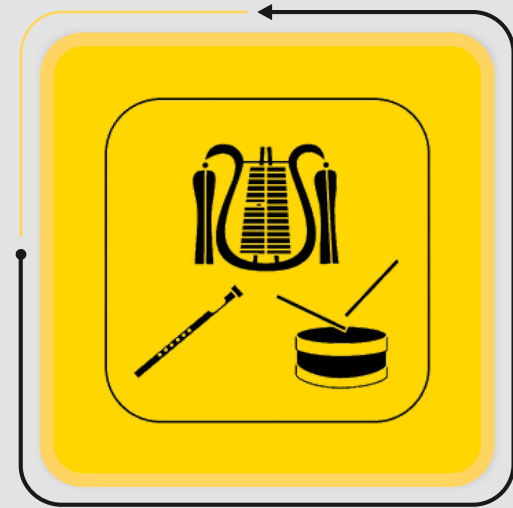
Zeit: Samstags von 10 bis 10:45 Uhr für Fortgeschrittene ab 5 Jahren

Ort: Gymnastikraum der TG-Halle

Ansprechpartnerinnen:

Isabelle Griesand /

Elena Schröder



#### *Inhalte*

##### *Musikalische Früherziehung:*

Dass die Beschäftigung mit Musik – und dabei ganz besonders der frühe Beginn – sich hervorragend auf die Ausbildung der Persönlichkeit des Kindes auswirkt, haben „Insider“ schon immer gewusst. Ihnen genügt ihre eigene Erfahrung, die zeigt, dass sich Intelligenz, sozial ausgeglichenes Verhalten und Kommunikation schon bei den Kleinsten positiv entwickeln. Musikalische Tätigkeiten nehmen hier sogar einen ganz besonderen Platz ein, weil sich über Sprache, Melodie und Rhythmus gleich mehrere Gebiete miteinander verknüpfen. In der musikalischen Früherziehung stehen die kindlichen Selbsterfahrungen des Körpers im Vordergrund. Begleitet werden die Kinder hierbei vom "Musikkater" und der "Tripptrapp-Maus". Über zwei Unterrichtsjahre verteilt erfahren die Kinder mehr über folgende Themengebiete:

- Singen und Sprechen
- Elementares Instrumentalspiel
- Musikhören
- Bewegung und Tanz
- Kennenlernen unterschiedlicher Musikinstrumente

Die Gruppen der Musikalischen Früherziehung treten beim TG-Sommerfest und im Rahmen der Eltern-Mitmach-Stunde auf.

## Musikabteilung

### Abteilung Blockflötengruppe

Ansprechpartnerin:  
Christine Weddig

Ziel der Blockflötengruppe:  
Erlernen eines einfachen Instrumentes und erste Erfahrungen beim Musizieren in einer Gruppe

Zielgruppe: Für Kinder ab dem 1. Schuljahr oder im Anschluss an die Musikalische Früherziehung

#### Übungsangebote:

##### Kurs: **Anfänger 1**

Zeit: Mittwochs 15 bis 15:45 Uhr  
Ort: Musikzimmer oder Turnerstubb in der TG Halle  
Ansprechpartnerin:  
Christine Weddig

##### Kurs: **Anfänger 2**

Zeit: Mittwochs 16 bis 16:45 Uhr  
Ort: Musikzimmer oder Turnerstubb in der TG Halle  
Ansprechpartnerin:  
Christine Weddig

##### Kurs: **Fortgeschrittene 1**

Zeit: Freitags 15:45 bis 16:30 Uhr  
Ort: Musikzimmer oder Turnerstubb in der TG Halle  
Ansprechpartnerin:  
Christine Weddig

##### Kurs: **Fortgeschrittene 2**

Zeit: Freitags 14:45 bis 15:30 Uhr  
Ort: Musikzimmer oder Turnerstubb in der TG Halle  
Ansprechpartnerin:  
Christine Weddig

#### *Inhalte Blockflötenausbildung:*

Die Kinder werden spielerisch an die Welt der Noten und des Musizierens herangeführt. Sie lernen die Namen der verschiedenen Noten und das Notenliniensystem kennen. Der Blockflötenunterricht erstreckt sich immer über den Zeitraum eines Schuljahres und wird in der Regel für drei Jahre angeboten. Generell beginnen wir im Vorschulalter und 1. Schuljahr. Schon nach kurzer Zeit können die Kinder kleine Lieder mit drei bzw. vier 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.

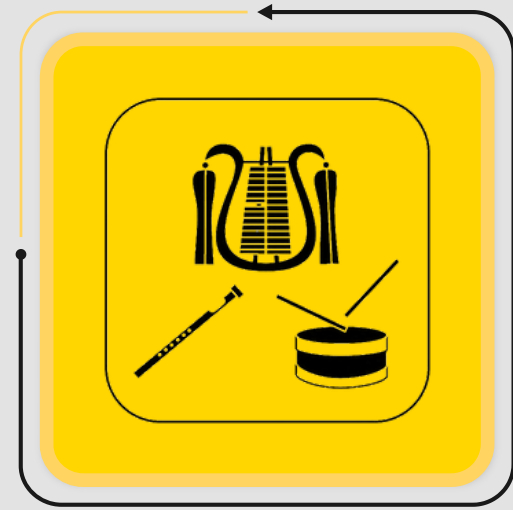
Die Blockflötengruppen treten beim TG-Sommerfest und beim Adventszauber in Dombach auf.

Die Kinder werden von Christine Weddig mit viel Verständnis und Einfühlungsvermögen betreut. In der Vorweihnachtszeit (außerhalb der Pandemie!) treffen sich die Gruppen zu kleinen Adventsfeiern, schauen einen Weihnachtsfilm oder vertilgen Selbstgebackenes. Christine hat immer wieder Ideen für Neues und ist gespannt auf das Jahr 2023.

### Abteilung Jugendorchester

(integriert in das Erwachsenenorchester)

Ansprechpartner:in:  
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 sie an der Orchesterprobe teilnehmen. Das Ziel ist es, die Kinder und Jugendlichen mit ihrem Leistungsstand angepasster Literatur schnell und mit hoher Motivation an das gemeinsame Musizieren zu gewöhnen und sich in der Musikabteilung wohlfühlen. Das Repertoire umfasst: Moderne Blasmusik, Filmmusik, Pop und Rock.

Probe: Dienstags von 19 bis 20 Uhr.

Außerhalb der Pandemie spielen die Schüler:innen in diesen 60 Minuten mit den Erwachsenen zusammen, um so eine schnellere musikalische Entwicklung zu durchlaufen, die erwachsenen Musiker kennenzulernen und um ein schönes musikalisches Erlebnis zu haben. Corona-bedingt müssen wir die Gruppen leider teilen.

