

TG-Report



der Turngemeinde Camberg 1848 e.V.

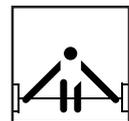
Sonderausgabe

www.TGCamberg1848.de

März 2011



Jahresberichte der Abteilungs- und Übungsleiter für das Jahr 2010



Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2
Impressum	2
Gerätturnen männlich	3
Gerätturnen weiblich	4
Tischtennis	5
Badminton	5
Zweier-Prellball	7
Karate	8
Basketball	9
Hobby-Volleyball	10
Rope-Skiping	10
Leichtathletik	11
Langstrecklergruppe	15
Sportabzeichen	15
Lauf- und Walkingtreff	16
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	25
Integrationsturnen	26
Kleinkinderturnen	27
Eltern - Kind - Turnen	28
Kindertanz	28
Sport und Bewegung bei Diabetes	29
Sport in der (Brust)Krebsnachsorge	29
Kurs Präventives Rückentraining	30
Kurs Qigong	30
Kurs Rehasport Orthopädie	33
Kurs Fitness- und Krafttraining für Frauen	31
Kurs Fitnessgymnastik	31
Kurs Gesundes Fit-Sein	31
Kurse Wirbelsäulengymnastik und Pilates	32
Kurs Fit sein und fit bleiben / Rückenfitness	32
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 2010

Herausgeber: Turngemeinde Camberg 1848 e.V.



Gerätturnen männlich

1. Kinderturnen:

Die Turnstunde am Mittwoch wird im Durchschnitt von 15 Schülern im Alter von 6-14 Jahre besucht.

Karl-Josef Pflüger musste leider ab Mitte September seine Übungsleitertätigkeit wegen Krankheit unterbrechen. Es konnte aber mit Karl-Heinz Kilian sofort ein kompetenter Vertreter gefunden werden.

Höhepunkte in diesem Jahr waren:

Gaukinderturnfest am 27. Juni in Frickhofen

Die Ergebnisse :

1. Platz im Geräte-4-Kampf 11/12 Jahre:	Clemens Laich
2. Platz im Geräte-4-Kampf 11/12 Jahre:	David Askari
1. Platz im Gemischten 4-Kampf 7 Jahre:	Paul Bäumlisberger
5. Platz im Gemischten 4-Kampf 7 Jahre:	Robert Hofmann
7. Platz im Gemischter-4-Kampf 7 Jahre:	Julian Wenz
8. Platz im Gemischter-4-Kampf 7 Jahre:	Youness Lmadaghri
1. Platz im Gemischten 4-Kampf 8 Jahre:	Leon Schmidt
7. Platz im Gemischten 4-Kampf 9/10 Jahre:	Oskar Traut
8. Platz im Gemischten 4-Kampf 9/10 Jahre:	Magnus Scherf

Trampolinspringen bei der Nikolausfeier

2. Jugend- und Männerturnen:

Wettkämpfe und Ergebnisse:

Am 11. September Hessische Seniorenmeisterschaften im Gerätturnen in Oberramstadt:
Vierkampf Altersstufe 65-69: 1. Platz Rainer Schlicht mit 44,4 Punkten

Damit verbunden war die Qualifikation für die Deutsche Seniorenmeisterschaft.

Mit Karl-Josef Pflüger konnte der geforderte Kampfrichter mit C-Lizenz gestellt werden.

Am 30. Oktober Deutsche Seniorenmeisterschaften im Gerätturnen in Dresden:

Fünfkampf (die 4 besten Geräte wurden gewertet) Altersstufe 65-69

9. Platz Rainer Schlicht mit 44,1 Punkten

Leider findet im Turngau zurzeit weder das Gauturnfest noch der alljährliche Pokalwettkampf statt. Mit der alternativ angebotenen Gymnight konnten wir uns bis jetzt noch nicht anfreunden.

Ein Dankeschön an die Übungsleiter Karl-Josef Pflüger und Karl-Heinz Kilian, die Zivis Simon Wloczyk und Felix Rutkowski und nicht zuletzt an unsere FSJ-lerin Anni Schmidt, die uns seit September in sehr engagierter Weise in den Turnstunden unterstützt.

