

TG-Report

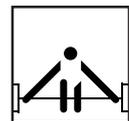


der Turngemeinde Camberg 1848 e.V.

Sonderausgabe

www.TGCamberg1848.de

März 2010



Jahresberichte der Abteilungs- und Übungsleiter für das Jahr 2009



Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2
Impressum	2
Gerätturnen männlich	3
Gerätturnen weiblich	4
Tischtennis	6
Badminton	6
Zweier-Prellball	7
Karate	9
Basketball	10
Hobby-Volleyball	10
Rope-Skipping	11
Leichtathletik	12
Langstrecklergruppe	15
Sportabzeichen	16
Lauf- und Walkingtreff	17
Frauengymnastik 40 plus	17
Gymnastik für Männer ab 30 Jahren	18
Konditionsgymnastik für gemischte Gruppen	19
Fitnessgymnastik für Frauen	19
Senioren-Gymnastik	20
Skiabteilung	20
TG Ski - Radelgruppe	21
Fitness-Kraftsport	22
Musikalische Früherziehung	22
Blockflötengruppen	23
Schülerorchester	23
Jugendorchester	24
Blasorchester	24
Integrationsturnen	26
Kleinkinderturnen	27
Kinderturnen	28
Eltern - Kind - Turnen	28
Kindertanz	28
Sport und Bewegung bei Diabetes	29
Sport in der (Brust)Krebsnachsorge	30
Kurs Präventives Rückentraining	30
Kurs Qigong	30
Kurs Rehasport Orthopädie	31
Kurs Fitness- und Krafttraining für Frauen	31
Kurs Fitnessgymnastik	31
Kurs Gesundes Fit-Sein	32
Kurse Wirbelsäulengymnastik und Pilates	32
Kurs Fit sein und fit bleiben / Rückenfitness	33
Kurs Ganzheitliches Lauftraining	33
Kurs G.U.T - XXL-Fitness	34
Mitgliederbewegung der Turngemeinde	35
Einladung zur Mitgliederversammlung	37

Impressum

TG-Report

Infozeitung der Turngemeinde Camberg 1848 e.V.

Sonderausgabe Jahresberichte für das Jahr 2009

Herausgeber: Turngemeinde Camberg 1848 e.V.



Gerätturnen männlich

1. Kinderturnen:

Die Turnstunde am Mittwoch wird im Durchschnitt von 15 Schülern besucht.

Höhepunkte in diesem Jahr waren:

Gaukinderturnfest am 5.Juli 2009 in Würges:

Die Ergebnisse:	1. Platz im Geräte-4-Kampf 11/12 Jahre:	Vincenz Laich
	4. Platz im Geräte-4-Kampf 8 Jahre:	Simon Schneider
	1. Platz im Gemischten 4-Kampf 6 Jahre:	Paul Bäumlisberger
	4. Platz im Gemischten 4-Kampf 6 Jahre:	Robert Roth
	2. Platz im Gemischter-4-Kampf 7 Jahre	Matthias Laich
	6. Platz im Gemischten 4-Kampf 8 Jahre:	Oskar Traut
	7. Platz im Gemischten 4-Kampf 8 Jahre:	Tim Grzesista
	11. Platz im Gemischten 4-Kampf 8 Jahre:	Laurenz Ost
	20. Platz im Gemischten 4-Kampf 8 Jahre:	Jan Annacker
	3. Platz im Gemischten 4-Kampf 9/10 Jahre:	Clemens Laich
	5. Platz im Gemischten 4-Kampf 9/10 Jahre:	Leonard Ost
	7. Platz im Gemischten 6-Kampf 11/12 Jahre:	David Askari

Barrenturnen im Rahmenprogramm des Landeswandertages

Bockspringen und Barrenturnen bei der Nikolausfeier

2. Jugend- und Männerturnen:

Wettkämpfe und Ergebnisse:

Am 26. April Hessische Seniorenmeisterschaften im Gerätturnen in Sulzbach:

Vierkampf B65:	1. Platz Rudolf Thies	45,7 Punkte
	2. Platz Rainer Schlicht	45,4 Punkte

Damit hatten sich beide für die Deutsche Seniorenmeisterschaft qualifiziert.

Am 2. Juni Deutsche Seniorenmeisterschaften im Gerätturnen in Frankfurt:

Fünfkampf Altersstufe 65-69 :	5. Platz Rudolf Thies
	13. Platz Rainer Schlicht

Am 4. und 5. Juni Deutsches Turnfest in Frankfurt:

Turnfestwettkampf (Wahl-4-Kampf):

Fachwettkampf Turnen:	17-18 Jahre Simon Schwarzwald	66. Platz von 157 Teilnehmern
	50-54 Jahre Johannes Kordes	40. Platz von 56 Teilnehmern
	65-69 Jahre Rainer Schlicht	4. Platz von 65 Teilnehmern
	65-69 Jahre Rudolf Thies	7. Platz von 65 Teilnehmern
Mischwettkampf:	45-49 Jahre Michael Pflüger	50. Platz von 125 Teilnehmern

Der alljährliche Pokalwettkampf des Turngaues musste leider wegen zu geringer Beteiligung ausfallen.

Ein herzliches Dankeschön an den Übungsleiter Karl-Josef Pflüger, der auch immer als Kampfrichter zur Verfügung steht und in diesem Jahr die Kampfrichter-C-Lizenz erworben hat. Er darf somit auch bei Wettkämpfen auf Landesebene eingesetzt werden. Ein weiterer Dank an unsere Zivis Patrik Krumbein und Simon Wloczyk für die Mithilfe in den Turnstunden.

Rainer Schlicht



Gerätturnen weiblich

Im Jahr 2009 haben zwei unserer großen Turnerinnen die Ausbildung zur Übungsleiter-Assistentin absolviert. Seitdem unterstützen sie die Trainingsarbeit von Ineke Bode, die seit Jahren die großen Turnerinnen im Alter von 11 bis 19 Jahre trainiert.

Die kleineren Turnerinnen wurden wie bisher von Nadine Keßler und Ilka Thorwarth in zwei Gruppen trainiert. Die Wettkampfgruppe mit Mädchen von 8 bis 9 Jahre trainiert zweimal pro Woche. Eine weitere Turngruppe mit Mädchen, die keine Wettkämpfe turnen, sind zwischen 8 und 10 Jahre alt und trainieren einmal pro Woche.

Die Abteilungsleitung wurde, wie in den letzten Jahren, von Andrea Janz übernommen. Andreas kurzer Ausflug ins Übungsleiterdasein seit Spätsommer 2008 musste leider im Juni wieder beendet werden, da sie ab dann an diesem Trainingstag wieder arbeiten musste.

Gaueinzelwettkämpfe

Wie auch im letzten Jahr haben wir es geschafft an zwei Wettkämpfen teilzunehmen.

Der erste Wettkampf (Gaueinzelwettkampf) fand am Sonntag 28. Juni 2009 in Eschhofen statt. Als Kampfrichter waren Andrea Janz und Carolin Schütz aktiv. Aufgrund der verschiedenen Geburtsjahrgänge unserer Turnerinnen wurde bei diesem Einzelwettkampf an zwei verschiedenen Wettkämpfen teilgenommen.

Morgens fanden die Nachwuchsmeisterschaften statt, bei denen unsere jüngsten Turnerinnen am Wettkampf Jahrgang 2001 und jünger starteten.

Hier erturnten sich unsere Turnmädeln in einem sehr großen Teilnehmerfeld folgende Platzierungen:

28. Platz	46,70 Punkte	Karolina Schmidt
30. Platz	46,45 Punkte	Tamara Eckrich
40. Platz	43,55 Punkte	Saskia Nowak

Bei den Rahmeneinzelmeisterschaften am Nachmittag turnten unsere größeren Turnerinnen im Wettkampf Jahrgang 1999 und jünger und errangen unter vielen Teilnehmerinnen folgende Platzierungen:

17. Platz	48,00 Punkte	Lena Hermelink
17. Platz	48,00 Punkte	Theresa Dahms
29. Platz	46,50 Punkte	Elena Schröder

Gaumannschaftswettkämpfe

Im zweiten Wettkampf wurde als Mannschaft geturnt. Obwohl wir nur einen Kampfrichter melden konnten, durfte die Mannschaft der TG Camberg beim Wettkampf starten (normalerweise müssen zwei Kampfrichter pro Verein gemeldet werden). Kampfrichterin war Nadine Keßler.

Der Gaumannschaftswettkampf fand am 15. November 2009 in Elz statt. Am Wettkampf P3/P4 Jahrgang 1999 und jünger, an dem auch die Mannschaft der TG Camberg teilnahm, starteten viele Mannschaften. Unsere Turnerinnen Theresa Dahms, Tamara Eckrich, Lena Hermelink, Saskia Nowak, Karolina Schmidt und Elena Schröder erreichten mit nur einem Zehntel Rückstand den achten Platz.

Jahresabschluss

Den Abschluss des Jahres haben Nadine und Ilka mit der Wettkampfgruppe bei einem gemütlichen Zusammensein gefeiert.

Nadines und Ilkas Montagsgruppe (Nicht-Wettkampf-Gruppe) hat wie auch in den letzten Jahren das Turnjahr mit einer Vereinsmeisterschaft beendet. Hierbei wurden Kraft und turnerische Elemente bewertet. Die Turnmädels erturnten sich folgende Platzierungen:

1. Platz	195 Punkte	Cassandra Bruer
1. Platz	195 Punkte	Sabrina Pfister
3. Platz	170 Punkte	Lea Mertes
4. Platz	160 Punkte	Fenja Gerdes
4. Platz	160 Punkte	Sanya Viererbe
4. Platz	160 Punkte	Pia Lambeck
5. Platz	150 Punkte	Svenja Hindrischedt
6. Platz	130 Punkte	Tabea Ratz

Nach dem jedes der Turnmädels eine Urkunde sowie ein kleines Präsent erhalten hatte, haben wir die Weihnachtsfeier mit ein paar Spielen beendet.

Nadine Keßler
Ilka Thorwarth
Andrea Janz



Tischtennis

Die Fahrstuhlmannschaft der Turngemeinde

Nach dem knappen und eher unglücklichen Ausscheiden aus der Kreisliga spielt das Team nun wieder in der 1. Kreisklasse. Leider wird selten in Bestbesetzung gespielt, so dass der Wiederaufstieg schwierig erscheint. Jedoch erkämpfte sich das Team eine Menge Siege und stand nach der Vorrunde auf dem dritten Platz, nur knapp hinter dem Herbstmeister. Auch in der Einzelwertung stehen Eike Schupp, Mirko Schmidt und Thomas Rosa unter den Top 20 der 1. Kreisklasse.

Genau in dieser Aufstellung nahm man auch am Kreispokal teil und wurde nur im Finale von der Mannschaft aus Elz gestoppt. Taktisch gut aufgestellt mit dem zurzeit besten Doppel der TG Thorsten Schlicht und Eike Schupp verlor man gegen Elz mit 1:4. Die Elzer Spieler jedoch waren alle Spieler aus der Bezirksliga und durften nur durch einen Zwangsabstieg in dieser Runde mitspielen.

Trainingslager in Grenzau

Das Trainingslager im Januar fand diesmal wieder im Sporthotel Grenzau statt. Wie jedes Jahr wurde es hervorragend von Dominik Bastian und Stephan Hanson organisiert. Diese intensive Trainingseinheit wird von den TG-Spielern selbst finanziert. In etlichen Trainingseinheiten über den Tag verteilt konnte jeder seine Technik und Taktik stark verbessern.

Thomas Rosa



Badminton

Ein weiteres erfolgreiches Jahr geht zu Ende. Mit sportlichen und gesellschaftlichen Höhen und wenig Tiefen blicken wir auf ein tolles Jahr 2009 zurück.

Unsere Jugendarbeit entwickelt sich in einer zuvor nicht zu erwartenden Weise. Turniere werden selbst veranstaltet und besucht. Sogar ein zwischenzeitlicher Aufnahmestopp für die Trainingseinheiten musste eingeführt werden, da Tanja, die seit kurzem auch von ihrem Vater als Trainer unterstützt wird, nicht mehr ausreichend Platz und Aufmerksamkeit gewährleisten kann, obwohl hier eine weitere Trainingszeit angeboten wird. Neben den lokalen Veranstaltungen, wie dem ersten Eltern-Kind-Turnier, nehmen viele unserer Nachwuchs-Talente auf Turnieren im ganzen Bezirk teil, was schon fast zum Problem wird, da ohne ein großes Engagement der Eltern und Abteilungsmitglieder dieses auf Dauer nicht realisierbar ist. So werden sogar schon Talente aus unseren Reihen von Bezirks- und Hessen-Kader-Betreuern gesichtet und zu entsprechenden Veranstaltungen eingeladen. Wie groß der Erfolg und der damit zusammenhängende Spaß ist wurde auf der diesjährigen Kinder-Nikolausfeier deutlich. Diese wurde in zahlreicher Runde gemeinsam mit den Eltern in der Turnerstubb zum Jahresabschluss begangen.

Doch auch die Senioren-Mannschaften hatten im vergangenen Jahr nichts zu beklagen. Eine zweite Mannschaft, die in dieser Form ihre erste gemeinsame Runde bestritt, gewann beachtliche 40 % ihrer Spiele und war damit erfolgreicher, als viele zu Beginn zu glauben gewagt hatten. Auch in dieser

Saison läuft es derzeit durchaus positiv. Wieder sind Neulinge (oder auch ältere „Comebacker“) dabei, die sich durchaus erfolgreich schlagen.

Die erste Mannschaft holte als Aufsteiger in einer starken Runde bei nur einem Minuspunkt und neun Punkten Abstand auf den Zweitplatzierten souverän die Meisterschaft und schaffte damit den Durchmarsch in die A-Klasse. Hierfür wurde am 3. April von einer kleinen Delegation auf dem Bezirkstag der Meisterschafts-Pokal in Empfang genommen. In diesem Jahr gibt man sich durchaus mit kleineren Erfolgen zufrieden, der aktuelle dritte Platz täuscht ein wenig, wenn man bedenkt, dass bis zum 6. Platz (8 Mannschaften gesamt) vier Mannschaften punktgleich dastehen. Ziel ist hier ganz klar der Klassenerhalt.