# Musikabteilung

## Juni 2022

*Musikalische Eröffnung beim Jubiläum des Lions Club Idstein*  
Anlässlich des 50-jährigen Jubiläums des Idsteiner Lions Club eröffnete ein Ensemble des Blasorchesters der TG Camberg die Feierlichkeiten im Bürgerhaus Oberselters. Das Ensemble studierte hierfür extra drei neue Stücke ein, die ihrem jeweiligen Genre entsprechend die Vielseitigkeit des eigentlichen Blasorchesters, aber auch die der gesamten Turngemeinde darstellen sollten. Den Auftakt bildete "La Mourisque" von Tielmann Susato, ein Renaissance Stück. Mit "The Final Countdown", einem Rock-Klassiker der Gruppe Europe, brachte das Ensemble ganz andere Töne zum Vorschein. Die Musiker:innen verabschiedeten sich mit der "Allerhand Polka", einer schwungvollen Polka in einem Arrangement von Quattro Poly.

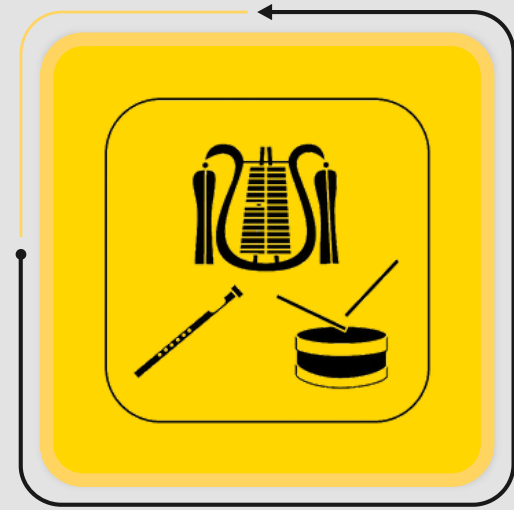


*D1 Lehrgang 2022 erfolgreich abgeschlossen*  
Am Samstag, den 11. Juni standen für 19 junge Musiker:innen aus Würges, Bad Camberg, Niederbrechen, Oberbrechen, Villmar, Runkel und Dauborn die D1-Prüfungen an.

Nach monatelanger Vorbereitung und vielen Stunden des Lernens und Übens wurden die Jugendlichen in den Fächern Gehörbildung, Musiktheorie und Instrumentalspiel geprüft. In den Räumen der TG Camberg wurde morgens zunächst ein Theorie-Test geschrieben. Danach stellten sich die Nachwuchsmusiker:innen einer fachkundigen Jury und präsentierten ihre Prüfungsstücke. Trotz aller Aufregung konnten alle Teilnehmer:innen ihre Prüfungen bestehen und bei der Abschlussfeier die gemeinsam einstudierten Stücke vor den zahlreich angereisten Verwandten präsentieren. Das Lehrgangsteam Laura Freimuth und Mathias Müller-Lenz freute sich mit allen Musiker:innen und lobte besonders den großen Einsatz der jungen Menschen. Herzlichen Glückwunsch noch einmal an alle Teilnehmer:innen und die Verantwortlichen in den Vereinen.



*Musikalische Früherziehung - Übungsleiter/-in gesucht*  
Seit Mitte 2022 sucht die Musikabteilung Jugendliche oder junge Erwachsene, die Lust auf eine Übungsleitertätigkeit bei der Musikalischen Früherziehung (MFE) haben. Der Einstieg ist gar nicht so schwierig:



Man muss mind. 16 Jahre alt sein und Lust darauf haben mit Kindern zwischen 4 und 6 Jahren spielerisch die Welt der Musik zu entdecken. Dabei kann man noch sein Taschengeld aufbessern!  
In der MFE werden die Kinder in Gruppen bis zu acht Kindern spielerisch an die Musik herangeführt. Das beinhaltet Singen, Tanzen, Spielen mit einfachen Instrumenten (Handtrommeln, Stabspiele, Rasseln, Triangel, ...), das Erlernen von einfachen Rhythmen, erster Kontakt mit Noten, und vieles mehr. Zur Zeit bieten wir einen Anfängerkurs und einen Fortgeschrittenenkurs an!  
Die Kursstunden finden jeden Samstagmorgen (Ausnahme: Schulferien) von 10 bis 12 Uhr (2 x 45 Minuten Kurs + Pause zwischen den Kursen) in der TG-Halle statt. Jede Gruppe wird gemeinsam von zwei Übungsleitern betreut. Die Aufgabe der Übungsleiter ist dabei, neben dem Durchführen, auch das Planen und Vorbereiten der Stunden. Hierfür stehen verschiedene Lehrmaterialien zur Verfügung.  
Da wir ja eine erfahrene Übungsleiterin haben, kann man ganz entspannt in die Aufgaben hineinwachsen. Wer Interesse hat oder jemanden kennt, für den es genau das Richtige wäre, der meldet sich unter dem auf der [TG-Homepage](#) angegebenen Kontakt.

# Musikabteilung

Juli 2022

## Sommer, Sonne, TG Spielfest

Im schattigen Kurpark konnten sich am 3. Juli Besucher, vor allem aber die Kinder und junggebliebenen, vom vielfältigen Angebot der Turngemeinde überzeugen und mitmachen. Auch der Nachwuchs der Musikabteilung mit der Blockflötengruppe von Christine Weddig und dem Schülerensemble unter der Leitung von Johannes Eufinger und Johannes Wecker konnten sich präsentieren. Alle hatten sich gefreut nach zwei Jahren wieder eine Bühne zu finden.



## Serenade des Blsorchesters im Amthof

Das TG Blsorchester ist stolz auf sein gelungenes Comeback: Die Serenade im malerischen Amthof von Bad Camberg lockte sehr viele Besucher an. Da war es wieder, dass prickelnde Gefühl eine Bühne für die musikalische Arbeit zu haben und in begeisterte Gesichter zu schauen.