Rainer Schlicht



Gerätturnen weiblich

Im Trainingsbetrieb lief im ersten Halbjahr von 2010 alles wie gewohnt. Die größeren Turnerinnen wurden von unserer Übungsleiterin Ineke Bode trainiert. Sie wurde von unseren Übungsleiter-Assistentinnen Madeleine Nauheim und Kristina Bermbach sehr unterstützt, da sie aus beruflichen Gründen nicht das volle Trainingsprogramm absolvieren konnte. Das Training für die kleineren Turnerinnen wurde wie bisher von unseren Übungsleiterinnen Ilka Thorwarth und Nadine Keßler geleitet. Leider verließ uns Nadine kurz vor den Sommerferien aus beruflichen Gründen. Ein herzliches „Danke schön!“ an ihre zuverlässige und liebenswerte Trainingsarbeit mit den Turnmädchen. Seitdem unterstützt Ineke Ilka beim Training der kleineren Turnerinnen. Ausserdem hilft inzwischen Anni, die ein Freiwilliges Soziales Jahr bei der TG Camberg absolviert, ab und zu im Turntraining mit.

Im Januar und Februar 2010 wurde vom Turngau ein Kampfrichterlehrgang zur Erlangung der D-Lizenz (Gaulizenz) angeboten. An diesem Lehrgang haben Madeleine Nauheim und Kristina Bermbach, zwei unserer großen Turnerinnen bzw. Übungsleiter-Assistentinnen, und unsere Abteilungsleiterin Andrea Janz erfolgreich teilgenommen. Nun haben wir drei gut ausgebildete Kampfrichterinnen für das relativ neue P-Stufen-Turnsystem.

Im Jahr 2010 haben die TG-Turnmädels an zwei Wettkämpfen teilgenommen:

Am 20. Juni fanden in Obertiefenbach die Gaueinzelwettkämpfe statt, bei denen drei unserer Turnerinnen beim Wettkampf P3-P4, Jahrgang 2000 und jünger, teilnahmen. Lena Hermelink belegte unter sehr vielen Turnerinnen den tollen 6. Platz mit 49.65 Punkten, gefolgt von Tamara Eckrich auf Platz 11 mit 47.85 Punkten und Karolina Schmidt auf Platz 19 mit 46.55 Punkten.

Am 13. November startet die TG Camberg mit einer Mannschaft bei den Gaumannschaftswettkämpfen in Niederbrechen. Allerdings bildeten nur drei Turnerinnen die TG-Mannschaft. Da in einer Mannschaft 3-6 Turnerinnen turnen können, wovon drei Turnerinnen in die Wertung kommen, waren die Voraussetzungen auf eine gute Platzierung für das TG-Team von vorne herein schwierig. Die anderen Mannschaften starteten mit 5-6 Turnerinnen, hatten also im Gegensatz zu unserer Mannschaft Streichwertungen. Tamara Eckrich, Lena Hermelink und Karolina Schmidt belegten im Wettkampf P3-P4, Jahrgang 2000 und jünger, mit nur geringem Punktabstand den 5. Platz von 5 teilnehmenden Mannschaften. Bei der Siegerehrung wurde allerdings darauf hingewiesen, dass die TG Camberg nur mit drei Turnerinnen am Mannschaftswettkampf teilgenommen hat, was von allen anderen Turnerinnen und auch den Zuschauern mit großem Applaus honoriert wurde.

Kampfrichter bei den Wettkämpfen waren Kristina Bermbach und Andrea Janz beim Gaueinzelwettkampf im Juni und Kristina Bermbach und Madeleine Nauheim beim Gaumannschaftswettkampf im November.

Wir wünschen allen TG-lern ein sportliches Jahr 2011 !!!

Andrea Janz



Tischtennis

„Weilmünster fürchtet nur die TG Camberg“

Nach einer tollen Vorrunde kämpft die Herrenmannschaft der Turngemeinde Camberg in der 1. Kreisklasse, Gruppe 1 wieder um den Titel und den Aufstieg in die Kreisliga mit. Die NNP gönnte dem Team sogar eine Titelzeile: „Weilmünster fürchtet nur die TG Camberg“.

Und so steht die TG-Mannschaft auch mit lediglich zwei Punkten Rückstand hinter „Herbstmeister“ Weilmünster aussichtsreich auf dem zweiten Tabellenplatz. Auch das erste Spiel in der Rückrunde wurde deutlich mit 9:1 gegen Hausen gewonnen und der zweite Tabellenplatz, der zumindest die Teilnahme an der Aufstiegsrelegation bedeuten würde, damit weiter gefestigt.

In der Einzelwertung stehen mit Eike Schupp (der in der Saison noch immer ungeschlagen ist), Thomas Rosa, Mirko Schmidt und Thorsten Schlicht gleich vier Spieler unter den Top 20. Und auch in der Doppelwertung liegen Eike Schupp und Thorsten Schlicht als ungeschlagene Ranglisten-Dritte aussichtsreich.