Selbstverständlich sind auch die Senioren-Spieler den Sommer über auf Turnieren unterwegs gewesen. Neben einem erfolgreichen Lampionturnier, welches wieder an seinem ursprünglichen Termin Anfang Juli veranstaltet wurde, gab es auch einen Gegenbesuch in Kirchhellen. Hier wurde ein Turnier zum Gedenken des Trainers veranstaltet, da dieser kurz zuvor plötzlich verstorben war und seine Familie ohne Möglichkeiten und Perspektiven Unterstützung erhalten sollte. Langjährige Lampionturnier-Teilnehmer und mittlerweile gute Freunde der Abteilung hatten zu diesem Turnier eingeladen, weshalb wir am letzten Augustwochenende mit einer beachtlichen Delegation eine Tour in den Pott unternahmen, leider ohne einen erfreulichen Erfolg erreichen zu können. Dafür wurden auf diversen Bezirksranglisten und anderen Turnieren entsprechende Ziele verwirklicht und gute Platzierungen erreicht.

Auch gesellschaftlich gibt es einiges zu berichten. Der bereits erwähnte sportliche Erfolg musste natürlich entsprechend gefeiert werden, so wurde am 23. Mai mit einem kleinen abteilungsinternen Turnier und anschließendem gemütlichen Beisammensein die Saison 2008/2009 feucht-fröhlich beschlossen. Der Höhepunkt allerdings war das mit den Montagsbuben gemeinsam veranstaltete Schleifchenturnier am 31. Oktober. Neben sportlichen Höchstleistungen war auch das darauf folgende Buffet in nahezu Neujahrsempfang-Ausmaßen derart sensationell, dass einer Wiederholung für das kommende Jahr nichts im Wege steht.

Die Badminton-Abteilung beschließt ihr Sportjahr 2009 am 30. Januar 2010 mit einer Fackel-Wanderung an die „Ricker-Hütt“ und wünscht allen TG-Mitgliedern ein erfolgreiches und gesundes Jahr 2010.

Robert Peuser



Zweier-Prellball

Das Jahr 2009 war wieder ein erfolgreiches Jahr für die Prellballabteilung der Turngemeinde Camberg. In der Männerklasse 60 wurden Werner Michel – Siegbert Bender zum ersten Mal Hessenmeister. Helmut Lenz – Reinhold Pfeiffer belegten in der gleichen Klasse Rang drei, Hans-Jürgen Schwed – Wolfgang Weiß Rang neun.

Helmut Kotyrba – Dr. Anton Peuser wurden in der Männerklasse 50 Hessischer Vizemeister. In der Bezirksliga Süd-West beendeten sie die Saison auf Platz zwei, der mit dem Aufstieg in die Verbandsliga verbunden ist.

In der Klasse der weiblichen Jugend errangen Dorothé Thies – Isabelle Meuth ebenfalls die Hessische Vizemeisterschaft.

Bei der männlichen Jugend belegten Julian Wagner – Dennis Zink Platz vier, ebenso in der Bezirksliga Süd-West. Auch dies bedeutet den Aufstieg in die Verbandsliga.

Tiemo Bang – Jan-Philipp Siegert belegten bei der männlichen Jugend Platz acht.

Bei den Schülern belegten Lukas Wagner – Christian Spiekermann – Jan-Philipp Siegert den vierten Platz.

Einen großen Erfolg feierte die Frauenmannschaft mit Isabelle Meuth – Dorothe Thies – Anke Schütz. Sie wurden Vizemeister in der Verbandsliga Frauen und schafften den Aufstieg in die Landesliga Frauen. Tanja Schiebahn – Annkatrin Brendel – Silvia Brendel belegten in der Verbandsliga Platz drei.

Beim Deutschen Turnfest in Frankfurt im Juni 2009 gab es folgende Platzierungen:

2. Platz M 60	Siegbert Bender – Werner Michel
2. Platz Mixed 40	Silvia Brendel – Helmut Kotyrba
2. Platz männliche Jugend	Julian Wagner – Dennis Zink
4. Platz Frauen	Dorothe Thies – Isabelle Meuth
4. Platz M 50	Dr. Anton Peuser – Helmut Kotyrba
4. Platz männliche Jugend	Tiemo Bang – Jan-Philipp Siegert
5. Platz M 60	Helmut Lenz – Karl-Josef Pflüger – Reinhold Pfeiffer
8. Platz M 60	Wolfgang Weiß – Hans-Jürgen Schwed
10. Platz Frauen	Anke Schütz – Tanja Schiebahn
16. Platz Frauen	Isabelle Meuth – Julia Wagner
17. Platz Mixed	Tanja Schiebahn – Helmut Lenz
18. Platz Mixed	Dorothe Thies – Dr. Anton Peuser
28. Platz Mixed	Anke Schütz – Hans-Jürgen Schwed

Bei den Gaumeisterschaften in Eschhofen am 5. September 2009 gab es folgende Platzierungen:

Gaumeister M 50	Helmut Lenz – Werner Michel
Gaumeister M 60	Reinhold Pfeiffer – Hans-Jürgen Schwed
Gaumeister männliche Jugend	Julian Wagner – Dennis Zink

Doch es wurde nicht nur um Titel gespielt. Auch die Geselligkeit kam in diesem Jahr nicht zu kurz. Bei den Vereinsmeisterschaften am 4. Juli 2009 starteten 7 Mannschaften. Es gewannen Jan-Philipp Siegert – Helmut Lenz. Anschließend wurde wieder gegrillt.

Am 1. November 2009 fand eine von unserem Abteilungsmitglied Hans-Jürgen Schwed organisierte Weinprobe in dessen Räumlichkeiten in Waldems-Esch statt. Unter der fachkundigen Leitung des Geschäftsführers der Winzergenossenschaft von Erbach im Rheingau konnten zahlreiche Weine verkostet werden.

Am 5. November 2009 feierte Silvia Brendel ihren 50. Geburtstag. Neben vielen Geschenken gab es noch eine große Überraschung. Für ihre langjährige erfolgreiche und ehrenamtliche Tätigkeit überreichte ihr Roman Pflüger den Gauehrenbrief mit der Ehrennadel in Silber.

Am 20. November 2009 fand nach zwei Jahren wieder die Sportlerehrung der Stadt Bad Camberg statt. Hier wurden 15 Mitglieder der Prellballabteilung für ihre Erfolge in 2008 und 2009 geehrt.

Unsere traditionelle Weihnachtsfeier fand am 12. Dezember 2009 wieder in der Turnerstubb statt. Am Morgen besuchten wir noch Rosi Michel in Dauborn, die ihren 60. Geburtstag feierte.

Im kommenden Jahr feiern wir das 50-jährige Bestehen der Prellballabteilung mit einem Festakt am 18. Juni 2010 und einem Turnier am 19. Juni 2010. Ein Abteilungsausflug folgt dann vom 17. bis 19. September 2010.

Reimund Brendel



Karate

2009 war für unsere Abteilung wieder ein sehr erfolgreiches Jahr.

Die Mühe und Arbeit unserer Trainer Barbara Weismüller, Ali Cinar und Cafer Cinar wurden gebührend belohnt. Bei den Hessenmeisterschaften waren unsere Karatekas sehr erfolgreich.

Herzlichen Glückwunsch Patricia Schedel. Bei den diesjährigen Hessenmeisterschaften der Junioren, Masterklasse und Leistungsklasse in Friedberg/Ockstadt belegte sie im Kumite (Freikampf) gleich zweimal den dritten Platz in ihrer Gewichtsklasse sowie in der Allkategorie.

Hessenmeisterschaft der Kinder, Schüler und Jugend in Mörlenbach/Odw.

Es starteten für die TG

- | | |
|--------------------------|----------------------|
| - Ann-Kathrin Kilb | Kumite -45 kg |
| - Caren Möbs | Kata / Kumite -50 kg |
| - Maximilian Peresunchak | Kata/ Kumite -33 kg |
| - Deniz Canbaz | Kumite -33 kg |
| - Caner Cinar | Kumite -43 kg |
| - Steven Pohl | Kumite -63 kg |
| - Dennis Gerullat | Kata -63 kg |
| - Haris Susic | Kumite -70 kg |

Die zahlreich erschienen Teilnehmer starteten auf vier Kampfflächen parallel, unter ihnen ehemalige Hessenmeister und sogar Deutsche Meister. Die Konkurrenz war also groß, doch davon ließen sich die Camberger Athleten nicht beeinflussen, haben sie doch selbst in den vergangenen Jahren schon öfter auf dem Treppchen gestanden, und zeigten mit Erfolg was sie im Training gelernt haben.

Die neue Hessenmeisterin bei den Schülerinnen U14 im Kumite Einzel bis 45 kg heißt Ann-Kathrin Kilb. Caren Möbs erkämpfte sich im Kumite -50 kg den 2. Platz bei den Schülerinnen U14. Bei den Schülern U14 erkämpfte sich Maximilian Peresunchak den 3. Platz in Kumite -33 kg.

Bei den Jugendlichen U16 erkämpften sich Haris Susic im Kumite -70 kg einen 2. Platz und Steven Pohl im Kumite -63 kg einen 3. Platz.

Ein großes Lob auch an Deniz Canbaz, Caner Cinar und Dennis Gerullat für die tolle Leistung auch wenn es diesmal nicht für eine Platzierung reichte.

Zur Zeit sind wir 99 Mitglieder, 77 Kinder im Alter von 5 Jahren bis 14 Jahren, 9 Jugendliche bis 18 Jahre und 12 Erwachsene bis 51 Jahre, davon sind 35 weibliche Mitglieder und 64 männliche Mitglieder. Ob Ausgleichssport, allgemeine Fitness oder Selbstverteidigung, Karate eröffnet allen Altersgruppen ein breites sportliches Betätigungsfeld.

In 2009 wurden 87 Prüfungen an drei Prüfungstagen abgelegt, die von allen Prüflingen bestanden wurde. Was sicherlich auch daran lag, dass die Kinder und Jugendlichen von Ali gut vorbereitet wurden, und alle mit Spaß und Ehrgeiz mitgemacht haben.

Auch in diesem Jahr brauchte man in den Ferien nicht auf ein ordentliches Karatetraining verzichten, es konnte wieder montags zur gewohnten Zeit trainiert werden.

Am 2. August wurde von Ali wieder eine Fahrradtour organisiert.

Wie seit Jahren schon üblich, war am letzten Samstag in den Ferien wieder zu einer Feier der Karate-Abteilung geladen. Dieses mal konnten wir den Grillplatz auf dem TG Gelände reservieren. Bei schönem Wetter konnten die Kinder herumtoben und die Großen eine schöne Feier genießen. Bei allerlei Getränken, gegrillten Würstchen und Steaks, Brot und selbst gemachten leckeren Salaten wurde bis in die Nacht hinein gefeiert.

Den Jahresabschluss feierten wir am 11. Dezember nach einem letzten gemeinsamen Training.

Roland Seip



Basketball

Das Basketballtraining fand wie 2008 jeden Dienstag von 21:00 bis 23:00 Uhr in der TG-Halle (Jahnstraße) statt. Außerdem boten wir im Sommerhalbjahr ein zweites Training donnerstags ab 20:30 Uhr in der Kreissporthalle (Pommernstrasse) an.

Es wurde zudem ein Satz Trikots für die Spieler beschafft, jedoch ist es noch nicht zu einer Präsentation dieser Trikots gekommen.

Die Teilnehmerzahl hat sich im Vergleich zu Vorjahr kaum verändert. Die Abteilung zählt 16 Mitglieder im Alter von 18 bis 30 Jahren.

Für die Zukunft wäre ein besserer Trainingstermin für die Abteilung sehr wünschenswert. Das Training kann dienstags erst ab 21:30 Uhr richtig beginnen um das Blasorchester, das auch dienstags probt, nicht zu stören.

Mathias Heller



Hobby-Volleyball

Wie in den vergangenen Jahren waren wir wieder mit viel Freude und Einsatz bei unserem wöchentlichen Training bei der Sache. Erfreulicherweise sind im 2. Halbjahr einige neue Spieler und Spielerinnen zu unserem Training dazu gestoßen. Dadurch ist es uns wieder möglich ein Training mit reger Beteiligung durchzuführen. Hiermit können wir eventuell auch wieder an dem einen oder anderen Turnier teilnehmen. Sollte noch ein Spieler Interesse an unserem Training haben, so ist er gern dazu eingeladen. Wir trainieren jeden Montag ab 20:30 Uhr in der Sporthalle in der Pommernstraße (hinteres Drittel, da im vorderen Drittel Erbach trainiert)

Gunter Hartmann



Rope Skipping

Im Jahr 2009 gab es für die Rope Skipping-Abteilung wieder einige Auftritte und Wettkämpfe, die erfolgreich gemeistert wurden. Wie immer war Premiere unseres neuen Auftritts, in diesem Jahr unter dem Titel „Disco Fever“, bei der Erbacher Kappensitzung. Diesen führten wir auch noch bei weiteren Veranstaltungen auf, unter anderem bei der „Power Rope Skipping-Show“ des Deutschen Turnfestes in Frankfurt. Bei dieser traten etwa 10 bekannte Gruppen aus ganz Deutschland auf. Dies kam bei den Zuschauern so gut an, dass die Show eine halbe Stunde später erneut gezeigt wurde. Anschließend hatten wir noch Zeit, gemeinsam die Messehalle zu erkunden.

Beim Landeswandertag waren wir auch dabei. Zunächst haben wir die TG hinter der Theke beim Verkauf von Würstchen etc. unterstützt und anschließend durch unseren Auftritt gezeigt, dass Rope Skipping mehr ist als nur „Seilspringen“.

Beim IDTF fand auch der erste größere Wettkampf des Jahres statt, der deutschlandweite Pokalwettkampf. Daniela und Ina nahmen daran teil und setzten sich in ihrer Altersklasse gegen ca. 30 andere Skipper durch. Dies bedeutete Platz 5 und 6, womit beide im Vorfeld nicht gerechnet hatten. Kurz darauf fand ein weiterer wichtiger Wettkampf statt, das Bundesfinale, für das sich Ina, Sabrina und Daniela im Jahr 2008 über die hessischen Meisterschaften qualifiziert hatten. Leider war Ina verhindert, sodass nur Sabrina und Daniela daran teilnehmen konnten.

Es war ein spannender Wettkampf, am Ende erreichte Sabrina Platz 4 und Daniela konnte sich über den 2. Platz freuen.