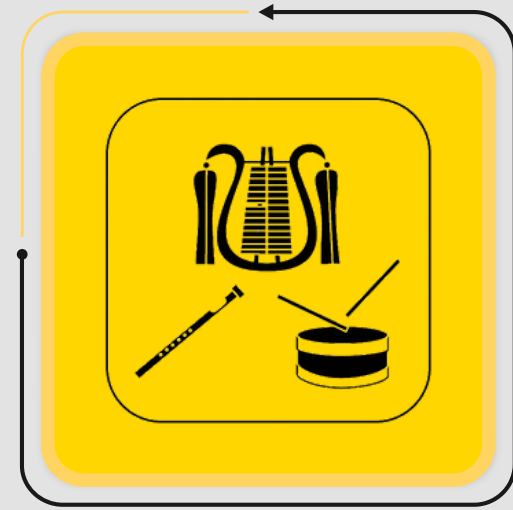
Dirigent Mathias Müller-Lenz, der selbst witzig und informativ durch das Programm führte, bot mit seinen Musiker:innen ein abwechslungsreiches Programm.

Als musikalischer Opener diente „Figaros Hochzeit“ aus der Opera buffa von Wolfgang Amadeus Mozart.

Danach gab das Schüler- und Jugendensemble, unter der Leitung von Johannes Eufinger, einen Einblick in die musikalische Arbeit. Die „Peer Gynt-Suite“ nach einer nordischen Sage von Edward Grieg und „Feuervogel“ aus dem gleichnamigen Ballett mit der Musik von Igor Strawinsky wurden von den Schüler:innen der Instrumentalausbildung und ihrem Dirigenten engagiert vorgetragen.

Weiter ging es mit dem Blsorchester und dem Werk „Adagio“ aus Spartacus von Aram Chatschaturjan. Es thematisiert die dramatische Liebesgeschichte des einstigen Sklaven und Gladiatoren Spartacus und seiner Geliebten Phrygia. Die Ballett-Musik des Komponisten Chatschaturjan erinnert an vielen Stellen an den Film „Spartacus“ mit Kirk Douglas aus dem Jahr 1960 und im Kopf spielten sich romantische und dramatische Szenen des Filmgeschehens ab.

Das „Vilia Lied“ aus der Operette „Die lustige Witwe“ des ungarischen Komponisten Franz Lehár, bot den Kennern dieses Genres Gelegenheit zum Schwelgen. Das folgende Werk „Die Pinien der Via Appia“ von Ottorino Respighi war sicherlich ein weiteres Highlight dieses musikalischen Abends.



Das Orchester verstand es durch gekonnte Dramatik beim Aufbau der musikalischen Elemente das folgende Bild in die Köpfe der Besucher zu transportieren: Eine Nacht über der römischen Ebene – mehrerer Legionen von römischen Soldaten erwachen nach einer durchzechten Siegesnacht aus dem Schlaf. Nach und nach erheben sie sich, packen ihre Sachen, bis sich das gesamte Heer auf den Weg zum triumphalen Einmarsch in Rom macht. Ein wahrlich bewegendes Werk für Orchester und Zuhörer!

Da in der Musikabteilung der TG Camberg nicht nur instrumentaler Nachwuchs gefördert wird, sondern auch der für das Dirigat, übernahm danach Selina Lenz den Taktstock. Sie fuhr im Programm mit dem „Second Walz“ von Dmitri Schostakowitsch fort.

„Dona Nobis Pacem“ – Gib uns Frieden. Der Titel dieses Stückes aus der Feder von Thomas Doss konnte aktueller nicht sein. Es bohrte sich mit seiner sehnsuchtsvollen Melodie in die Seelen der Musiker:innen und des Publikums. Das Werk „Alleluia“ von Randal Thompson wurde von Dirigentin Selina Lenz – im Rahmen ihrer Dirigentenprüfung – aus einem vierstimmigen Choral heraus für ein großes Blsorchester arrangiert.

## Musikabteilung

Randal Thompson komponierte dieses Werk im Frühling 1940. Er wurde damit beauftragt, zu den Feierlichkeiten der Eröffnung des Berkshire Music Centers eine Fanfare zu komponieren. Aber in Anbetracht der Kriegsgeschehen in Europa und des Angriffs auf Frankreich durch die Nationalsozialisten, weigerte sich Thompson, eine Fanfare zu schreiben und komponierte dieses musikalische Gebet für das Boston Symphony Orchestra. Nach diesen bewegenden Momenten übernahm Mathias Müller-Lenz wieder die Leitung und kündigte das finale Stück des Orchesters an: Wieder ein monumentales Tonbild mit dem Namen „Das große Tor von Kiew“. Der Komponist Modest Mussorgski beschreibt hier im Rahmen seines musikalischen Gesamtwerkes „Bilder einer Ausstellung“ das Gemälde eines Gebäudes, das nie erbaut wurde. Beim Hören entstanden Bilder vom russischen Zarenreich, einer russisch-orthodoxen Kirche mit Mönchgesang und einer gewaltigen Architektur. Dem reichlichen Applaus geschuldet bot das Orchester mit dem „Ungarischen Tanz No. 5“ eine flotte Zugabe. Damit ging sicherlich jeder der Anwesenden angeregt, zufrieden und mit einem Ohrwurm mehr nach Hause.



Impression der Serenade im Amthof

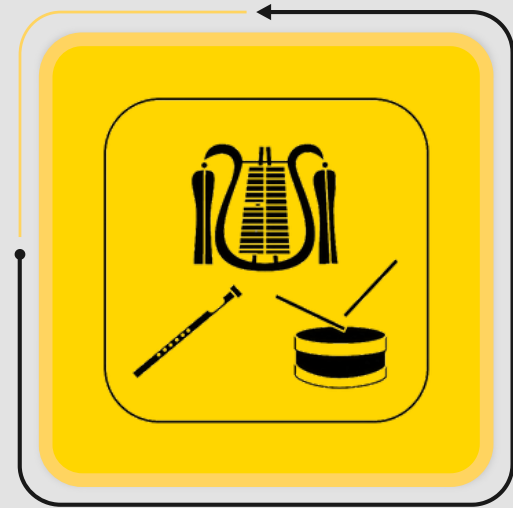
### Oktober 2022

#### *Orchester-Event*

Per Pedes ging es am 15. Oktober 2022 mit unseren Musikerinnen und Musikern nach Niederselters. Auf zwei Wegstationen wurde die Gruppe mit Kuchen und Getränken versorgt, so konnte man die 6 km Fußweg gut überstehen. In Niederselters angekommen, kehrten wir in einem Restaurant ein, welches von den Eltern einer Mitmusikerin geführt wird. Im „Split“ waren wir bestens aufgehoben.

#### *Holzbläser Ensemble der Musikabteilung zu Gast bei Vokalkonzert*

Das Bad Camberger Vokalensemble ARTonal gab in der katholischen Kirche St. Peter und Paul in Bad Camberg sein Konzert mit dem Titel „Herbst-Klänge“. Es wurde eine erstklassige Musikveranstaltung mit sorgfältig ausgesuchten Stücken präsentiert.