Das Tischtennis-Training findet nun Mittwochs von 18:45 bis 20:15 Uhr statt, könnte allerdings noch deutlich größeren Zuspruch vertragen. Der Jugendbereich soll in dieser Saison mit Hilfe eines Trainers wieder komplett neu aufgebaut werden.

Thomas Rosa / Thorsten Schlicht



Badminton

Wir starteten das Jahr 2010 am 30. Januar wie es sich gehört mit einer ordentlichen Feier. Im gerade frisch gefallen Schnee stampften wir mit unseren Fackeln durch die Wälder zur Ricker Hütt' um dort einer gepflegten Einkehr zu frönen. Natürlich nicht, ohne einen gut vorbereiteten Glühwein-Zwischenstopp einzulegen. Schließlich soll es trotz entsprechender Vorankündigungen ja auch Halbschuh-Bekleidete gegeben haben!

Am 12. März war dann unsere Abteilungsversammlung, zu welcher wieder einmal deutlich mehr Teilnehmer kamen, als zuletzt erwartet wurde. Hier wurde wieder eine Pressewartin gewählt, und ich sage nicht zuviel, wenn ich behaupte, dass Dagmar eine klasse Arbeit macht. Als Gast begrüßten wir den damals den TG-Vorsitzenden in spe Stefan Schütz. Die spektakulärste Entscheidung war an diesem Abend, dass auf Antrag von Volker im Jahre 2011 ein Jubiläums-Flohmarkt von ihm organisiert werden soll. Selbstverständlich wurde hier einstimmig der Antrag angenommen.

Das Eltern-Kind-Turnier am 9. Mai war ein Riesen-Erfolg, auch dieses Jahr wird dieses wieder angeboten. Die Resonanz war derart überwältigend, dass wir dies schon nach dem ersten Austragen fest in unseren Veranstaltungs-Kalender übernommen haben.

Ebenfalls noch im Mai warfen dann große Ereignisse ihren Schatten voraus: Christopher heiratet!!! Und wie es sich gehört, gab es einen Polterabend am 29. Mai, zu welchem sich gerne alle einfanden und Tina und Christopher mal so richtig zu schädigen. Gelungen ist uns ein sensationeller Abend mit toller Stimmung und verdammt vielen Scherben!!!

Am 5. Juni kam dann nach dem Poltern natürlich auch noch die „Pflicht-Veranstaltung“, die kirchliche Hochzeit, zu welcher nicht nur die Badminton-Abteilung Spalier standen. Eine Pferde-Staffel und die TG-Turner-Pyramide hatten dafür gesorgt, dass nicht nur die Hochzeitsgäste für einen großen Auflauf auf dem Kirchplatz sorgten.

Wieder zurück im Turnierplan kam am 10. und 11. Juli das Lampionturnier auf uns zu. Wieder einmal mit einer herausragenden Teilnehmerzahl und tollen Spielen, fanden sich am Samstagabend auch sehr viele der Teilnehmer auf dem neuen Lampionfest im Kurpark wieder, wo wir alle zusammen auch noch das kleine WM-Finale mit Deutschland im Spiel um Platz drei schauten. So wurde auch in diesem Jahr das Lampionturnier zu einem Highlight im Kalender!

Ein Gegenbesuch bei unseren Freunden aus Kirchhellen wurde Ende August dann ebenfalls organisiert, hier war die Badminton-Abteilung sogar der zahlenmässig stärkste Verein. In den Spielergebnissen spiegelte sich dies leider nicht wieder, der Spaß dabei war aber wieder einmal kaum zu überbieten.

Noch zuvor am 7. August fand die zweite Hochzeit des Jahres innerhalb der Badminton-Abteilung statt. Auch Tanja hat in Mark ihren Mann fürs Leben gefunden und so zur großen Feier im Schloss geladen. Eine sehr fröhliche Feier mit einigen Highlights an Brautpaar-Spielen führten zu einer langen Nacht.

Am 23. Oktober sollte dann wieder mehr Badminton gespielt werden, ein Schleifchenturnier mit befreundeten TG-Mitgliedern mit anschließendem gemütlichen Beisammensein brachte dann allerdings auch wieder eine feucht-fröhliche Veranstaltung, bei der das Spielen nicht in den kurz kam. Auch diese Veranstaltung wird den „Event-Kalender“ der Badminton-Abteilung wohl nicht mehr verlassen.

Insgesamt war 2010 auch sportlich ein erfolgreiches Jahr. Beide Senioren-Mannschaften konnten Ihre Saison-Ziele erreichen, in der neuen Saison seit September sind beide sogar noch erfolgreicher, als vorher zu träumen gewagt. Auch die Anzahl an Turnierteilnahmen war in 2010 so groß, wie schon lange nicht mehr.