Auch unsere „kleinen“ Skipper konnten ihre erste Wettkampferfahrung sammeln, bei den Gau-meisterschaften, die wir im Frühjahr 2009 ausgerichtet haben. Zusätzlich hatten alle drei Gruppen (mittlerweile etwa 50 Kinder im Alter von 7 bis 15) einen gemeinsamen Auftritt bei der Nikolausfeier der TG.

Daniela Ribeiro



Leichtathletik

Das Wettkampfsjahr 2009 der Leichtathleten der TG Camberg verlief im Leistungssektor erwartungsgemäß etwas ruhiger, da uns weitere Spitzenathleten verlassen hatten bzw. andere durch Verletzungen nicht zu ihrer vollen Leistungsfähigkeit kamen. Mit einigen guten Platzierungen bei Deutschen Meisterschaften, einer Süddeutschen- und zwei Hessenmeisterschaften in der 4 x 100m- bzw 4 x 400m-Staffel der Startgemeinschaft TuS Eintracht Wiesbaden/TG Camberg, einem Regionaltitel und 48 Einzel- und Mannschaftstitel bei Kreis-meisterschaften ist noch eine sehr gutes Jahresbilanz erzielt worden. Der Zulauf zu den Trainingsstunden der Abteilung hielt auch im abgelaufenen Jahr unvermindert an und es wurden wieder in neun Trainingsgruppen ca. 240 Kinder, Jugendliche und Aktive von zehn fachkundigen Trainerinnen und Trainern betreut. Die Kapazität der Trainingsgruppen der jüngeren Schüler/innen ist weiterhin voll ausgeschöpft und bei den „Minis“ besteht immer noch eine Warteliste.

In der Vereinsbestenliste 2009 ist vermerkt, dass in der vergangenen Wettkampfsaison 192 Abteilungsmitglieder bei 69 Hallen-, Cross-, Straßen- und Bahnwettkämpfen im Einsatz waren. Die Teilnahme unserer „Minis“ an den kindgerechten Sportfesten ist hier eingerechnet.

Durch den erneuten Sieg in der Schülerliga des Leichtathletikkreis Limburg/Weilburg konnte zu unserer aller Überraschung die Spitzenstellung im Schülerbereich knapp verteidigt werden. Dem TG-Nachwuchs gelang es zum wiederholten Male, den Pokal mit 1660 Punkten vor dem TV Elz (1607 Pkt.) und dem TuS Weilmünster (1113 Pkt.) zu erobern. In der Jugendliga landete die TG Camberg hinter dem TV Elz (202 Pkt.) und der LSG Goldener Grund (104 Pkt.) mit 85 Punkten auf dem 3. Platz. Im Rahmen der Ehrungen der „Besten Athleten 2009“ beim Leichtathletikkreistag 2010 wurde von der TG Camberg Chantal Buschung in der Altersklasse der weiblichen Jugend vom Kreisvorsitzenden mit einem Pokal ausgezeichnet.

In der Bestenliste 2009 des Deutschen Leichtathletikverbandes sind unsere Athleten/Innen fünf Mal genannt. Die besten Platzierungen erreichte wieder Frederike Schönfeld, die im 400m-Hürdenlauf der Frauen mit 58,88 sek. auf Platz 13 und bei den Juniorinnen in der gleichen Disziplin auf Rang 8 geführt wird. Jurij Müller belegte im 400m-Hürdenlauf der männlichen Jugend A mit seiner Bestleistung von 56,67 sek. Platz 36. Die 4 x 100m-Staffel der Startgemeinschaft TuS Eintracht Wiesbaden/TG Camberg mit Chantal Buschung ist in der Rangliste der weiblichen Jugend B auf Platz 12 und in der 4 x 400m-Staffel der weiblichen Jugend A auf Platz 11 eingestuft.

In der Rangliste des Hessischen Verbandes konnten sich unter den 20 Besten in den Aktiven- und Jugendklassen sowie unter den 10 Besten der Schülerklassen die TG-Athleten/innen 32 Mal (2008: 44 Mal) platzieren (Bahn und Halle). Einen ersten Rang nimmt die Startgemeinschaft TuS Eintracht Wiesbaden/TG Camberg jeweils in der 4 x 400m-Staffel der weiblichen Jugend A sowie in der 4 x 100m-Staffel der weiblichen Jugend B ein. Frederike Schönfeld belegt bei den Frauen einen 2. Platz im 400m-Lauf in der Halle und auf der Bahn, sowie im 400m-Hürdenlauf. Unter den 10 besten Hessen konnten sich noch platzieren:

- Jurij Müller: 400 m Hürden/5.
- Chantal Buschung: 100 m/9., 400m/10. Halle: 60m/7., Weitsprung/8.; Schüler A 4 x 100m-Staffel: TG Camberg/9.
- Philip Konrad: Dreisprung/10.
- Abigale Robinson: 80 m Hürden/5.; Blockmehrkampf Wurf/9.; Schülerinnen B: 4 x 75 m-Staffel TG Camberg/10.; Deutsche Schülermannschaftsmeisterschaft, Gruppe 2 TG Camberg/4.
- Mona Hörning: 2000 m/10., Kugelstoßen10.

Auf Kreisebene sind in der Bestenliste 2009 unsere Wettkämpfer/innen in den Einzel- und Mannschaftswettbewerben 58 Mal auf Platz 1, 51 Mal auf Platz 2 und 26 Mal auf Platz 3 zu finden.

Auf nationaler Ebene darf Frederike Schönfeld auch im vergangenen Jahr mit ihren Erfolgen und Ergebnissen bei Hessischen und Deutschen Meisterschaften als unsere zuverlässigste Leistungsträgerin bezeichnet werden. Bei den Hessischen Hallenmeisterschaften belegte sie über 400m Platz 3 und über 200m Rang 4. Im Sommer erkämpfte sie sich bei den Hessischen Meisterschaften im 400 m-Lauf einen ausgezeichneten 2. Platz. In ihrer Paradedisziplin, dem 400m-Hürdenlauf, war sie bei den Deutschen Meisterschaften in Ulm am Start. Sie erreichte hier, wie auch im Jahr zuvor, den Endlauf und erzielte mit dem 6. Platz ein herausragendes Ergebnis. Auch bei den Deutschen Juniorenmeisterschaften erzielte sie im 400 m-Hürdenlauf mit dem 6. Rang ein mehr als zufrieden stellendes Ergebnis. Nach diesen Meisterschaften beendete sie die Bahnsaison, da sie in den USA ein Studium aufnahm. In ihrem zweiten Jahr in der B-Jugendklasse hatte Chantal Buschung oft mit Verletzungen und sonstigen gesundheitlichen Problemen zu kämpfen und kam dadurch nicht so richtig in Form. Ihre größten Erfolge erreichte sie in der 4 x 100/400m-Staffel der Startgemeinschaft TuS Eintracht Wiesbaden/TG Camberg, wo sie zwei Hessen- und eine süddeutsche Meisterschaft gewann. Außerdem belegte sie bei den süddeutschen Jugendmeisterschaften mit 5,45 m einen 4. Rang im Weitsprung. Jurij Müller war in der Altersklasse der männlichen Jugend A der herausragende Athlet. Durch seinen 4. Platz im 400m-Hürdenlauf bei den hessischen Jugendmeisterschaft in persönlicher Bestzeit von 56,67 sek. qualifizierte er sich erneut für die Deutschen Jugendmeisterschaften in Rhede. Hier erreichte er in seiner Spezialdisziplin wieder seine persönliche Bestleistung, verpasste aber knapp das B-Finale.

Im vergangenen Jahr gelang den TG-Athleten bei den Regionalmeisterschaften nur ein Sieg. Diesen Erfolg erkämpften sich bei den Blockmehrkämpfen der Region Rhein-Main in Bad Camberg unsere B-Schüler Maximilian Konrad, Alexander Urban, Maximilian Rank, Julian Mönch und Nico Weigl, die überraschend den Mannschaftswettbewerb in ihrer Altersklasse mit 7931 Pkt. gewinnen konnten. Alle weiteren Regionalmeisterschaften sind 2009 ausgefallen.

Die bei den verschiedenen Kreismeisterschaften im Jahr 2009 gewonnenen 48 Titel teilen sich in 13 Mannschafts- und 35 Einzelsiege auf. Folgende Sportler/innen kamen zu Titelehren:

- Männer: Jan Couvelis (2), Sven Habich (1)
- Schüler A, M 15: Lennard Kolhagen (2), Philip Konrad (2), Yannick Millbrodt (1)
- Schüler A, M 14: Joscha Wehrmann (1)
- Schüler B, M 12: Maximilian Konrad (1), Alexander Urban (1)
- Schüler D, M 9: Simon Drewes (1)
- Schüler D, M 8: Marvin Kreis (1), Thomas Haubrich (1)
- weibliche Jugend A: Hannah Anheier (1)
- weibliche Jugend B: Chantal Buschung (4), Franziska Grote (2), Anna Konrad (1)
- Schülerinnen A, W 15: Abigale Robinson (2)
- Schülerinnen B, W 12: Mona Hörning (10)
- Schülerinnen C, W 11: Julika Leichthammer (1), Nora Hörning (1)
- Schülerinnen C, W 10: Sophia Fernandez (1)

Beim Gaukinderturnfest, an dem die LA-Abteilung nach längerer Pause wieder teilgenommen hatte, konnten durch den jüngsten Nachwuchs sechs Siege gefeiert werden. Im leichtathletischen Dreikampf ihrer Altersklasse standen Maximilian Robinson, Marvin Kreis, David Kreis, Nora Hörning, Carla Litzinger und Isabel Unger auf dem Siegerpodest. Trotz hoher Leistungsdichte im Spitzen-

bereich unserer „ewigen“ Vereinsbestenliste gingen 16 neue Vereinsbestleistungen in die Statistik ein.

Das Frühjahrstrainingslager der Leichtathletikabteilung, das von Eva Michalek in den Osterferien organisiert wurde, fand diesmal in Latsch/Südtirol statt. Bei gutem Wetter haben sich unter Anleitung der Trainer Wilko Schinker, Frank Loeven und Eva Michalek 27 Athleten/Innen optimal auf die neue Wettkampfsaison vorbereitet. Es wurden zur Abwechslung auch Ausflüge nach Meran und Schneewanderungen im Martelltal organisiert. Die gute häusliche Küche trug ebenfalls zu dem gelungenen Trainingslager bei.

Im Sportzentrum an der Pommernstraße sind in der abgelaufenen Bahnsaison sieben Leichtathletikveranstaltungen organisiert worden. Davon waren wir bei drei Kreismeisterschaften örtlicher Ausrichter. Als umfangreichste Wettkampfveranstaltung waren die gemeinsamen Meisterschaften des Kreises Limburg/Weilburg und der Region Rhein-Main in den Blockmehrkämpfen der Schüler und Schülerinnen Anfang Mai zu verkraften. Mit dem Meldeergebnis von fast 300 Mehrkämpfer/Innen gingen die ca. acht Stunden dauernden Wettkämpfe an die Grenzen der Belastbarkeit der Organisatoren. Bei den Kreismeisterschaften zur Deutschen Schülermannschaftsmeisterschaft (DSMM) im Sportzentrum, sowie bei den weiteren auswärtigen Meisterschaften war der TG-Nachwuchs oft auf dem Spitzenplatz zu finden. Nur bei den Schülereinzelschaften im September im heimischen Stadion wurden unsere Wettkämpfer/Innen, die zehn Einzelsiege erkämpften, erstmals seit 2003 vom TuS Weilmünster (15 Titel), dem TV Elz (13) und der LG Brechen (11) vom Spitzenplatz abgelöst. Mit fünf Siegen ragte hier Mona Hörning (TGC) in der Altersklasse W 12 als erfolgreichste Wettkämpferin dieser Meisterschaften heraus. Das Veranstaltungsprogramm im Sportzentrum wurde mit zwei kindgerechten Sportwettkämpfen für unsere „Minis“ und den Vereinsmeisterschaften für die jüngeren Schülerklassen abgerundet.

Eine große Anzahl der Abteilungsmitglieder fanden sich wieder zu dem traditionellen Jahresabschlusstreffen in der „Turnerstubb“ der TG-Vereinshalle ein, um das recht erfolgreiche Wettkampfsjahr ausklingen zu lassen. Die besten Leistungen des letzten Jahres wurden besonders gewürdigt und dabei von den Trainer/innen die „Leichtathletin des Jahres 2009“ sowie der „Leichtathlet des Jahres 2009“ geehrt. In den einzelnen Altersgruppen konnten mit einem Pokal ausgezeichnet werden:

- Schülerinnen C: Julika Leichthammer;
- Schüler C: Maximilian Robinson;
- Schülerinnen B: Mona Hörning;
- Schüler B: Maximilian Konrad;
- Schülerinnen A: Abigale Robinson;
- Schüler A: Philip Konrad;
- weibliche Jugend: Chantal Buschung;
- männliche Jugend B: Sven Linz
- männliche Jugend A: Jurij Müller.

Die lange Jahre im Trikot der TG Camberg erfolgreich gestarteten Athletinnen Chantal Buschung und Franziska Wingenbach wurden mit einer Erinnerungsgabe verabschiedet, da sie den Verein verlassen. Somit ist auch die erfolgreiche Startgemeinschaft mit dem TuS Eintracht Wiesbaden bei der weiblichen Jugend aufgelöst worden. Als Neuzugänge im TG-Trikot konnten vorgestellt werden: Jesko Hermann (LG Eintracht Frankfurt), Kim Dennis Kolhagen (SCC Bad Sooden-Allendorf), Nikola Jung (TuS Weilmünster) und Luca Günter (LG Brechen). Mit der B-Schülerin Mona Hörning wächst auch aus dem TG-Nachwuchs ein neues Talent heran, denn sie konnte beachtliche zehn Kreistitel erobern.

Die neuen Belegungszeiten der Sporthallen durch die Schulen bis 17:30 Uhr stellten uns vor große Probleme im Wintertraining bei unseren Kindergruppen. Durch geduldete Nutzung freier Teilflächen in der Halle vor 17:30 Uhr kommen wir im Moment über die Runden. Auch im Sommertraining auf der Bahn müssen wir mehr Einschränkungen des Trainings hinnehmen, da immer mehr Fußballspiele auf die Wochentage verlegt werden, die laut Nutzungsvertrag Vorrang haben.