In der Mitte des Konzertes begeisterte ein Holzbläserensemble die Besucher. Hier ein Zitat aus der Tageszeitung: „Das Holzbläserensemble des Blasorchesters Bad Camberg intonierte zwei Stücke. „Panis angelicus“ bedeutet Engelsbrot und ist eines der beliebtesten Werke von César Franck.

Das Holzbläserensemble brachte es in ergreifender Zartheit und Verfeinerung zu Gehör. In dem Gedicht „Abendempfindung“ von Johann Heinrich Campe geht es darum, dass eine Brücke zwischen Lebenden und Toten entsteht, wenn aus Tränen Perlen des Gedenkens werden. (...) Das Ensemble setzte das Stück derart berührend um, dass ein Gänsehautmoment entstand.“



Teilnehmer des Orchester-Events

## Musikabteilung

### November 2022

#### *Probewochenende des Blasorchesters*

Ein weiteres Highlight im Jahr 2022 war zweifellos das Probewochenende in Bad Marienberg. Damit konnte das Orchester einen Grundstein für ein Filmmusikkonzert am 23. Juni 2023 legen. Mit Spannung blickten Dirigent und Musiker:innen nun auf das Jahr 2023.

#### *Franz Martin Wenz spendet für die Nachwuchsarbeit in der Musikabteilung*

Die Musikabteilung freut sich sehr darüber, dass die Jugendarbeit mit einer Spende bedacht wurde. Franz Martin Wenz, selbst Musiker von jung an und bekannt als Posaunist und witziger Moderator im Camberger Kurorchester, beschloss nach der Beendigung seiner musikalischen Karriere vor wenigen Wochen, ihm wichtige Vereine mit einem Beitrag zu versehen. Gerade nach der Pandemie ist es notwendig wieder mit der Förderung des Nachwuchses durchzustarten und damit verbundene Angebote zu ermöglichen.

Ein herzliches Dankeschön von den Musiker:innen der Musikabteilung.

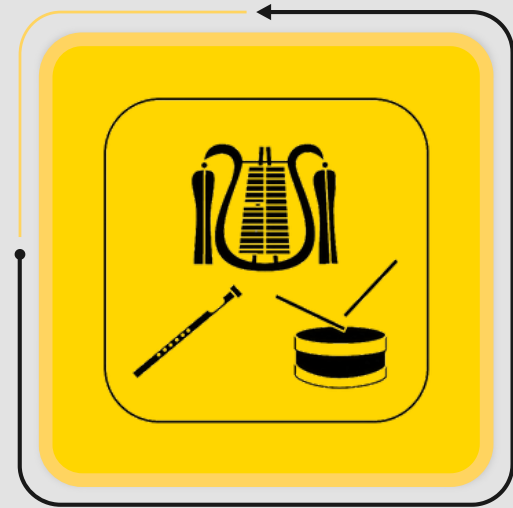
### Dezember 2022

#### *Weihnachtliches im Städtchen*

Verschiedene Ensembles aus dem Blasorchester waren in der Stadt und auf den Weihnachtsmärkten unterwegs, um weihnachtliche Stimmung zu verbreiten. Besondere Aufmerksamkeit erhielten auch die Bewohner der Alten- und Pflegeheime sowie der Kurkliniken.

#### *Jahresabschluss der Musikabteilung*

Das Orchester traf sich zur letzten Probe des Jahres – aber es sollte ein besonderer Abend werden. Das versprach Dirigent Mathias Müller-Lenz den Musiker:innen. Es wurde Winzerglühwein organisiert und es gab leckere Plätzchen. Allem voran stand aber ein Wettbewerb der besonderen Art: Alle Musikerinnen und Musiker mussten ihren Namen auf einen Zettel schreiben und es wurden per Los drei willkürliche Gruppen zusammengestellt.



Diese mussten in 30 Minuten ein Pflichtstück und ein Kürstück aus dem Genre der Weihnachtsmusik vorbereiten und durften ausdrücklich der Fantasie freien Lauf lassen. Anschließend wurde das Vorbereitete präsentiert und diese Präsentation entpuppte sich als große, spaßige Überraschung. Da wurde gesungen, choreografiert, etwas Theater gespielt und es gab sogar ein Gesang-Solo auf Italienisch. Das war super und wir waren alle von uns selbst überrascht. Eine Jury, bestehend aus dem Dirigenten und Christoph Rösner, wählte abschließend das Sieger Team des Abends.



Die Weihnachtsfeier des Orchesters



Spendenübergabe mit Franz-Martin Wenz (vorne Mitte)



## Musikabteilung

### MUSIKALISCHE FRÜHERZIEHUNG

Die Musikalische Früherziehung (MFE) ist ein Teil der Musikabteilung der TG Camberg und ist ein Kursangebot für Kinder im Alter zwischen 4 und 6 Jahren, um sie spielerisch an die Welt der Musik heranzuführen. Die Kursstunden finden Samstagsmorgens in zwei Gruppen (Anfänger und Fortgeschrittene) zwischen 10 und 12 Uhr im Gymnastikraum der TG-Halle statt.

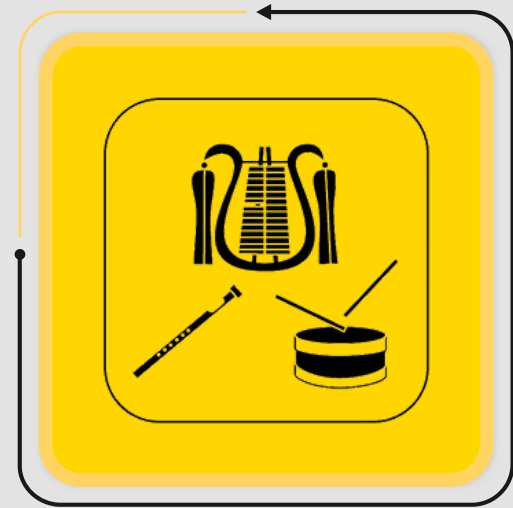
Weitere Informationen findet man auch auf der [TG-Homepage](#).

In der Musikalischen Früherziehung werden die Kinder spielerisch und mit viel Spaß an die Welt der Musik herangeführt. Dabei ist der „Musikkater“ ihr ständiger Begleiter. Egal ob beim „Rhythmischen Obstsalat“, Erlernen der „Geheimschrift der Indianer“, dem „Tücher-Tanz“, einem Besuch bei der „Musikfamilie“ oder einer rasanten Fahrt mit der „Trommel-Eisenbahn“, der „Musikkater“ ist immer mit dabei und begleitet die Kinder, wenn sie ihre Erfahrungen mit den Instrumenten des kleinen Schlagwerks, Noten, einfachen Rhythmen, Tanz und vielem mehr machen.