Durch Zuwachs von neuen Spielern/-innen und einen Zusammenhalt untereinander, der in dieser Form einzigartig ist, freuen wir uns heute über eine Badminton-Abteilung, die Spaß macht und gemeinschaftlich auch abteilungsübergreifend am Vereinsleben der TG Camberg teilnimmt. Es macht Spaß, dabei zu sein.

Robert Peuser



Zweier-Prellball

Das Jahr 2010 war wieder ein erfolgreiches Jahr für die Prellballabteilung der Turngemeinde Camberg. Aufgrund von Verletzungen und Krankheiten konnte aber erstmals seit Jahren kein Hessenmeistertitel errungen werden.

Dafür konnten zwei Mannschaften im Mai 2010 beim Landesturnfest Rheinland-Pfalz in Mainz auftrumpfen.

In der Männerklasse 60 wurden Werner Michel - Siegbert Bender und Reinhold Pfeiffer Landesturnfestsieger. Helmut Kotyrba – Dr. Anton Peuser gelang dieser Erfolg in der Männerklasse 50. Die weiteren Platzierungen:

5. Platz männl. Jugend	Tiemo Bang – Jan-Philipp Siegert
5. Platz weibl. Jugend	Regina Arendt – Margarita Ereiliadou
6. Platz Mixed 15-19	Margarita Ereiliadou - Jan-Philipp Siegert
7. Platz Frauen	Dorothe Thies – Isabelle Meuth
10. Platz Mixed	Dorothe Thies – Helmut Kotyrba

Die Hessischen Meisterschaften verliefen aus o. g. Gründen nicht so erfolgreich wie in den vergangenen Jahren.

Bei der männl. Jugend belegten Julian Wagner – Dennis Zink – Jan-Philipp Siegert und Tiemo Bang Platz vier. Bei den Schülern belegten Lukas Wagner – David Askari den 8. Platz.

In der höchsten Frauenspielklasse belegten Isabelle Meuth - Dorothe Thies Platz 9. Leider wird diese Mannschaft aus beruflichen Gründen im nächsten Jahr nicht mehr spielen.

Die erfolgsverwöhnten Mannschaften aus der Männerklasse 60 belegten folgende Plätze:

- 5. Roman Pflüger – Siegbert Bender
- 6. Helmut Lenz – Werner Michel
- 9. Reinhold Pfeiffer – Hans-Jürgen Schwed

Der Höhepunkt des Jahres war die Feier zum 50-jährigen Bestehen der Prellballabteilung. Am 18. Juni 2010 fand der Festakt in der Turnerstubb statt. Anwesend waren zahlreiche Ehrengäste, darunter auch alle bisherigen Abteilungsleiter und viele Ehemalige. Schirmherr der Veranstaltung war Bürgermeister Wolfgang Erk, der in seiner Jugend selbst Hessischer Vizemeister war. In einer aufwändigen Präsentation ließ Helmut Kotyrba die vergangenen 50 Jahre wieder aufleben und sorgte so bei den vielen anwesenden ehemaligen Prellballern für viel Gesprächsstoff.

Am 19. Juni 2010 fand dann das Jubiläumsturnier mit vielen befreundeten Mannschaften aus ganz Hessen statt. Anschließend wurde wieder in der Turnerstubb kräftig gefeiert und von alten Zeiten erzählt.

Die diesjährige Zweitagesfahrt am 25./26. September 2010 führte nach Xanten am Niederrhein.

Am Samstagnachmittag wurde unter fachkundiger Leitung die Innenstadt Xantens besichtigt. Nach einer Dampferfahrt auf dem Rhein ging es zum direkt an den Rheinpromenaden in Wesel gelegenen Hotel wo der Tag in gemütlicher Runde ausklang.

Am Sonntag wurden das Römermuseum und der Archäologische Park besucht, der 1977 über den Resten der römischen Stadt Colonia Ulpia Traiana eröffnet wurde.

Nach dem Mittagessen in der Römischen Herberge im Archäologischen Park ging es dann zum gemütlichen Abschluss zur Brauereiwiesen nach Niederlahnstein.

Helmut Kotyrba absolvierte erfolgreich einen 120 Stunden umfassenden Trainerlehrgang beim Hessischen Turnverband und ist jetzt der 4. lizenzierte Trainer in der Abteilung.

Bei der Sportlerehrung der Stadt Bad Camberg am 19. November 2010 in Oberselters wurden die Landesturnfestsieger von Mainz für ihre Erfolge geehrt.