Im Problembereich der Abteilungsführung hat sich auch im Jahr 2009 noch keine Lösung für einen neuen Abteilungsleiter bzw. -Leiterin abgezeichnet und so muss der „Kommissarische“ so gut er kann die Stellung weiter halten.

Das Training in den neun Sportgruppen läuft in der Leichtathletikabteilung vorbildlich. Deshalb wird allen Trainerinnen und Trainern für den tatkräftigen Einsatz einen herzlichen Dank ausgesprochen. Da zur Bewältigung unserer vielfältigen Aktivitäten und Aufgaben sich die Zahl der Mitarbeiter und Helfer (z. B. auch Kampfrichter) weiter dezimiert hat, werden wir keine größeren Wettkämpfe mehr in Eigenregie im Sportzentrum organisieren. Ein weiterer Grund ist der immer schlechter werdende Zustand unserer Leichtathletikanlagen im Stadion. Ausgenommen hiervon bleiben Wettkämpfe für die „Minis“ und die Vereinsmeisterschaften.

Eva Michalek
Hartmut Tschaikowsky
Wolfgang Weismüller



Langstreckler

Wie in jedem Jahr waren die Langstreckler auch in 2009 bei verschiedenen Laufveranstaltungen nicht nur in Europa unterwegs. Gemeinsames Training gehörte genauso dazu wie die Fahrten zu den einzelnen Laufveranstaltungen. Zur Vorbereitung auf den einen oder anderen Marathon wurden über 10 km bis zum Halb-Marathon diverse Wettkämpfe bewältigt. Gestartet wurde bei Laufveranstaltungen in den Nachbargemeinden, Niederselters und Eisenbach. Auf Marathonveranstaltungen im Weital, Mainz, Rennsteig, Darmstadt, Berlin, Bad Arolsen und Frankfurt wurden die Läuferinnen und Läufer der TG Camberg gesichtet. Bei Hessischen Meisterschaften im Halb-Marathon und Marathon waren Läufer der TG Camberg am Start.

Bei allen Wettkämpfen wurden 1780 km zurückgelegt.

Einige Höhepunkte gab es auch in 2009. Besonders Markus Schmitt ist hier wieder hervorzuheben, er startete im April in Rotenburg an der Fulda bei einem 100km Lauf.

Inga Preusser und Markus Schmitt starteten gemeinsam in Remscheid zum Röntgenlauf über 63,3km. Hier kamen Markus und Inga die vielen Trainingskilometer im Bad Camberger Stadtwald, die gemeinsam mit mehreren Läufern bewältigt wurden, zu gute.

Als weiteren Höhepunkt ist, wie schon häufig in den letzten Jahren, Jürgen Grande zu erwähnen. Bei der gemeinsamen Fahrt nach Thüringen zum Rennsteiglauf startete Jürgen bei seinem 100. Marathon. Dies wurde von den mitgereisten Laufteilnehmer und auch, durch einen dezenten Hinweis an den Veranstalter, im Ziel würdig gefeiert. Beim abendlichen Sammeln der Kräfte (Auffüllen der Kohlehydratspeicher mit Köstritzer Bier) wurde Jürgen von uns mit einem T-Shirt geehrt.

Gelaufen wird bei den Langstrecklern bei jedem Wetter. Und so wurde das eine oder andere T-Shirt durchgeschwitzt.

Auch bewältigten einige Läuferinnen ihren ersten Halb-Marathon in diesem Jahr.

Eine weitere schöne Entwicklung konnte durch die Verstärkung bei den Läufern durch neue Mitglieder in der TG Camberg verzeichnet werden. Festzustellen ist, dass sich das gleichmäßige Training in der Gruppe auszahlt. Gemeinsames Training ist immer zu den Lauftreffterminen.

Wolfgang Raatz



Sportabzeichen

2009 haben wieder zahlreiche Teilnehmer erfolgreich an der Abnahme zum Deutschen Sportabzeichen teilgenommen. Leider hat sich die Tendenz der geringeren Teilnehmer aus den Vorjahren fortgesetzt. So wurde von Mai bis September an zehn Terminen im Sportzentrum trainiert und die Prüfungen abgenommen. Weiterhin wurden noch zwei Termine für Schwimmprüfungen angeboten. Aufgrund der Ausweitung des Disziplinangebotes in den verschiedenen Leistungsgruppen, wurden nach Absprache auch Einzeltermine für Turnen, Walking oder die Rad-Kurzstrecke durchgeführt. Mit 19 erworbenen Sportabzeichen bei den Männern und Frauen war die Tendenz gegenüber dem Vorjahr mit 25 Abzeichen jedoch extrem niedriger. Erfreulich war, dass zwei Ersterwerber bei der TG vorzufinden waren. Vermisst wurden wie im letzten Sommer ein Teil der langjährigen „Stammkundschaft“ von Sportabzeichenbewerber(-innen), zumal die Witterungsbedingungen überwiegend gut waren. Trotz zum Teil Regen und Fußballbetrieb in der Pommernstraße hatten die Teilnehmer ihren Spaß beim Training. Zum Erwerb des Sportabzeichens „Jugend“ fand sich bei den offiziellen Prüfungsterminen nur eine neue Interessentin ein.

Durch eine Werbeaktion in der Leichtathletikabteilung sind nach den Sommerferien von den Abteilungsmitgliedern 24 Abzeichen im Jugendbereich erworben worden. Bei einer anderen Sportabzeichenaktion unserer Trainerin Leila Janke-Hermann in der Grundschule Erbach haben weitere 43 Kinder der Leichtathletikabteilung dort die Sportabzeichenprüfung erfolgreich abgelegt, wobei diese Zahl auch der TG Camberg angerechnet wird.

Mit der Gesamtsumme von 68 Abzeichen, „Jugend“ und 19 Abzeichen bei den Erwachsenen ist die TG Camberg mit 87 erworbenen Sportabzeichen im Jahr 2009 nicht ganz zufrieden. Leider konnten wir nicht an die letzten Jahre mit über einhundert Teilnehmern anknüpfen.

Nach der 30. erfolgreichen Prüfung, wurde Brigitte Thies das Goldene Sportabzeichen mit „Jubiläumszahlen“ überreicht. Auch Annemarie Köppl wurde nach der 10. erfolgreichen Prüfung erstmals das Goldene Sportabzeichen mit „Jubiläumszahlen“ überreicht.

Bewährt hat sich die Aufteilung des organisatorischen Ablaufes im Sportabzeichenbereich der TG. Wolfgang und Irene Raatz, die für Frauen und Männer zuständig sind, konnten mit Unterstützung durch Helmut Kromer und Wolfgang Scholz die erfolgreichen Abnahmen durchführen. Wolfgang Weismüller wurde im Jugendbereich durch Eva Michalek und Leila Janke-Hermann unterstützt.

Zum Schluss noch zwei Kommentare von Teilnehmern:

Teilnehmer beim Kugelstoßen, nach wiederholten zu kurzen Stößen: „Ich glaube wenn ich meine Hose ausziehe, kann ich weiter stoßen.“

Teilnehmer beim Walking nachdem er etwas müde aussah: „Mich haben unterwegs zwei junge Frauen überholt, die hatten einen tollen Duft, da musste ich schneller werden, damit ich den Duft nicht aus der Nase verliere.“

Wolfgang Raatz / Wolfgang Weismüller



Lauf- und Walkingtreff

Der TG Lauf- und Walking-Treff hatte auch im abgelaufenen Jahr insgesamt eine gute Akzeptanz bei unseren Vereinsmitgliedern sowie bei vereinsungebundenen Interessenten zu verzeichnen. Gerne haben in diesem Jahr wieder einige Kurgäste die Gelegenheit genutzt, sich beim Lauftreff sportlich zu betätigen.

Aus den Reihen der Teilnehmer konnten wieder einige neue Vereinsmitglieder geworben werden. Wie in den vergangenen Jahren vermehrt aufgetreten, hat uns das Wetter beim Lauftreff auch in diesem Jahr wieder einmal im Stich gelassen. Zwei mal musste daher der Lauftreff abgesagt werden. Am 2. April startete der Lauftreff seinen Run Up in die Sommersaison.

Am 26. September wurde für die Läufer wieder der Zwei-Stundenlauf durchgeführt. Hier starteten die Läuferinnen und Läufer am Lauftreffparkplatz und gingen auf die Strecke ins Dombachtal. In Dombach hatte Irene Raatz unsere Verpflegungsstelle eingerichtet. Mit der Stärkung konnte dann die nächste Laufstunde gut bewältigt werden. Leider ist auch hier die Anzahl der Teilnehmer sehr rückläufig.

Zum selben Termin wurde der Zwei-Stundenlauf der Walker und Nordic-Walker durchgeführt. Hier wurde mit viel Spaß durch die schwarze Strecke des Nordic Walking Park geführt. Auch hier wurden die Teilnehmer durch Irene Raatz in Dombach mit Apfelsaftschorle und Bananen versorgt, so dass wir uns hier für den Rückweg stärken konnten. Auch hier konnten keine große Beteiligung von Nordic-Walkern festgestellt werden.

Als Fazit hatten aber alle Teilnehmer ihren Spaß. Und auch in nächste Jahr wird es einen Zwei-Stundenlauf geben.

Den Jahresabschluss bewältigte eine stattliche Zahl von Walkern, Nordic Walkern und Läufern beim Silvesterlauf im Stadtwald. Gemeinsam wurde nach dem Lauf in gemütlicher Runde bei einem Glas Sekt und einem kleinen Imbiss das Lauftreffjahr noch einmal unter die Lupe genommen. Alle waren wir der Meinung, dass wir uns glücklich schätzen können, einen so schönen Wald vor unserer Haustüre zu haben.

Auch in die Aus- und Weiterbildung der Betreuer wurde wieder in 2009 investiert.

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



Frauengymnastik 40 plus

Unsere Übungsstunde findet weiterhin in der TG-Halle mittwochs abends statt. Jeden ersten Mittwoch übernimmt Brigitte Thies die Übungsleitung, da ich für die Rehasportgruppe in der Hohenfeldklinik die Wassergymnastik leite.

Zum Jahresausklang trafen wir uns in Erbach zum gemeinsamen Abendessen und anschließendem lustigen Kegelabend.

Ingrid Enzmann



Gymnastik für Männer ab 30 Jahren (Montagsbuben)

Auch im Jahr 2009 trafen sich montagabends regelmäßig um die 30 Montagsbuben zur Gymnastik in der TG-Halle, wobei ein typischer Trainingsabend etwa wie folgt verläuft:

Nach einem kurzen Lauf zum Aufwärmen schickt unser Trainer Manfred Wiemann die Männer auf die Matten zum Dehnen und Kräftigen der Muskeln. Behutsam hat er im Laufe des Jahres immer wieder ein paar neue Übungen eingebaut, auch wenn die wesentlichen Elemente konstant blieben. Da es bei den Männern nicht unbedingt an der Muskelkraft hapert, dafür aber oft um so mehr an der Beweglichkeit, gibt es sehr viele Übungen, bei denen die Teilnehmer ihre Muskeln und Sehnen behutsam in die Länge ziehen müssen. Sehr ausführlich erklärt Manfred die einzelnen Übungsteile und weist auch auf die richtige Atmung hin. Der ein oder andere wird auch korrigiert, wenn seine Körperhaltung allzu sehr von der gewünschten Stellung abweicht. Hin und wieder gibt es zum Abschluss des ersten Trainingsdrittels eine Entspannungsübung, bevor die Gruppe für die beiden folgenden Abschnitte aufgeteilt wird.

Etwa die Hälfte der Mannschaft geht dann in den Krafraum, während die andere für Ballspiele in der Halle bleibt. Im Krafraum erwartet sie dann schon Raimund Hartmann, dem man ansieht, dass er nicht nur am Montagabend etwas für seine Muskulatur tut. Auch wenn Raimund jeweils schon schriftliche und bildliche Beschreibungen an die einzelnen Stationen verteilt hat, erläutert er die Übungen zu Beginn noch mal kurz mündlich. Zur Veranschaulichung sucht er sich hin und wieder auch Freiwillige. Klaus Barth ist als Vorturner eines ordentlichen Klimmzugs immer fest eingeplant. Nach ca. einer halben Stunde gehen die von der Last der Gewichte schon leicht erschöpften Montagsbuben zum Ballspiel in die Halle, wo sie sich bei Badminton, Fußball oder Basketball endgültig auspowern können. Dafür wechseln die vorherigen Ballspieler dann in den Krafraum, um alle Muskelgruppen noch mal gezielt „abzuarbeiten“.

In den Sommerwochen wurde auch im Jahr 2009 eine Hallenpause eingelegt, die traditionell für das Radfahren im Taunus genutzt wurde. Die Radfahrersaison wurde wieder mit einer Eintagestour unter der Leitung von Rainer Schlicht eröffnet und mit einer Zweitagestour, geplant und geleitet von Claus Schmitt, abgeschlossen.

Neu im Programm der Montagsbuben war dieses Jahr die Teilnahme am Schleifchen-Turnier der Badminton-Abteilung, an dem auch die „Donnerstagsgruppe“ teilgenommen hat. Den Teilnehmern hat es so viel Spaß gemacht, dass es auch in 2010 unbedingt wiederholt werden soll.

Wie immer haben sich die Montagsbuben auch in die sonstigen Aktivitäten der TG eingebracht, wobei vor allem der TG-Lumpenball, das Spielfest (besonderer Dank gilt hier Bernd Heinen und Klaus Barth) sowie der Hessische Landeswandertag zu nennen sind.

Sechs runde Geburtstage boten wieder genügend Anlässe gemeinsam zu feiern. Daneben traf man sich im Juni zum Grillen an der TG-Halle sowie im Dezember zur Weihnachtsfeier. Hierbei machten die Montagsbuben ihrem Namen als Sportler alle Ehre, denn fast die Hälfte der 46 Teilnehmer machte sich bei kühlen Temperaturen zu Fuß auf den Weg zur Bauernstube in Walsdorf.

Stefan Gotthardt



Konditionsgymnastik für gemischte Gruppen

Jeanette Truhoel, unsere Trainerin, hat uns auch im Jahr 2009 donnerstagabends ab 20:30 Uhr zum Schwitzen gebracht. Mit Aerobic-Übungen oder mit Steppern und Hanteln sorgt sie dafür, dass Kraft und Ausdauer trainiert werden und nach einer Stunde so mancher Teilnehmer ein nasses T-Shirt hat. Trotzdem muss sich niemand überlastet oder unterfordert fühlen, jeder kann soviel wie er will.