Nach zwei Jahren, in denen die Corona Pandemie den Übungsbetrieb immer wieder erschwert hat, verliefen die Kursstunden im Jahr 2022 erstmals wieder ohne größere Einschränkungen. Im Sommer konnten wir sechs Kinder verabschieden, deren Kurs nach zwei Jahren beendet war.

Von ihnen entschieden sich einige, in den Blockflötenkurs der Musikabteilung zu wechseln und so der Abteilung und der Musik treu zu bleiben. Außerdem verabschiedeten wir uns nach einem Jahr von Elena Schröder als Übungsleiterin, die sich aus zeitlichen Gründen dazu entschieden hatte, ihre Tätigkeit nicht fortzuführen. Die Suche nach einem neuen Übungsleiter oder einer neuen Übungsleiterin gestaltete sich schwierig. Zum Start des neuen MFE-Kursjahres (nach den Sommerferien 2022) konnten wir mit Lucie Stephan, Rebecca Weddig, Barbara Wenz und Leonie Wolfsheimer eine Überbrückungslösung schaffen. Die vier Musikerinnen teilen sich die Position des zweiten Übungsleiters untereinander auf und kommen im wöchentlichen Wechsel zum Einsatz. Im September freuten wir uns außerdem sehr über eine neue Anfängergruppe und auch über Zuwachs in unserer Fortgeschrittenengruppe, sodass seitdem insgesamt 15 Kinder in zwei Gruppen an der MFE teilnehmen und zusammen die Welt der Musik erkunden. Der Spaß steht dabei natürlich immer im Vordergrund und so freuen wir uns auch im kommenden Jahr auf viele schöne Gruppenstunden und Abenteuer in der Welt der Musik am Samstagmorgen mit den Kindern und dem „Musikkater“.

Isabelle Griesand



### BLOCKFLÖTENGRUPPE

Nach den Weihnachtsferien am 12. Januar 2022 wurden von mir mittwochs eine Fortgeschrittenengruppe und freitags eine Anfänger- und zwei Fortgeschrittenengruppen unterrichtet.

Die Gruppen bestehen schon seit Schuljahresbeginn im September 2021. 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.

## Musikabteilung

Dieses Jahr konnte der Unterricht wieder in Präsenz stattfinden. Wir üben mit bis zu vier Kindern im Musikzimmer und mit den größeren Gruppen in der Turnerstubb.

Zum Schuljahresende 2021/22 haben zwei Gruppen ihre Blockflötenausbildung beendet. Zwei Kinder möchten gerne Schlagzeug lernen und stehen auf der Warteliste der MS Piccolo. 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 im September konnten wir mit zwei neuen Anfängergruppen mit jeweils sieben Kindern starten. Es sind hauptsächlich Kinder aus der Musikalischen Früherziehung, Erstklässler und auch drei Zweitklässler. Mit dieser bunten Mischung funktioniert es erstaunlich gut. Es ist schön mit anzusehen, wie die „Kleinen“ von den „Großen“ lernen und umgekehrt die „Großen“ auf die „Kleinen“ Rücksicht nehmen, wenn etwas nicht gleich klappt.

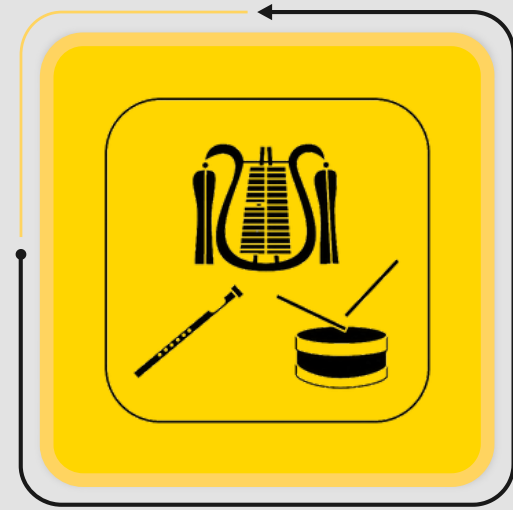
Zum Jahresabschluss vor Weihnachten trafen wir uns zu einer kleinen Weihnachtsfeier in den Gruppen. Die Kinder freuten sich auf einen Weihnachtsfilm und ließen sich mit Muffins, selbstgebackenen Plätzchen und Capri-Sonne verwöhnen. Wir freuen uns wieder auf das gemeinsame Musizieren im neuen Jahr.

### Auftritte 2022

*Sommerfest der TG Camberg am 3. Juli im Kurpark*

Mit einer großen Gruppe konnten sich die Anfänger- und Fortgeschrittenen nach 2 Jahren Coronapause endlich wieder präsentieren. Vom „Three-Tone-Rock“ über die „Zirkusfanfare“ bis zum anspruchsvollem „The lion sleeps tonight“ begeisterten die Kinder das Publikum und ernteten großen Applaus.

Das gleiche Programm gaben wir noch einmal beim Weltkindertag am 25. September auf dem Gelände der TG zum Besten.



*Adventszauber Dombach am 11. Dezember*

Es ist immer ein schöner weihnachtlicher Rahmen in der Kirche in Dombach und wir freuen uns, dass wir dieses Jahr wieder den Adventszauber mitgestalten konnten. Es erklangen bekannte und unbekannte Weihnachtslieder in verschiedenen Schwierigkeitsstufen. Von Liedern mit nur fünf Tönen wie „Bald ist Weihnachten“ und „Stille, Stille“ bis zur „Weihnachtsbäckerei“, „Feliz Navidad“ und „Rudolph.“

Christine Weddig



Adventszauber in Dombach

## Qigong

### Das ganz besondere KRAFT TANK TRAINING

In der Ruhe liegt die Kraft. Dies gilt es im Qigong zu erfahren. Denn nur wenn wir in der Ruhe sind, spüren wir was unser Körper, unser Geist und unsere Seele brauchen, um die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Dazu dient uns diese sehr alte chinesische Übungsmethode des Qigong. Besonders in dieser turbulenten Zeit suchen viele einen Ausgleich. Diese Übungen sind auch für Menschen mit körperlichen Einschränkungen gut geeignet. Corona bedingt sind auch in diesem Jahr einige Übungsstunden ausgefallen. Für das Jahr 2023 hoffen wir, dass wieder alles wie gewohnt stattfinden kann.