Die Altersstruktur der etwa 20 aktiven Teilnehmer spannt sich von ca. 20 bis 75 Jahren sehr breit, wobei der Durchschnitt ziemlich genau 50 Jahre ist.

Danach wird regelmäßig eine halbe Stunde Badminton gespielt, bevor wir zum gemütlichen Teil des Abends übergehen.

Viel Spaß machte den Teilnehmern aus unserer Gruppe das gemeinsame Badminton-Schleifchenturnier zusammen mit den Montagsbuben und der Badminton-Abteilung. Die Organisation war hervorragend und hat somit das Vereinsleben abteilungsübergreifend verbessert, eine solche Veranstaltung sollte unbedingt wiederholt werden.

Neben dem Sport ist es den Mitgliedern der Gruppe wichtig die Geselligkeit zu pflegen, so werden „runde“ Geburtstage gefeiert, Grillen und der Novello-Abend sind fest im Jahresplan vorgesehen. Die alljährliche Nachtwanderung „Zwischen den Jahren“, hat uns diesmal nach dem Glühwein bei Anny und Fritz zum Waldschloss geführt.

Helmut Urban



Fitnessgymnastik für Frauen

Treffpunkt der Gruppe: Dienstagabend von 20 bis 21 Uhr.

Die Abteilung besteht aus ca. 30 bis 35 Frauen im Alter von 17 bis 73 Jahren.

Es wird ein gezieltes Programm für Bauch, Beine, Po, aber auch die restlichen Körperpartien trainiert. Wir arbeiten mit Theraband, kleinen Hanteln und Steppern (oder auch Doppelsteppern). Den Abschluß der Stunde bilden Dehnungs- und Entspannungsübungen.

Da aber bei einer so großen Gruppe das Verstehen der Trainerin bis in die letzten Ecke der Halle nicht immer einfach ist, hatten wir einmal die Überlegung ein Headset anzuschaffen.

Ich danke unserer Trainerin Kerstin Gugger, die sich immer einige Gedanken macht, um so ein ausgewogenes Programm für uns zusammen zu stellen.

Treffpunkt der Gruppe: Donnerstagabend 19:30 bis 20:30 Uhr.

Hier treffen sich 8 bis 15 Frauen im Alter von 17 bis 64 Jahren.

Die Trainerin Sinje Schaus macht ein ausgewogenes Programm mit SwingStick, Aero-Step und Pezzi-Bällen. Ebenfalls herzlichen Dank. Ziel dieser Stunde ist es die Kondition und Beweglichkeit zu verbessern. Dazu ist es erforderlich die verschiedenen Muskelgruppen umfassend zu trainieren.

Neben diesen sportlichen Aktivitäten gibt es natürlich noch einiges, was die Geselligkeit anbetrifft bis hin zur gut besuchten Weihnachtsfeier. Des weiteren ist natürlich die Mithilfe bei allgemeinen Vereinsveranstaltungen für uns selbstverständlich.

Ich bedanke mich nochmals bei allen ehrenamtlich Helfenden.

Elvi Müller



Senioren-Gymnastikgruppe

Die Seniorengruppe der TG hat z. Zt. 45 Mitglieder (3 männlich) im Alter zwischen 65 und 85 Jahren. Abteilungsleiterin ist Hildegard Thies (stellv. Anneliese Pförtner) und Übungsleiterin ist Brigitte Thies (stellv. Lisa Hartmann).

Die Gymnastikstunden finden immer montags von 9:30 bis 10:30 Uhr in der TG-Turnhalle mit einer Teilnehmerzahl von durchschnittlich 25 Personen statt.

Wir legen auch Wert auf die Pflege der Geselligkeit, so feierten wir einen lustigen Kreppelkaffee in der Fastnachtszeit in der Turnerstubb und machten im Herbst eine Wanderung zur „Ricker Hütt“ mit Einkehr und Kaffeetafel.

Wie alljährlich hielten wir unsere Adventfeier mit Kaffee, Weckpuppen und Wein in der Turnerstubb. Wie schon so oft besuchte uns der Nikolaus (Seppi) und erfreute uns mit Geschenken. In Versform gab er einen Jahresrückblick und stimmte uns besinnlich auf Weihnachten und Neujahr ein.

Die Verbundenheit unserer Abteilung mit der Turngemeinde unterstreichen wir mit der Teilnahme, Mitwirkung und Mithilfe bei Veranstaltungen im Jahresablauf

Hildegard Thies



Skiabteilung

Madesimo

Die alpine Oster-Skifreizeit führte uns auch in diesem Jahr wieder nach Madesimo/Italien. Seit fast vier Jahrzehnten ist das Hotel Andossi bereits das Urlaubsquartier der TG-Skifahrer. Das Skigebiet von Madesimo zeichnet sich vor allem durch seine modernen Lifтанlagen, der exponierten Lage bis auf ca. 3.000 Meter sowie dem geringen Andrang auf den Skipisten aus.

Maiwanderung

Die traditionelle Maiwanderung führte uns auch in diesem Jahr wieder ins Dombachtal. Mit knapp 50 Teilnehmern aller Altersklassen beteiligten sich in diesem Jahr besonders viele Mitglieder. Für das leibliche Wohl sorgten wie gewohnt Anja und Michael Brendel. Vielen Dank dafür.

Fahrradtag

Im Rahmen des diesjährigen Radsonntags, hat die Skiabteilung nach 2007 und 2008 zum dritten Mal die Stempelstelle in Bad Camberg organisiert, die von mehr als 1.100 Radfahrern passiert wurde. Zahlreiche Besucher und Radfahrer konnten sich am Grillstand, bei Getränken sowie Kaffee und Kuchen entweder für die Weiterfahrt stärken oder nach Absolvierung der rund 44 km langen Rundtour den Tag geruhsam ausklingen lassen.

Pfingstwanderung

Unter der Leitung von Heinz Müller wurde eine Abendwanderung am Pfingstmontag durchgeführt.

Saisoneröffnungsfahrt nach Obertauern

Die diesjährige Saisoneröffnung der alpinen Skifahrer fand zum zweiten Mal in Obertauern statt. Die Teilnehmer konnten sich dabei über hervorragende Schneeverhältnisse freuen.

Neue Veranstaltungen im Programm der Skiabteilung

Zum zweiten mal veranstaltete die Skiabteilung einen Grillabend an der TG Halle. Aufgrund der sehr guten Resonanz soll dieser auch im kommenden Jahr wieder stattfinden.

Mittwochsturnen

Auch in 2009 fand unter der bewährten Leitung von Helmut Thies wieder jeden Mittwoch die Gymnastik „Er und Sie“ in der TG Halle statt.

Landeswandertag

Im Rahmen der durch die TG Camberg organisierten Veranstaltung wirkte die Skiabteilung bei der Bewirtung in der TG Halle mit. Des Weiteren wurde die Aufgabe der Streckenbeschilderung wahrgenommen.

Weihnachtsfeier

Die Weihnachtsfeier der Skiabteilung wurde im Kurhaus Restaurant in Bad Camberg gefeiert. Selbstverständlich durfte auch in diesem Jahr die wie immer von Franz Lenhart organisierte Tombola im weihnachtlich geschmückten Saal nicht fehlen.

Die Abteilungsleitung bedankt sich auch für das Jahr 2009 bei allen Übungsleitern und Betreuern, die ohne Kurssystem, durchgehend und vor Allem ehrenamtlich für die Skiabteilung tätig sind. Insbesondere bedanken wir uns bei Helmut Thies, der seit vielen Jahren als Übungsleiter den Mittwochsturnen zur Seite steht. Des Weiteren danken wir denen, die bei uns noch ehrenamtlich helfen und mit arbeiten, sowie allen Spendern, die unsere Arbeit auch in diesem Jahr wieder unterstützt haben.

Willi Wecker jr.



TG-Radelgruppe „freitagsabends“

Die Radelsaison 2009 ging wieder mal viel zu schnell zu Ende.

Eine große Beteiligung an den Trainingsfahrten freitagsabends war wieder zu verzeichnen. Abseits der Straßen auf Radwegen über Berg und Tal, ohne Pannen und immer das passende Radelwetter, so holte sich die Gruppe schnell die nötige Kondition. Kurzum eine gute Radelsaison.

Der Höhepunkt für die Radelgruppe war in diesem Jahr die 2-Tagestour im Hunsrück und Nahetal, der „Schinderhannes-Radweg“. Er zieht nonstop seine Schleifen hoch über dem Hunsrück auf der ehemaligen Bahntrasse zwischen Emmelshausen und Simmern. Er ist das Herzstück aller Radel-touren durch wunderschöne Landschaften, zumal er auch verlockende Ergänzungen anbietet. So auch dann für die Gruppe die Fahrt nach Gemünden, durchs Kellenbachtal und endete mit 74 km am ersten Tag im Simmertal.

Die Übernachtung war in Hochstetten-Dhaun im Schloß-Hotel „Zur Burg“. Am zweiten Tag ging die Tour durchs Nahetal, Bad Kreuznach, Bingen an den Rhein bis Gualgesheim mit Abschluß beim Winzer.

Die Tagestour im Heimatgebiet zum Saisonabschluß ging an die Aar nach Diez, Limburg und durch den Goldenen Grund zurück. Die Abschlußeinkehr war bei Gerd und Edith Pfanzer auf der Terrasse

bei Kuchen, Kaffee und kalte Platten etc. Es hat an nichts gefehlt.

Für 2010 gibt es für die Radelgruppe ein Jubiläumsjahr.

20 Jahre gemeinsame Trainingsfahrten freitagsabends mit 2-Tagesfahrten auswärts und Tagesfahrten im Heimatgebiet.

Um diesen Geburtstag würdig zu feiern, ist eine 3-Tagesfahrt in die Pfalz geplant. Die Vorbereitungen sind schon getroffen.

Und nun freuen wir uns auf die neue Saison 2010.

Termine in 2010:

- 7. Mai bis 27. August 2010: Trainingsfahrten freitagsabends
- 9. Juli bis 11. Juli 2010: 3- Tagestour in die Pfalz
- 5. September 2010: Tagesfahrt im Heimatgebiet

Christa Schmitt



Fitness-Kraftsport

Auch das Jahr 2009 ging bei der Abteilung Kraftsport wieder wie im Flug herum. Ca. 10 bis 15 Personen kommen regelmäßig Monat für Monat im Krafraum trainieren. Das ganze wird geleitet von den Übungsleitern Mathias Heller, Sebastian Müller, Arne Wagner und mir. Arne Wagner kehrte nach einer Fußballpause Ende des Jahres wieder zurück, was für uns sehr wichtig war. Hier hat sich eine gute und zuverlässige Übungsleitergruppe gefunden, die den täglichen Betrieb im Krafraum der TG mit viel Engagement leitet.

Auch dieses Jahr wurde wieder neues Trainingsgerät in Form von Trainingshanteln angeschafft, was uns sehr erfreut hat. Für das Jahr 2010 hoffen wir, dass es weitere Anschaffungen an Trainingsgeräten gibt und dass die gute Stimmung im Krafraum aus dem Jahr 2009 erhalten bleibt

Julian Schmitt



musikalische Früherziehung

Jedes Kind braucht Musik, wie z. B. Singen, Tanzen und Rhythmus klatschen in der musikalischen Früherziehung. Die ersten Versuche mit Xylofon und Trommel – all das sind gute Anfänge um unsere Kinder zu motivieren sich durch die Töne und Klänge mitzuteilen. Sie werden mit verschiedenen Instrumenten vertraut gemacht die schnell und einfach zu erlernen sind. Dazu gehören auch Klanghölzer, Triangel und Becken. Verschiedene Rhythmen und unterschiedliche Tonhöhen erlernen die vier bis sechsjährigen spielerisch. Hier helfen uns Klanggeschichten, ein Kinderheft mit vielen tollen Ideen und ein Konzept das speziell auf die Früherziehung abgestimmt ist. Auch musikalische Fortbildungen besuchen wir regelmässig.

In kleinen Gruppen von acht bis zehn Kinder haben wir die Möglichkeit ganz gezielt auf die Kleinen einzugehen und alle Wünsche zu erfüllen.

Gemeinsam freuen wir uns auf den Jugendmusiktag im Juni, welcher auch unser wichtigster Auftritt ist. An diesem Tag dürfen wir mit den Blockflöten, dem Schüler- und dem Jugendorchester auftreten und unser erlerntes Aufführen.

Ausserdem nehmen wir auch mit viel Spass an der Nikolausfeier teil.

Das Wichtigste aber ist, dass neben der Musik und all den Empfindungen die mit ihr verbunden sind, Spass und Gemeinschaft entsteht.

Barbara Wenz



Blockflötengruppen

Unsere Abteilung besteht nun schon seit August 2000. Insgesamt werden momentan 18 Kinder im Alter von sechs bis neun Jahren an die Welt der Noten herangeführt.

Unser Übungstag ist freitags.

Die Kinder der Fortgeschrittenengruppe sind nun schon in der Lage in der ersten Oktave und teilweise auch in der zweiten Oktave zu spielen, auch mehrstimmige Lieder meistern die Kinder mit Bravour.

Für das Jahr 2010 gibt es auch wieder eine neue Anfängergruppe.

Unseren ersten gemeinsamen Auftritt hatten wir beim Schnuppertag des Blasorchesters am 21. Juni 2009. Danach folgte noch die Nikolausfeier der TG im Dezember.

Im Sommer des Jahres 2009 haben wieder 21 Kinder ihre zweijährige Ausbildung beendet. Fast alle haben anschließend eine Instrumentalausbildung begonnen.

Eva Schermuly



Schülerorchester

Im September 2006 wurde das Schülerorchester des Blasorchesters neu gegründet. Es steht unter der Leitung von Eva Schermuly.

Nach ungefähr ein bis eineinhalbjähriger Instrumentalausbildung üben die Kinder bereits das Zusammenspiel mit anderen Instrumentengruppen.

Zurzeit besteht das Schülerorchester aus 37 Mädchen und Jungen im Alter von acht bis dreizehn Jahren.