Ingrid Enzmann



## Radfahren (Donnerstag)

Im Jahr 2022 war die Donnerstagsgruppe wieder sehr aktiv. So konnten wir uns 42 mal zum Training treffen. Im Verlauf des Jahres nahmen 27 Radfahrer an unserem Training teil. Das waren 3 mehr als in 2021. Hierbei handelte es sich größtenteils um Montagsbuben. Von der Radlern, die sich weder von Wind, Regen, Kälte und Dunkelheit vom Radfahren abhalten ließen, wurden im Jahr 2022 1.252 Km und 13.852 Höhenmeter zurückgelegt. Unser ältester Radfahrer (Rainer Schlicht) konnte so wie im Vorjahr die meisten Trainingsfahrten vorweisen. Von den 42 Trainingstagen konnte er 32 mal teilnehmen. Somit nahm er 6 mal mehr am Training teil wie der Zweitplatzierte Bernd Heinen. Unsere geplanten Touren zu den Weihnachtsmärkten in Frankfurt, Limburg und Mainz konnten wir - diesmal wieder ohne Coronaauflagen - unternehmen. Die traditionelle Eintagesfahrt der Montagsbuben war diesmal 2 Tage lang.

Geplant und angeführt wurde sie von Rainer Schlicht. Er führte uns zu den 5 Seen im Westerwald mit einer Übernachtung in Westerburg. Weiterhin nahmen die meisten der Donnerstagsradler auch an der Jubiläumsradtour der Montagsbuben, die diesmal 6 Tage dauerte, teil. Diese Tour führte uns von der Drauquelle bis zur Slowenischen Grenze. Näheres kann man im Jahresbericht der Montagsbuben lesen. Unser Treffpunkt ist weiterhin jeden Donnentag um 19 Uhr vor der TG-Halle. Jeder Radler, ob mit „Biobike“ oder E-Bike ist uns willkommen. Natürlich ist nach dem Training eine Einkehr geplant.

Thomas Kern



## Radelgruppe (freitagsabends)

Unsere Radelgruppe hat sich wie nun schon seit über 30 Jahren von Anfang Mai bis Ende August immer freitags um 19 Uhr zu ihren ca. 2-stündigen Rundtouren in unserem Goldenen Grund und den angrenzenden Tälern getroffen. Es ist schön, am Anfang die frisch gesäten Felder entlang zu fahren, das Wachsen und Grünen des Getreides zu beobachten und am Ende die Ernte und die gepflügten Felder zu erleben. Am Abschluss jeder Tour kehren wir immer in einem unserer umliegenden Gasthöfe ein, um uns auf das Wochenende einzustimmen.

Unsere 2-Tagestour an die Nahe im Sommer kam aus verschiedenen Gründen nicht wie geplant zustande, aber immerhin hatten wir einen sehr schönen Tagesausflug unternommen: mit dem Bus bis zur Quelle, einem schönen Frühstück dort und dann die Fahrt mit den Rädern von Kirn über Bad Sobernheim (Mittagseinkehr), einer "Eispause" in Bad Münster am Stein und einem schönen Abendessen im Zollhaus an der Mündung der Nahe in Bingen gegenüber dem Niederwalddenkmal.

In diesem Jahr (unserem 33-jährigen Bestehen) wollen wir unsere Touren am 5. Mai beginnen und voraussichtlich am 3. September mit einem Tagesausflug beenden.

Eine Zweitagestour im Sommer wird z.Zt. vorbereitet.

Brigitte Gersfeld



Schlössertour im Münsterland

## Rehasport Orthopädie

Im Rehasport Orthopädie hat sich die Gruppe nach unserem Wechsel in die TG-Halle freitags morgens gut etabliert. Leider lief das Jahr Corona bedingt nicht so rund und es mussten, wie überall, einige Stunden ausfallen.

Nun hoffen wir auf das neue Jahr, um wieder regelmäßig ohne große Einschränkungen gemeinsam üben zu können.

Ingrid Enzmann



## Redaktionsteam

Das neu etablierte Redaktionsteam hat sich im Jahr 2022 recht gut ein- und zusammengefunden.

Coronabedingt hatten wir zwar auch im Jahr 2022 weiterhin Onlinesitzungen statt Präsenztreffen, aber das tat der Produktivität keinen Abbruch. Insgesamt kamen wir auf 8 Sitzungen. Unsere Abschlusssitzung haben wir im Dezember aber dann doch in Präsenz abgehalten und zwar bei einem leckeren Abendessen im Restaurant Taunus Residenz.

Unsere neuen Stil- und Designvorgaben haben sich mittlerweile recht gut etabliert.

Im Jahr 2022 haben wir 3 Newsletter herausgegeben. Allesamt ebenfalls in neuer Gestaltung.

Außerdem beschäftigten wir uns bereits mit Hochdruck mit dem Thema "175-jähriges Jubiläum".

Viel Raum dafür nahm der Jubiläumskalender sowie die Festschrift ein. Dazu wurde im November sogar ein eigener Präsenzworkshop mit freiwilligen Helfern und Unterstützern in der Turnerstubb durchgeführt.

Auch weiterhin freuen wir uns sehr, wenn sich noch Interessierte finden, die uns unterstützen möchten.



SO FINDEST DU DIE TG CAMBERG AUF INSTAGRAM:



**# 01** Gib "tgcamborg1848" bei Instagram ein oder

**# 02** scanne den QR-Code.

TGCAMBERG1848

## Rope Skipping

Drei Gruppen mit vielen Springerinnen und Springern, zwei Wettkämpfe und sechs neue Kampfrichter. Das ist grob zusammengefasst die Bilanz der Rope Skipperinnen 2022.

Anfang des Jahres konnten Daniela und Ina trainingsintegriert die Kampfrichter-D-Lizenz anbieten. Daran nahmen sechs Springerinnen der Fortgeschrittenen-Gruppe teil und lernten neben dem Zählen der verschiedenen Speed-Disziplinen wie der Compulsory zu werten ist, welche Regeln bei Fehlstarts, Seilriss oder Verletzungen gelten und wie man sich als neutraler Kampfrichter auf Wettkämpfen verhalten soll. Überprüft wurden die Inhalte durch eine schriftliche sowie praktisch Prüfung, die alle Teilnehmenden mit Bravour bestanden haben.

Der erste Einsatz der neuen Kampfrichter erfolgte kurz darauf beim Hessischen Nachwuchswettkampf. Wir waren mit zwölf Kindern und vielen Eltern in Rüsselsheim vertreten und hatten dort einen tollen und erfolgreichen Tag. Miriam und Leonie schafften es sogar auf das Treppchen, einige Kinder in die Top 10. Den Abschluss des Jahres bildete dann der Nikolauscup des TSV Höchst, an dem drei Kinder teilnehmen konnten und viel Spaß hatten.

Das Training beschäftigte sich bei den fortgeschrittenen Springerinnen im vergangenen halben Jahr primär mit dem Einüben von Mannschaftsdisziplinen (Double Dutch, gemeinsame Freestyles) um für mögliche Mannschaftswettkämpfe gewappnet zu sein.

Die geplante Weihnachtsfeier wird aufgrund von Terminengpässen als Neujahrsfeier im Jahr 2023 stattfinden.

Wir freuen uns auf 2023!



Rope Skipperinnen bei den Hessischen Nachwuchswettkämpfen in Rüsselsheim

## Roundnet

Abteilungsleiter: Michael Albrecht

Trainingszeiten: jeden Sonntag 14 bis 17 Uhr in der TG-Halle  
(abweichende Trainingszeiten im Sommer)

Nach nun zwei, bedingt durch die Coronapandemie, entbehrensreichen Jahren, konnte die Roundnet-Community im Jahr 2022 in Deutschland nun endlich wieder aufatmen und sich fast ohne Einschränkungen wieder zusammen treffen und Turniere sowie Ligen veranstalten.

Dies gilt selbstverständlich auch für unsere Abteilung, was letztendlich nicht nur dazu führte, dass wir erfolgreich zwei Spieltage der Regionalliga der Deutschen Roundnetliga in Bad Camberg ausführen konnten, sondern darüber hinaus auch unseren Trainingsbetrieb wieder ordentlich und regelmäßig bestreiten konnten.

Auch aufgrund abermals neuer Zugänge erzielten wir in der Regionalliga einen guten 18. Platz (von 64 Mannschaften) und stellten dabei fest, dass das Interesse und die Teilnahme am Sport Roundnet in den letzten Jahren noch weiter gestiegen ist und national daran ist sich zu einem Breitensport zu entwickeln.

Wir gehen optimistisch und voller Vorfreude in das Jahr 2023, indem neben der Ligateilnahme viele Turniere und anderweitige Veranstaltungen anstehen.

Sicherlich können wir dabei wie immer auf die tatkräftige Unterstützung all unserer Mitglieder zählen, die überdies bereits bewiesen haben, dass eine engagierte Mannschaft die Basis jeglichen Erfolges ist.

Selbstverständlich würden wir uns wie jedes Jahr über neue Mitglieder freuen – bei Interesse einfach vorbeischaun und mitspielen oder sich mit uns in Verbindung setzen! Kontaktdaten und die aktuellen Trainingszeiten sind auf der [TG-Homepage](#) zu finden.



## Rund um die Geburt

Seit Januar 2022 finden im Gymnastikraum der TG-Halle in Kooperation mit dem FaCe Bad Camberg regelmäßig Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse statt.

Werdende Eltern und frisch gebackene Mamas mit ihren Babys erleben hier fachlichen Input, Austausch mit Gleichgesinnten und Möglichkeiten der Vernetzung.

Auch die ein oder andere neue Freundschaft wird hier geknüpft. Das Abenteuer Geburt wird an 5 Kursabenden von allen Seiten beleuchtet, es gibt viele praktische Übungen und Entspannungstipps für die Zeit mit Wehen.

Auch die Rolle des Partners kommt nicht zu kurz.

Ebenso fest im Programm ist das Baby verstehen lernen mit all seinen Bedürfnissen, wie z.B. essen, schlafen, weinen und getragen werden.

Im Rückbildungskurs schwitzen wir dann gemeinsam an 8 fortlaufenden Vormittagen mit Musik und guter Laune.

Die Wiederherstellung eines stabilen Körpergefühls nach der Geburt, Stärkung von Bauch-, Rücken-, Rumpf- und Beckenbodenmuskulatur steht hier, mit individuellem Blick für jede Frau, im Vordergrund.

Dank unserer Kinderbetreuungsfrau Sandra können die Mamas beruhigt auch ihre Babys abgeben und sich voll und ganz auf sich selbst konzentrieren.

Froh gestimmt und frisch gestärkt geht es dann wieder zurück in den Alltag.

Die Kurse finden in fester Gruppe mit ca. 10 Teilnehmenden statt.

### **Geburtsvorbereitungskurse:**

Mittwochs von 17:30 bis 19:30 Uhr

### **Rückbildungskurse:**

i.d.R. Donnerstags von 9 bis 10:15 Uhr und von 10:30 bis 11:45 Uhr.

#### **Kontakt:**

Nicole Merz, Hebamme  
Tel.: 0177-9779898

Miriam Hundt, Hebamme  
Tel.: 0175-4292012

Mail: [rundumdieGeburt@tgcamberg1848.de](mailto:rundumdieGeburt@tgcamberg1848.de)

Wir freuen uns auf Euch !

Nicole & Miriam



Die werdenden Mütter bei der Geburtsvorbereitung im Gymnastikraum



## Seniorengymnastik

Im Jahr 2022 haben wir uns über 40-mal montags in der TG-Halle getroffen, um etwas für unsere Gesundheit zu tun.

Am Rosenmontag hatten wir eine feine närrische Stunde mit Ordensverleihung.

Am 15. August waren wir im Vorderwald Wassertreten und Armetauchen und anschließend im Waldschloss zu Kaffee und Kuchen. Hier haben wir uns offiziell von unserer lieben Rita Herber verabschiedet und ihr für ihre aktive Mithilfe gedankt. Zu unserer Weihnachtsfeier ist sie aus Bad Soden gekommen und hat sich wie gewohnt wieder nützlich gemacht.

Auf dem 175-Jahre-Jubiläum sind wir mit zwölf Senioren vertreten.

Brigitte Thies wird in 2023 nur noch in Vertretungsfällen als Übungsleiterin fungieren. Ab Januar 2023 übernimmt Celine Hockstra die Übungsstunden Montags morgens von 9:15 bis 10:15 Uhr.



## Sitzgymnastik

Jeden Dienstagmorgen sind die Senioren bereit. Um 10:30 Uhr geht es in der Turnerstubb los. Der Stuhl ist Sitz- und Haltepunkt. Corona-Nachwirkungen und die Hüft-OP unseres Übungsleiters hatten wir zu verkraften.

Wir trainieren im Sitzen Beine und Arme und stehen auch hinter dem Stuhl. Kleingeräte (Kleingewichte, Bänder etc.) sind auch dabei und sorgen für Abwechslung. Und am Ende kommt eine kleine Entspannung (Geschichte u.ä.). Die gemütliche Truppe trifft sich dann am Ende zum heißgeliebten Frühstück.