Die Proben finden jeweils freitags von 17:15 Uhr bis 18:15 Uhr statt. Das Schülerorchester hat in diesem Jahr beim Schnuppertag des Blasorchesters und bei den Martinsumzügen in Bad Camberg und Schwickershausen gespielt. Selbstverständlich war es auch bei der Nikolausfeier der TG dabei. Unser nächstes Highlight wird das Frühjahrskonzert 2010 des Blasorchesters im Kurhaus sein.

Den Kindern und der Übungsleiterin macht das gemeinsame Musizieren sehr viel Spaß.

Eva Schermuly



Jugendorchester

Der erste Höhepunkt in diesem Jahr war die gemeinsame Wanderung mit den Aktiven des Blasorchesters am 31. Januar 2009. Nach dem anschließenden Abendessen wurde der Wanderpokal für vorbildlichen Probenbesuch an Lisa Riedel verliehen.

An Pfingsten fuhr das Jugendorchester mit 39 Personen für drei Tage zum Deutschen Turnfest nach Frankfurt am Main. Hier konnte nicht nur die Gemeinschaft der Gruppe verstärkt werden. Beim Wertungsspiel wurde diesmal in einer höheren Kategorie gestartet. Zur Freude aller zahlte sich die gelungene Probenarbeit aus und die Jugendlichen erhielten eine sehr gute Bewertung. An dieser Stelle soll auch allen mitgereisten Betreuern ein herzliches Dankeschön ausgesprochen werden. Ohne deren Engagement wäre diese Fahrt nicht möglich gewesen.

Das Jahreskonzert der Musikabteilung fand am 15. März.2009 statt. Das Jugendorchester mit seinem musikalischen Leiter Mathias Müller konnte sich auch hier wieder glänzend präsentieren.

Am 21. Juni 2009 fand in der TG Halle in der Jahnstraße unser jährlicher Jugendmusiktag statt. Hier stellten sich alle Nachwuchsgruppen der Musikabteilung und natürlich auch das Jugendorchester vor. Viele Jugendliche halfen im Anschluss auch bei der Vorstellung der verschiedenen Instrumente für die interessierten Kinder und deren Eltern.

Beim Landesjugendlehrgang in Biedenkopf war die TG Camberg wieder stark vertreten. Die Musikerinnen und Musiker konnten sich dort ein ganzes Wochenende ihrem Hobby widmen.

In diesem Jahr fand auch wieder ein Leistungslehrgang (D1) im Turngau statt. Von der TG Camberg stellten sich acht Musikerinnen nach einwöchigem theoretischen Unterricht und praktischen Übungen den Prüfungen. Wir gratulieren Hanna Bürger, Anna Katharina Eufinger, Isabelle Griesand, Annika Hasenpflug, Julia Richter, Verena Richter, Lisa Riedel und Rebecca Weddig, die alle mit „guten Erfolg“ abgeschlossen haben.

Bei den Martinszügen in Schwickershausen und Bad Camberg waren auch die Aktiven des Jugendorchesters wieder vertreten.

Traditionell konnte das Jugendorchester beim Christkindlmarkt der caritativen Gruppen, bei der Weihnachtsfeier des VDK Ortsverband Bad Camberg und der Nikolausfeier der TG zur besinnlichen Stimmung beitragen.

Monika Eufinger



Blasorchester

Auch im Januar 2009 ist der Neujahrsempfang der Turngemeinde die erste Aufgabe für die Musiker. Von einer Bläsergruppe wurde der Empfang feierlich eröffnet.

Die Fastnachtsauftritte in Camberg und Erbach konnten wir dank der Unterstützung unseres Ehren-dirigenten Hans Steiner gut bestreiten.

Zur intensiven Vorbereitung auf das Jahreskonzert verbrachte das Orchester fast komplett ein Probenwochenende in der Jugendherberge in Bad Marienberg. Da unsere Vizedirigentin Laura Freimuth erkrankt war, sprang Mathias Müller als Leiter für die Registerproben mit den Holzbläsern ein. Die Arbeit hat viel Spaß gemacht, herzlichen Dank an Mathias Müller und Kai Tobisch.

Das Jahreskonzert am 15. März war, nach der Pause im Jahr 2008, ein voller Erfolg und alle Gruppierungen von den Blockflötenkindern über Schüler- und Jugendorchester bis zum Blasorchester zeigten einen Querschnitt aus der breiten Palette der Musik.

Übers Jahr verteilt folgten die üblichen Auftritte zum Frühjahrsmarkt, Kreuzkapellen- und Höfefest, Herbstmarkt und Kerb. Auch zu kirchlichen Anlässen wie Fronleichnam und Martinsumzügen ist das Blasorchester immer wieder gefragt. Außerdem beteiligten wir uns am Gaufreundschaftstreffen in Runkel anlässlich des 50-jährigen Bestehens des Blasorchesters des TV Runkel. Den Abschluss bildete traditionell das vorweihnachtliche Kurkonzert im Dezember.

Finanzielle Zuschüsse konnten wir in diesem Jahr von der Hessischen Staatskanzlei zur Anschaffung von neuen Musikinstrumenten erhalten und auch ein Zuschuss zum Honorar unseres Jugenddirigenten Mathias Müller wurde uns zum Jahresende noch gewährt.

Die vom Hessischen Turnverband und dem Turngau Mittellahn angebotenen Lehrgänge für den Schüler- und Jugendbereich werden nach wie vor gut angenommen. Elf Teilnehmer legten die Prüfung für das Musikerleistungsabzeichen in Bronze ab, je einmal wurde das Abzeichen in Silber und Gold verliehen. Insgesamt 18 Mitglieder des Schüler- und Jugendorchesters besuchten den Anfängerlehrgang in Biedenkopf.

Bereits zum neunten Mal fand in der TG Halle der „Schnuppertag“ statt. Die Kinder der Percussiongruppe, die Blockflötengruppen sowie Schüler- und Jugendorchester zeigten im Rahmen eines kleinen Konzertes Ausschnitte aus ihrer Arbeit. Im Anschluss an die Vorführungen konnten die zahlreich erschienenen Besucher sich über die verschiedenen Ausbildungsmöglichkeiten informieren und alle Instrumente unverbindlich ausprobieren. Die Organisation der Veranstaltung lag bei der Jugendleiterin Monika Eufinger und den Übungsleitern der Nachwuchsgruppen.

Die Zusammenarbeit mit der Musikschule Kilian aus Dauborn verläuft nach wie vor erfolgreich, es werden derzeit mehr als 50 Kinder ausgebildet. Zurzeit unterrichten fast täglich zwei Lehrer der Musikschule bei der TG und insgesamt sind es mit den Kursen in musikalischer Früherziehung und Blockflöten etwa 130 Kinder und Erwachsene, die in der TG mit Musik beschäftigt sind. Der Percussionkurs und ein Kurs in musikalischer Früherziehung kam mangels Interessenten nach den Sommerferien leider nicht mehr zustande, im Bereich Blockflötenausbildung sind etwas weniger Anmeldungen zu verzeichnen.

Auch im Blasorchester gibt es teilweise personelle Engpässe zu vermelden, einige Jungmusiker müssen aufgrund gesteigerter Anforderungen in Schule und Berufsausbildung im Orchester pausieren. Wir bemühen uns aber immer wieder um neue Mitglieder.

Am Ende des Jahresberichtes gilt wie immer mein Dank allen Aktiven und Helfern für ihren Einsatz im vergangenen Jahr. Ein herzliches Dankeschön außerdem allen Aushilfsmusikern für ihre Unterstützung. Dank auch an alle Übungsleiter, die, auch wenn sie für die Übungsstunden ein Honorar erhalten, doch auch viel Zeit ehrenamtlich für unsere Nachwuchsarbeit aufwenden.

Dies ist mein letzter Jahresbericht nach 32 Jahren Tätigkeit als Abteilungsleiter. In vielen Stunden haben wir im Laufe des Jahres im Musikausschuss die verschiedenen Tätigkeiten des Abteilungsleiters zusammengetragen und katalogisiert. Dafür gilt mein besonderer Dank Oliver Lenz, der mit viel Engagement die Daten elektronisch aufbereitet hat. Eine neue Aufgabenverteilung konnte vorgenommen werden und in der Abteilungsversammlung des Blasorchesters am 14. November 2009 wurde Barbara Wenz einstimmig zur neuen Abteilungsleiterin gewählt. Ich wünsche Barbara und dem Team im Musikausschuss viel Freude und Erfolg bei der Arbeit rund um das Blasorchester und werde, wo gefragt, mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Iris Schmidt



Integration

Das Integrationsturnen der TG Camberg findet nach wie vor in Kooperation mit dem katholischen St. Marien Kindergarten, dem städtischen Kindergarten (Kinder Oase) und den Vorklassen der Freiherr-von-Schütz-Schule statt. Zweimal wöchentlich besuchen jeweils eine Kindergartengruppe und Kinder aus einer Vorklasse der Freiherr-von-Schütz-Schule die Turnhalle in der Jahnstraße um gemeinsam unter der Leitung des Zivildienstleistenden ein wenig Sport zu treiben. Die Turnstunden finden jeweils dienstags und mittwochs von 10:30 bis 11:30 Uhr statt

Die Zielsetzung beim Sport mit den Kindern ist neben der Verbesserung der motorischen Grundfähigkeiten auch das bewusste Mischen von Kindern mit leichten Behinderungen mit Kindern, die an kein körperliches Defizit haben. Dabei fällt immer wieder auf, dass die Kinder der Freiherr-von-Schütz-Schule den anderen Kindergartenkindern in fast nichts nachstehen und die Herausforderungen beim Turnen ebenso gut meistern, wie Kinder ohne Einschränkungen.

Bei den angesprochenen Herausforderungen handelt es sich um verschiedenste Aufgaben, die die Kinder jede Woche in der Turnhalle gestellt bekommen. Zu Beginn und Ende der Turnstunde werden einfache Fang- und Laufspiele gespielt, oder auch Geschicklichkeitsspiele mit verschiedenen Gegenständen ausprobiert. Hier versuchen die Kinder beispielsweise einen Ball durch die Halle zu befördern, ohne, dass dieser die Hände oder den Hallenboden berührt. Am meisten Spaß haben die meist bewegungsfreudigen Kinder allerdings an den wechselnden Bewegungslandschaften bzw. Parcours, die der Zivildienstleistende schon immer vor dem Eintreffen der Gruppen aufbaut. Dort klettern, hüpfen, springen, balancieren, rutschen und schwingen die Kleinen dann immer mit viel Freude und werden von Durchgang zu Durchgang immer sicherer, bis sie die Aufgaben in den meisten Fällen am Ende der Stunde ganz ohne Hilfestellung bewältigen können.

Das Wichtigste in den Turnstunden ist jedoch der soziale Umgang miteinander. Die Kinder können durch das Integrationsturnen neue Freundschaften schließen und lernen mit anderen Kindern umzugehen, die (z. B. durch eine Behinderung) anders sind als sie. Aufgrund dieser Tatsachen ist es wichtig dass dem Integrationsturnen weiterhin viel Aufmerksamkeit entgegengebracht wird, damit die Kinder auch weiterhin erste gesellschaftliche Fähigkeiten durch das Turnen erlernen.

Simon Wloczyk



Kleinkinderturnen

Im Jahr 2009 leitete ich das „Kleinkinderturnen“ in vier Gruppen (donnerstags eine und freitags drei Gruppen). In den Gruppen turnten bis zu achtzehn Kindern im Alter von drei bis sechs Jahren.

Inhalte der Stunden waren:

- Ausbildung, Verbesserung und Schulung der koordinativen Fähigkeiten
- sammeln von grundlegenden Erfahrungen in der Gruppe (Sozialverhalten)
- sammeln von neuen Erfahrungen in der Umgebung „Turnhalle“ im Umgang mit verschiedenen Materialien, Gegenständen und Geräten
- Förderung der eigenen Kreativität und Fantasie
- spielerische Förderung der konditionellen Fähigkeiten
- kennenlernen der eigenen körperlichen Grenzen
- Schulung der Körperwahrnehmung
- kindgemäße Massagen zur Wahrnehmung des eigenen Körpers und Entspannung

Der Ablauf der Stunde gestaltet sich in der Regel wie folgt: kurzes Treffen auf den Matten zur Einstimmung auf die Stunde; danach folgt eine viertelstündige Aufwärmphase (Spiele); Hauptteil: Aufbau einer Bewegungslandschaft mit Fantasiegeschichte; Schlussteil (entweder Entspannung oder Spiel z.B. Mattenklatschen) und Beendigung der Stunde mit dem Singen des Liedes „Alle Leut´, alle Leut´, gehen jetzt nach Hause“.

Leider musste ich zu Beginn der Herbstferien, aus zeitlichen und beruflichen Gründen meine Tätigkeit als Übungsleiterin im Bereich Kleinkinderturnen beenden. Corinna Körner und Rosy Löhr haben meine Stunden übernommen.

Christiane Martin

Im Oktober habe ich die drei Freitagsgruppen von Christiane Martin zusätzlich übernommen, da sie leider berufsbedingt nicht mehr weitermachen konnte. Somit habe ich nun bei der TG insgesamt acht Kindergruppen mit ungefähr 130 Kindern. Tja, daß ist schon eine Menge, aber ich muß zugeben, dass es mir immer noch sehr viel Spaß macht, mit den Kindern zu turnen. Da wir auch die letzten Jahre sehr viel Glück mit unseren Zivis hatten, machte es noch viel mehr Spaß, vor allem den Kindern. Viele der Kinder in diesen Gruppen kenne ich nun schon seit dem ersten Lebensjahr und es ist sehr schön zu sehen, wie sie sich in den Jahren bis zum Schulanfang entwickelt haben. Mit Bangen sehe ich zwar in die Zukunft, falls es wirklich von den Politikern durchgesetzt wird, dass Zivis nur noch sechs Monate zur Verfügung stehen, denn das wäre für die TG fatal. Aber wie auch immer die zuständigen Herren entscheiden werden, der Vorstand der TG wird sicher auch im Zweifelsfalle eine für jeden passende Lösung finden.

Rosy Löhr



Kinderturnen

Das Kinderturnen in der Turnhalle ist ein Angebot an alle Kinder ab drei Jahren bis zum Grundschulalter. Zur Zeit gibt es sieben Turngruppen à 45 Minuten in jeder Woche. Montags treffen sich die Kinder um 15:00, 15:45 und 16:30 Uhr, donnerstags um 16:00 Uhr und freitags wird um 14:15, 15:00 und 15:45 Uhr zum turnen. Zu Beginn der Stunde spielen die Kinder selbstständig mit Bällen, Reifen, Rollbrettern und Pedalos, bis die Übungsleiter die Aufmerksamkeit auf sich ziehen und zusammen mit den Kindern ein Aufwärmspiel spielen.