Teilnehmer Sitzgymnastik und Übungsleiter mit Sportgeräten (Stäbe) in der Turnerstubb (Gruppe nicht vollständig)

## Sportabzeichen

Alle Interessierten von 9 bis 99 Jahren trainieren in den Sommermonaten von Mai bis Oktober alle zwei Wochen dienstags abends ab 19 Uhr auf dem Sportplatz der Pommernstraße.

Dank großer Unterstützung der Leichtathletik-Abteilung können wir auf unsere erfolgreichste Saison zurückblicken.

Somit haben wir einen Rekord an Teilnehmenden aufgestellt: Bisher haben 104 Personen die Anforderungen des Deutschen Sportabzeichens 2022 erfüllt und einigen fehlen nur noch einzelne Disziplinen. Allein bei den Leichtathleten waren das 66 Kinder bzw. Jugendliche und auch die Trainer haben kräftig mitgemacht.

Der älteste Teilnehmer ist 82 Jahre. Er hat sein Sportabzeichen schon zum 33. Mal abgelegt. Die jüngsten Teilnehmer sind 7 Jahre alt. In diesem Jahr haben wir nicht nur eine Schnapszahl, sondern auch ein 50. Jubiläums-Abzeichen – wir gratulieren zu dieser enormen Leistung. Zum ersten Mal haben wir auch ein Familienabzeichen mit drei Generationen: Eva Michalek hat nicht nur ihre Tochter, sondern auch ihre Enkel motiviert beim Sportabzeichen mitzumachen.

Trotz der weiterhin besonderen Bedingungen in 2022 haben 56 Prüflinge das Sportabzeichen zum ersten Mal abgelegt. Herzlichen Glückwunsch!

Das Deutsche Sportabzeichen kann jeder schaffen, auf geht's!

Wir freuen uns auf das nächste Jahr mit neuen Bestleistungen und neuen Teilnehmenden. Wir hoffen auf mindestens 175 erfolgreiche Sportabzeichen im Jubiläumsjahr der TG!

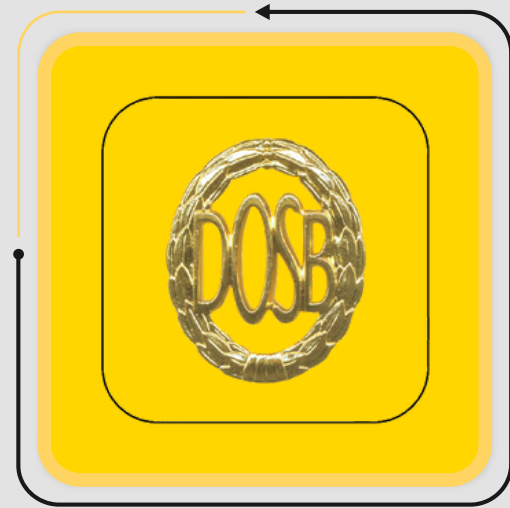
Bei Fragen schreibt die Ansprechpartner Wibke Bessems und Celine Hockstra gerne unter der auf der [TG-Homepage](#) angegebenen E-Mail-Adresse an.

## TG-Studio

Das freie Training im TG-Studio wird von engagierten Übungsleiter geleitet. Jeder kann nach seinen Wünschen an individuellen körperlichen Herausforderungen arbeiten und findet im Trainerteam Unterstützung und Begleitung.

In 2022 hat das offene Training durchgehend stattgefunden und das Trainerteam hat sich zum Austausch über Optimierung des TG-Studios sowie Information über das Kindeswohl getroffen.

Jeannette Truhöl



# Tischtennis

## Ein tolles Jahr erlebten die Sportler:innen der Tischtennisabteilung!

### *Aufstieg in die Bezirksklasse*

Wir stellten vier Teams im laufenden Wettbewerb. Erstmals trat die erste Mannschaft in der Bezirksklasse Wiesbaden an. Eine weitere Erwachsenenmannschaft spielte in der 3. Kreisklasse. Außerdem nahmen ein Jugend- sowie ein Schülerteam am Wettkampf teil.

### *PingPongParkinson WM in Pula (Kroatien)*

Bei der Tischtennis Weltmeisterschaft der an Parkinson erkrankten Sportler:innen in Kroatien wurde Jutta Ahmerkamp-Böhme Weltmeisterin in der Doppelkonkurrenz.

An den German Open in Bad Homburg nahmen gleich drei Spieler:innen der TG teil und auch hier gelang Jutta der Titelgewinn.

### *Tischtennisplatte im Kurpark*

Durch unseren Impuls konnte tatsächlich eine Tischtennisplatte im Kurpark gestellt werden. Der Ortsbeirat und ein privater Spender machten dies möglich.



### *Welttischtennistag und Weltparkinsontag*

Im April feierten wir den Weltparkinsontag zusammen mit dem Welttischtennistag auf dem Marktplatz. Ein sonniger, aber kalter Tag mit tollen Ballwechsellern und Gesprächen in der Mitte unserer Stadt.

Auch das Training war gut besucht und dank zweier neuer Tische haben wir nun mehr Möglichkeiten zum Spielen.

Thomas Rosa



Tischtennis auf dem Marktplatz



Jutta Ahmerkamp-Böhme (2. v. r.) erfolgreich bei den German Open

## Wirbelsäulengymnastik

Jeden Dienstagabend um 20 Uhr (alternativ 19 Uhr) gehen wir in den Gymnastikraum, um etwas für unseren gesunden Rücken zu tun. Das Zertifikat des Turnerbundes ist vorhanden. Bei einer großen Teilnehmerzahl muss die Gruppe geteilt werden (19 und dann 20 Uhr). Teilweise coronabedingt und durch die Hüft-OP des Übungsleiters war das nicht ganz so einfach. Bei gutem Wetter gingen wir auf die Turnerwiese. Das Programm umfasst viel Abwechslung mit Erwärmung, Kraft- und Dehnungsteilen mit Musik. Schonendes Training für die Wirbelsäule bringt auch der Einsatz von Kleingeräten (Pezzibälle, Bänder etc.). Eine Entspannungsgeschichte (oder ähnliches) bildet den Abschluss einer jeden Übungsstunde. Eine Stunde zum Testen wird natürlich gewährt. Am Ende des Kurses trifft man sich zum gemeinsamen Pizza-Essen.

Heinz Müller



Teilnehmer:innen mit einigen Sportgeräten im Gymnastikraum und Übungsleiter (Gruppe nicht vollständig)