Nach einer kurzen Trinkpause brennen die Kinder dann darauf, den aufgebauten Bewegungsparcour mit all seinen Schwierigkeiten zu entdecken. Der Reihe nach krabbeln, klettern, springen und balancieren sie auf und über die einzelnen Stationen und warten nach jeder Runde meist selbstständig, bis sie wieder an der Reihe sind.

Am Ende der Stunde gibt es immer einen kleinen Abschlusskreis. Hier nehmen sich alle Kinder an der Hand und es werden kleine Bewegungslieder gesungen, und die Turnstunde mit einem abschließenden Lied beendet.

Ganz klar steht bei diesem Turnangebot die Bewegung der Kinder und somit die Steigerung der motorischen Grundfähigkeiten im Vordergrund. Aber auch der Umgang der Kinder untereinander soll durch Spiel und Spaß positiv beeinflusst werden.

Simon Wloczyk



Eltern-Kind-Turnen

Auch im vergangenen Jahr hat uns der Nachwuchs nicht im Stich gelassen. Viele Mütter/Väter sind schon zum Teil mit dem dritten Kind bei mir und das freut mich immer wieder sehr. Wir hatten wieder viele schöne Turnstunden mit den Kleinen. Die erste Hälfte des Jahres hat Patrick aus Idstein noch über seinen Zivi-Dienst hinaus bis zu den Sommerferien mir zur Seite gestanden. Dafür möchte ich ihm noch tausend Dank sagen. Nach den Sommerferien haben wir mit Simon Wloczyk einen würdigen Nachfolger gefunden. Es macht doppelten Spaß, wenn die Kleinen mit den Zivis gerne zu tun haben, was nicht immer selbstverständlich ist in dem Alter von ein bis drei Jahren. Gerade in der Altersklasse beim Eltern-Kind-Turnen kann man enorme Fortschritte sehen. Die Kleinen machen Riesenfortschritte in der Zeit in der sie mit ihren Eltern zum Turnen kommen. Und darüber freue ich mich als Übungsleiterin natürlich besonders.

Rosy Löhr



Kindertanzen

Das Jahr 2009 war ein ganz besonderes Jahr für die Tanzabteilung. Am 27. Juni 2009 konnten die Dancing Girls und Celebration zeigen, was in ihnen steckt. Trotz schwieriger Bedingungen, da die Tanzgruppen auf dem Rasen tanzen mussten, haben die Mädchen die Auftritte wunderbar gemeistert. Zu den Klängen vom High School Musical rockten beide Gruppen die TG-Wiese. Natürlich

konnten beide Gruppen nicht ohne eine Zugabe von der Fläche verschwinden.

Auf stetige Nachfrage wurde nach den Sommerferien eine neue Gruppe für die ganz Kleinen ins Leben gerufen. Seit August trainieren die Kleinen (drei bis sechs Jahre) dienstags von 14:30 bis 15:15 Uhr. Die anderen Gruppen haben auch neue Trainingszeiten bekommen, damit der Sport mit der Schule in Einklang gebracht werden kann. So findet das Training der Dancing Girls (sechs bis neun Jahre) dienstags von 15:15 bis 16:15 und für Celebration (neun bis zwölf Jahren) von 16:15 bis 17:15 Uhr statt. Jeder, der gerne tanzen möchte, kann jederzeit zu den Tanzgruppen dazustoßen, da es keine Wartelisten gibt.

Die erste Herausforderung für die Kleinsten kam dann am 06. Dezember 2009 bei der TG Nikolausfeier. Hier stürmten sie gleich die Bühne und bezauberten mit ihren Weihnachtsmannkostümen den ganzen Saal.

Auch die Dancing Girls konnten mit ihrer fetzigen Performance zu Mamacita und Parapapapa und den Pompons die Halle begeistern.

Der Gruppe Celebration gelang es dann alle Zuschauer mit ihrem Comiczuschnitt zu begeistern. Zu „Manna Manna“ und „Käpt'n Balu“ zeigten sie einen witzigen und ganz neuen Tanz, in dem Gartenabfalltonnen als Hilfsmittel genommen wurden.

Wir werden weiterhin die Tänze ausbauen und hoffen nächstes Jahr auch an ein paar Wettbewerben teilnehmen zu können. Ich wünsche allen ein gutes Jahr 2010 und freue mich schon auf die nächste Saison.

Corinna-Annabell Körner



Sport und Bewegung bei Diabetes

In sportlicher Hinsicht verlief das Jahr 2009 wie das Vorjahr, auch kamen neue Teilnehmer hinzu. Es war ein unternehmungsreiches Jahr mit einer 4-tägigen Reise im Frühjahr nach Bad Gögging mit Ausflügen nach Regensburg, Abendsberg und Kehlheim. Im Herbst ging es dann nochmal einige Tage in den Bayerischen Wald. Mit dem Besuch der Salzhöhle in Domalicze, dem Glasdorf in Arnsbruck, der Holzschnitzer in Rimbach und der Kerzenfabrik in Waldmünchen hatte die Gruppe ein abwechslungsreiches Programm. Auch der bayerische Abend im Hotel war eine gelungene Überraschung mit einer humoristischen und musikalischen Unterhaltung der Spitzenklasse. Die Sommerpause wurde durch einen Ausflug mit dem Schiff auf Rhein und Neckar nach Heidelberg und einem Grillnachmittag verkürzt.

An den Übungsstunden wird sehr fleißig teilgenommen. Ein Lob an die Teilnehmer die das Jahr über, fast immer vollzählig, das sportliche Angebot nutzen.

Susanne Knobloch-Müller



Sport in der (Brust)Krebsnachsorge

Im Januar 2009 konnte ich meine Ausbildung als Übungsleiterin im Rehabilitationssport in „Sport in der (Brust)Krebsnachsorge“, erfolgreich absolvieren. Nach einer weiteren Fortbildung in „Krebs-erkrankungen und ihre Auswirkungen auf das Lymphsystem“ wurde das neue Angebot, Ende September 2009, in der Turngemeinde vorgestellt.

Nach anfänglich neun Teilnehmerinnen, treffen sich nun jede Woche dreizehn Betroffene zu „Sport, Spiel und Bewegung“ in den den Räumen der Physiopraxis Physio*Plus, Frankfurter Strasse 46a, Bad Camberg.

Mit viel Freude trainieren wir Mittwochs zwischen 17:30 und 18:30 Uhr mit den unterschiedlichsten Materialien wie z. B. Sandsäckchen, Therabändern, Luftballons, Pezzibällen etc.. Zum Ausklang findet immer eine Entspannung statt.

Mit „Sport, Spiel und Bewegung“ können an Brustkrebs erkrankte Frauen:

- aktiv zu ihrer Genesung beitragen
- beeinträchtigte Muskeln trainieren, ohne sich zu überfordern
- die Bewegung im Arm-, Schulterbereich erweitern
- den Körper neu wahrnehmen
- Kontakte knüpfen und die Gemeinschaft der Gruppe erleben
- immer in Bewegung bleiben und Spaß und Lebensfreude empfinden

Das fortlaufende Angebot ist vom hessischen Rehabilitationssportverband zertifiziert und wird durch die Krankenkassen bezuschußt. Der Teilnahme sollte ein ärztliches Beratungsgespräch vorausgehen. Betroffene sind jederzeit herzlich willkommen.

Pia Gewehr



Kurs: Rückentraining

Die Rückentrainingskurse bestehen nun schon 17 Jahre. Einige Teilnehmer sind schon von Anfang an dabei. Es ist schön zu sehen wie sich die regelmäßige Teilnahme am Sport lohnt. Der Unterschied zu den Teilnehmern die sich kaum oder nie sportlich betätigt haben ist schon gravierend. Die Gemeinschaft in den Kursen ist sehr freundschaftlich. Zum Jahresende trafen wir uns zum gemeinsamen Frühstück und tollen Vorträgen, mit allen Gruppen zusammen, im Kurhaus.

Ingrid Enzmann



Kurs: Qigong

Die Qigongkurse im Evangelischen Gemeindehaus mittwochs waren immer gut besucht. Wir wiederholten bekanntes und lernten neue Übungen im Bewegten und Stillen Qigong dazu. Das gemeinsame Frühstück zum Jahresende im Amthofcafé war wieder ein gelungener Abschluss.

Ingrid Enzmann



Kurs: Rehasport Orthopädie

Im Rehasport Orthopädie wurden 2009 sechs Gruppen betreut, zwei von Rita Kulzer-Weidenbach und vier von Ingrid Enzmann. Mit drei Gruppen hatten wir die Möglichkeit einmal im Monat das Hallenbad der Klinik zu benutzen. Das fanden alle toll. Im Sommer freuten sich viele auf die Übungseinheiten Walking/Nordic-Walking im Wald. Alle Gruppen waren immer so voll belegt, dass wir Wartelisten einführen mussten. Der Bedarf für eine weitere Gruppe wäre da, aber es mangelt an geeignetem Übungsraum („Joachim, gib Gas mit dem Gymnastikraum!“) und vielleicht auch eine Verstärkung in der Übungsleitung. Der Rehasport geht ohne Pause das ganze Jahr durch, da wir Übungsleiterinnen auch mal in Urlaub fahren wollen, wäre es gut eine Vertretung zu haben. Die Büroarbeit mit dem Rehasportverband und den Krankenkassen ist leider nicht weniger geworden.

Ingrid Enzmann



Kurs: Fitness- und Krafttraining für Frauen

Auch 2009 fanden vier Kurse à zehn Einheiten des Übungsangebotes unter der Leitung von Maria Stillger mittwochs von 19:15 bis 20:45 Uhr statt.

An diesem Kurs besteht reges und immer wieder neues Interesse, wobei die Kapazität im Kraftraum für eine Teilnahmebegrenzung sorgt.

39 Frauen zwischen 18 und 65 Jahren nahmen im Jahr das Kursangebot an (durchschnittlich 15 Teilnehmerinnen pro Kurs).

Zunächst finden in der ‚halben Halle‘ Dehnungs- und Kräftigungsübungen statt, dem ein 30 bis 40 minütiges Training nach individuellen Bedürfnissen und Schwerpunkten an den Geräten im Kraftraum folgt. Ziel ist es, Stabilität und Beweglichkeit sowie Koordination und Körpergefühl zu fördern.

Maria Stillger



Kurs: Fitnessgymnastik

Auch im Jahre 2009 verlief unsere Fitnessgymnastik wie immer. Bei allwöchentlichem Training, dienstags zwischen 9:15 und 10:15 Uhr, fanden sich regelmäßig 15 bis 23 Teilnehmer/innen ein. Durch fortlaufende Kurse wurde eine beständige Kontinuität erreicht und verhindert, dass der Trainingszustand der Teilnehmer allzu sehr schwankt.

Dieser Kurs ist mit dem Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit DTB“ ausgezeichnet und wird von den Krankenkassen bezuschusst.

Mit-, sowie Nichtmitglieder sind jederzeit gerne zu diesem Angebot willkommen. Mit allen guten Wünschen für das neue Jahr, sowie einen guten, gesunden Start.

Pia Gewehr



Kurs: Gesundes Fit-Sein

Auch im Jahr 2009 haben wir wieder viel für unser Wohlbefinden, unsere Gesundheit und unseren Spaß getan.

Die Gruppe hat eine überschaubare Größe von 12 bis 15 Teilnehmerinnen. Jeder Neuzugang ist willkommen.

Es besteht eine gute Gruppendynamik mit freundschaftlich-kameradschaftlichem Kontakt zueinander, der alle Teilnehmerinnen mit einschließt. Zum Sommerabschluss und zu Weihnachten lassen wir es uns in der Turnerstubb nach unserem Training bei einem gemeinsamen Frühstück gut gehen. Jeder bringt etwas zu Essen oder Trinken mit, daher haben wir eine reiche, schmackhafte Auswahl und es machte uns allen Spaß. Zur Abwechslung gehen wir auch schon mal in ein Café.

Zur Erreichung unserer gesundheitlichen Balance mit Beeinflussung von Körper, Geist und Seele führen wir abwechslungsreiche Übungen, auch mit Geräten und Musik durch. Es kommen Elemente aus Aerobic, Progressiver Muskelentspannung, Qi Gong, Eutonie, Atem- und Körperwahrnehmungsübungen sowie Rücken-, Bauch-, Beine-, Po-Kräftigung und Stretching zum Tragen.

Die Teilnehmerinnen lieben besonders die Gymnastik mit Pezzibällen und Aero-Steppern. Auch den neu erworbenen Swing benutzen wir.

Nach unserer wohltuenden Anstrengung genießen wir den einsetzenden Entspannungseffekt. Nichts ist so treffend gesagt wie: „Es tut gut“

Insbesondere wurde von verschiedenen Teilnehmerinnen geäußert, dass sie eine bessere Beweglichkeit des Kopfes und der Schulter-Nacken-Region wahrgenommen haben. Dies mache sich beim Autofahren und anderen Alltagsbewegungen sowie in der Schmerzreduktion bemerkbar.

Als ausgebildete Physiotherapeutin und Rückenschullehrerin mit verschiedenen Zusatzqualifikationen bereitet es mir Freude, die Kurse so zu gestalten, dass alle Kursteilnehmer eine gesunde, für jeden eine individuelle Richtung finden und einen Nutzen sowohl für Fitness sowie zur tief greifenden Relaxation finden können. Und das Ganze macht in der Gruppe auch noch mehr Spaß!

Rita Barth



Kurse: Wirbelsäulengymnastik und Pilates

Der Wirbelsäulen-Gymnastik-Kurs lief das ganze Jahr in der Turnhalle der Freiherr-von-Schütz-Schule (dienstags 18 Uhr). Dabei sind bei diesem gesundheitsschonenden Training mit Musik noch Plätze frei und die Übungszeit liegt auch im angenehmen Bereich.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, wobei auch zur Abwechslung Kleingeräte eingesetzt werden, haben Spaß dabei und sind zufrieden. In unserer modernen Gesellschaft gehören leider Rückenprobleme als Folgeerscheinung der zivilen Gesellschaft dazu. Und hier muß man entsprechend entgegenwirken.

Des weiteren wurde auch mittwochsabends ein Pilates-Kurs durchgeführt. Diese ruhige, aber effektive Trainingsart des Körpermittelpunkts ist mittlerweile sehr populär geworden.

Insgesamt könnte auch die Übungsleiterunterstützung besser ausfallen. Zur Komplettierung und, da gibt es schon entsprechende Interessenten, soll donnerstagvormittags „Wirbelsäulengymnastik“ im Gymnastikraum der Kreissporthalle Pommernstraße stattfinden.

Heinz Müller



Kurs: Fit sein und fit bleiben / Rückenfitness

Das ganzheitliche Konditionstraining für Frauen und Männer findet immer montags von 19:15 bis 20:15 in der TG-Halle als Kurs. Das Sportangebot ist mit dem Gütesiegel G.U.T, Gesund und Trainiert, des Landessportbundes zertifiziert.

In diesem Kurs wird dem Bewegungsmangel und den daraus resultierenden Gesundheitseinschränkungen durch systematisches Konditionstraining vorgebeugt. Je mehr Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit trainiert wird, desto leichter fallen die körperlichen Belastungen im Alltag und Beruf. Hier trainiert die gemischte Gruppe mit Sportgeräten wie z. B. Therabändern, Hanteln, Bällen, Stäben. Und das alles mit viel Spaß.

Jeder Kurs unterliegt einem Schwerpunkt. So hatten wir dieses Jahr die Themen:

- Bewegung und gesunde Ernährung
- Stress, Atmung und Entspannung
- Rückenfitness – sensomotorisches Training

Diese Themen wurden als kurzweiliger Vortrag in der Turnerstubb mit einer Powerpointpräsentation vertieft. Mit der Zusatzqualifikation „Rückenfitness“ unter dem Schwerpunkt „Muskel- und Skelettsystem“ können wir unser Montagsprogramm noch abwechslungsreicher gestalten. Dies zeigte der Herbstkurs, der unter dem Motto: Stärkung der Tiefenmuskulatur durch sensomotorisches Training, den Teilnehmern noch mehr Spaß und Trainingseffekte durch das „Gewackel“ brachte.

Auch konnten unter den Teilnehmern neue TG Mitglieder gewonnen werden. Die Erhöhung der Teilnehmerzahl zeigt, dass das Interesse an der TG und dem Spaß an der Bewegung groß geschrieben wird.

Zum Jahresabschluss wurde bei einigen Plätzchen, die sich die Teilnehmer verdient hatten, noch einmal die Kursinhalte und Übungsstunden besprochen.

Irene und Wolfgang Raatz



Kurs: Ganzheitliches Lauftraining

Das ganzheitliche Lauftraining findet immer dienstags von 18:30 bis 20:00 Uhr in der TG-Halle statt. Das Wintertraining für Läuferinnen und Läufer als auch sportliche Walker und Nordic-Walker wird als Kurs angeboten. Das Sportangebot ist mit dem Gütesiegel G.U.T, Gesund und Trainiert, des Landessportbundes zertifiziert.

Zum ausdauernden Laufen gehört mehr als regelmäßig die Laufschuhe anzuziehen und in den Wald zu gehen. Funktionelle Ausgleichsgymnastik stärkt unsere Schwachstellen. An diesen Schwachstellen haben wir im Training mit viel Schweiß und auch mit viel Spaß gearbeitet.

Um unsere Wirbelsäule zu stabilisieren, wurden die Bauch- und Rückenmuskulatur durch gezielte Trainingseinheiten gestärkt. Weiterhin wurde in einem Schwerpunkt das Koordinationstraining mit der Laufschule durchgeführt. Diese regelmäßig durchgeführten trainingsbegleitenden Maßnahmen (Kraft-, Koordination- und Beweglichkeitstraining) unterstützen uns, einen ökonomischen Bewegungsablauf zu erlangen. Somit können wir den orthopädischen Problemen vorbeugen. Auch konnten unter den Teilnehmern auch neue TG Mitglieder gewonnen werden. Zum Jahresabschluss wurden bei einigen Plätzchen, die sich die Teilnehmer verdient hatten, noch einmal die Übungsstunden besprochen.

Irene und Wolfgang Raatz



Kurs: G.U.T. – XXL Fitness

Ein neues Bewegungsangebot für übergewichtige Teilnehmer. Ziel: auch mit zuviel Pfunden, Bewegung ins Leben bringen und dadurch Gesundheit, Fitness und Wohlergehen erreichen. Bewegung, der Schlüssel für mehr Lebensqualität. – Auch pfundig kann man fit sein! –

Die Themenkreise Ausdauer, Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Entspannung und ausgewogene Ernährung werden mit Wissensvermittlung zum Gesundheitsverhalten sinnvoll miteinander verknüpft und die Eigeninitiative und Selbstverantwortung der Teilnehmer gestärkt, um Spaß an Bewegung zu wecken und zur dauerhaften Ausübung motivieren.

Dies wird vermittelt über Haltungs- und Bewegungsschulung: Körperwahrnehmung, Fußgymnastik, Gehschule, Spiele, Pezziballgymnastik sowie Übungen mit Therabändern, Stäben und Gymnastikbällen, Einführung Walking – Nordic-Walking, Dehn- und Entspannungsübungen

Der erste XXL Fitness Kurs startete am Donnerstag, 12. November 2009, von 9:00 bis 10:30 Uhr in der Turnerstubb. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 12 Personen.

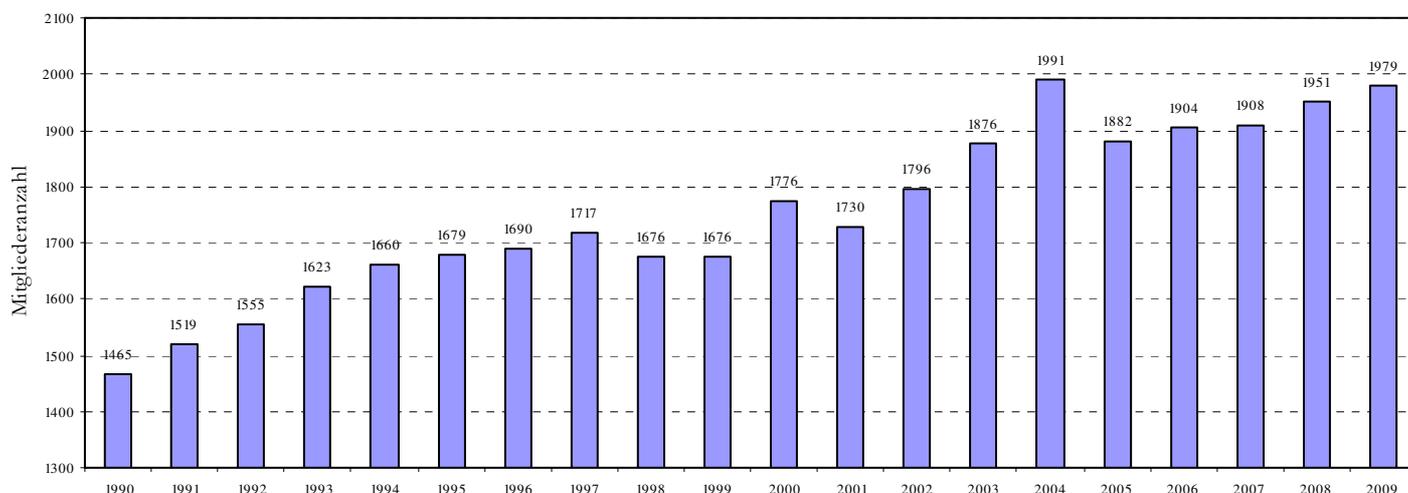
Das Angebot ist gut angenommen worden. Wir sind einen Gruppe von sieben Personen, die mit Freude bei der Sache sind. Der Kurs geht noch bis Mitte Februar 2010, mal sehen wie sich das alles weiter entwickelt.

Irene Raatz



Mitgliederbewegung der Turngemeinde Camberg 1848 e.V.

Die Turngemeinde Camberg zählt zum Stichtag 1. Januar 2010 exakt 1979 Mitglieder (+1,4%). Das ist der zweithöchste Mitgliederbestand der Turngemeinde seit Bestehen. Der Spitzenwert wurde zum Stichtag 1. Januar 2005 mit damals 1991 Mitgliedern erreicht. Im Vergleich zum Vorjahr erhöhte sich die Zahl der Mitglieder um 28, wobei die Zahl der weiblichen Mitglieder um 45 stieg und die der männlichen Mitglieder um 17 fiel. Dies bedeutet zugleich, dass die Turngemeinde jetzt 1138 weibliche (57,5%) und 841 männliche (42,5%) Vereinsmitglieder zählt. Die nachstehende Grafik zeigt die Mitgliederentwicklung der Turngemeinde Camberg seit 1990.



Die Vereinsstatistik, die an die Jahrgangsaufteilung des Landessportbundes Hessen für die jährliche Bestandserhebung angeglichen ist, weist nach dem Stand vom 1. Januar 2010 die nachstehenden Zahlen für die sieben Altersgruppen aus:

Mitgliederstatistik TG Camberg 1848 e.V. für das Jahr 2009					
Altersklasse	männlich	weiblich	gesamt	Vorjahr	Anteil
bis 6 Jahre	112	111	223	231	- 3,5 %
7 bis 14 Jahre	182	254	436	413	+ 5,6 %
15 bis 18 Jahre	73	71	144	144	+ 0,0 %
19 bis 26 Jahre	83	70	153	151	+ 1,3 %
27 bis 40 Jahre	73	157	230	257	- 10,5 %
41 bis 60 Jahre	196	288	484	453	+ 6,8 %
über 61 Jahre	122	187	309	302	+ 2,3 %
Summe	841	1138	1979	1951	+ 1,4 %
Vorjahr	858	1093	1951		
Veränderung	- 2,0 %	+ 4,1 %	+ 1,4 %		
Vereinssumme	42,5%	57,5%			

Sieht man sich die einzelnen Altersgruppen aus der Mitgliederstatistik genauer an, so ist bei den bis sechsjährigen ein Rückgang gegenüber dem Vorjahr von acht Kindern (3,5%) festzustellen. Mit insgesamt 223 Kindern hat die Gruppe aber nach wie vor eine sehr erfreuliche Größe.

Die gute Nachwuchsarbeit macht sich bemerkbar und zeigt sich deutlich an den kräftigen Zuwächsen in der Altersgruppe der sieben bis vierzehnjährigen. Der positive Trend aus dem vergangenen Jahr setzte sich mit einem Plus von 5,6 Prozent auf jetzt 436 Kinder- und Jugendliche in dieser Gruppe fort.

Die Zahl der 15 bis 18-jährigen blieb mit 144 Mitgliedern gegenüber dem Vorjahr unverändert. Die Altersklasse der 19 bis 26-jährigen zählt jetzt 153 Personen konnte mit Plus 1,3 Prozent ihre Mitgliederstärke aus dem Vorjahr behaupten, wobei man sagen muss, dass der starke Aufwärtstrend mit Plus 10,3 Prozent bzw. Plus 8,6 Prozent aus den beiden vorangegangenen Jahren nicht fortgesetzt werden konnte.

Leider geht der Negativtrend bei den 27 bis 40-jährigen immer weiter. Im Vergleich zum Stichtag 1. Januar 2009 ging die Gruppenstärke um 27 Personen (10,5%) auf 230 Personen zurück. Ein Blick zurück auf die Zahlen der Mitgliederstatistik 2004 verdeutlicht diese Entwicklung. Damals konnte die Altersklasse zum letzten Mal ein Plus verzeichnen (3,2%) und „354“ Mitglieder ausweisen.

Die Gruppe der 41 bis 60-jährigen verzeichnet mit Plus 6,8 Prozent oder 31 Personen den größten Zuwachs aller Altersklassen und baut zudem mit jetzt 484 Personen ihre Führungsposition als mitgliederstärkste Gruppe der Turngemeinde weiter aus.

Die Altersklasse der über 61-jährigen verbucht weiterhin leichte Zuwächse und legt um sieben Mitglieder (2,3%) auf 309 Mitglieder zu.

Die Zahl aller Kinder und Jugendlichen im Verein stieg um 15 und beträgt nun 803 Mitglieder, das sind 40,6 Prozent der Vereinsmitglieder.

Erik Nicklas

Einladung

zur ordentlichen Mitgliederversammlung der Turngemeinde Camberg 1848 e.V.

am **Samstag, den 20. März 2010, 20:00 Uhr, Turnerstubb**

Tagesordnung

- 1) Begrüßung und Totengedenken
- 2) Ehrungen und Danksagungen
- 3) Feststellung der Beschlussfähigkeit und Genehmigung der Tagesordnung
- 4) Entgegennahme der Jahresberichte mit Aussprache
 - Vorstand
 - Abteilungsleiter
 - Kassenwart / Finanzen
 - Rechnungsprüfer
- 5) Entlastung des Hauptausschusses und des Vorstandes
- 6) Wahlen gemäß §§ 11 und 13 der Satzung und Wahl eines Wahlleiters
 - Vorsitzender (GfV)
 - Stellv. Vorsitzender (GfV) / Sportstätten
 - Vorstandsmitglied (GfV) / Geschäftsführung
 - Vorstandsmitglied / Beiträge und Bestandsverwaltung
 - Vorstandsmitglied / Sportbetrieb
 - Vorstandsmitglied / Allgemeine Aufgaben
 - Vorstandsmitglied / Allgemeine Aufgaben
 - Vorstandsmitglied / Allgemeine Aufgaben
 - Jugendvertreter/-in
 - Rechnungsprüfer
 - Wahl des Ehrenrates
- 7) Bestätigung der Abteilungsleiter und der Fachwarte
- 8) Termine und Veranstaltungen
- 9) Anträge – diese sind gemäß § 9, Abs. 6 der Satzung bis spätestens 6. März 2010 beim Vorsitzenden oder einem der Stellvertreter in schriftlicher Form einzureichen.
- 10) Verschiedenes

Gemäß § 4 der Satzung sind alle ordentlichen Mitglieder über 16 Jahre stimmberechtigt. Jedes Mitglied ist herzlich zur Mitgliederversammlung eingeladen.

Für den Vorstand der Turngemeinde Camberg 1848 e.V.

Roman Pflüger
- Vorsitzender -

Bad Camberg, im Februar 2010