Unsere traditionelle Weihnachtsfeier mit über 30 Abteilungsmitglieder fand am 11. Dezember 2010 wieder in der Turnerstubb statt. Nikolaus Helmut Kotyrba hatte sich im Verlauf des Jahres wieder viele Notizen gemacht und konnte überwiegend Positives berichten.

Reimund Brendel



Karate

2010 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.

Patricia Schedel erreichte bei den Hessenmeisterschaften am 20. Februar 2010 in Altenstadt den 2. Platz in Kumite + 57kg.

Eine weitere Bestätigung, für das qualifizierte und mit System aufgebaute Training von Ali, war einen weiteren Schüler zum Schwarzgurt zu führen. Ali und Burak Bektas hatten sich ein Ziel gesetzt. Der 1. schwarze Gürtel sollte es sein. Burak der im August 2002 im Alter von 11 Jahren mit Karate begann konnte nach 2 Jahren regelmäßigen Trainings und darüber hinaus mit viel Fleiß schon den ersten persönlichen Erfolg genießen. 2004 stand er das erste Mal für die TG Camberg als Dritter auf dem berühmten Treppchen bei den hessischen Meisterschaften. In 2005 sogar als Zweitplatzierter. 2006, 2007 und 2008 wurde er dreimal in Folge Hessischer Meister.

Die Vorbereitung auf den 1. Dan hatten von Burak über einige Monate hinweg ein hohes Maß an Disziplin für die sehr intensiven zusätzlichen Trainingseinheiten, Pflichtlehrgänge, Seminare und Entbehrungen abverlangt.

In Maintal am 14. Mai 2010 war es dann endlich so weit. Unter den wachsamen Augen von Efthimios Karamitsos - Bundestrainer DKV-7. Dan musste von jedem Prüfling das verlangte Prüfungsprogramm bestehend aus Kihon, Kata, Bunkai, Kumite, Jiyu Ippon Kumite und Jiyu Kumite gezeigt und erklärt werden. Nach 3 x 1 Stunde Training und nervenaufreibendem Warten war es dann so weit und es konnten endlich die Dan-Diplome in Empfang genommen werden. Am Ende der Prüfungen gratulierte Bundestrainer Efthimios Karamitsos persönlich zur bestandenen 1. Danprüfung. Nun ist Burak der zweite Karateka in dieser jungen Abteilung der berechtigt ist einen schwarzen Gürtel zu tragen worauf er richtig stolz sein kann.

In diesem Jahr fanden an zwei Tagen in der Turnhalle der Freiherr v. Schütz-Schule und der TG Halle für einen Großteil der Karateabteilung Prüfungen statt. 95 Karateka der TG Camberg zeigten ein tolles Prüfungsprogramm. Trotz Nervosität und ein paar kleinen Patzern konnte zu einer guten Prüfung gratuliert werden. Was sicherlich auch daran lag dass die Kinder und Jugendlichen gut vorbereitet wurden, und alle mit Spaß und Ehrgeiz mitgemacht haben.

Zur Zeit sind wir 98 Mitglieder, 69 Kinder im Alter von 6 Jahren bis 14 Jahren, 13 Jugendliche bis 18 Jahre und 16 Erwachsene bis 51 Jahre, davon sind 34 weibliche Mitglieder und 64 männliche Mitglieder. Ob Ausgleichsport, allgemeine Fitness oder Selbstverteidigung, Karate eröffnet allen Altersgruppen ein breites sportliches Betätigungsfeld.

Wegen der zur Zeit im Umbau befindlichen Turnhalle der Freiherr v. Schütz-Schule hatten wir riesige Probleme den Trainingsbetrieb aufrecht zuhalten. Die Information über den Umbau bekamen wir erst zwei Wochen vor den Sommerferien. Als Notlösung konnten wir uns mit den Abteilungen Rope Skipping und Leistungsriege weiblich, Dienstag und Donnerstag die TG Halle teilen.

Ab November mussten wir aber donnerstags die Trainingszeit wegen des Hallenbelegungsplanes für das Winterhalbjahr wieder abgeben. Da es nun sehr schwierig wurde in der TG Halle zu bleiben, wurde die Suche nach einer geeigneten Trainingsstätte ausgeweitet. Als Notlösung konnten wir in den Räumen Sanitätshaus Kingler an zwei Tagen in der Woche, Montag und Freitag, trainieren.

Am 26. August begann wieder ein Anfängertraining für Kinder ab 6 Jahre. 11 Kinder, 4 Mädchen und 7 Jungen trainieren nun fleißig für ihre erste Prüfung.

Für die Zukunft wünsche ich der Abteilung weiterhin viel Erfolg und Spaß beim Training.

Roland Seip



Basketball

Im vergangenen Jahr verlief das Training mit mäßiger Zufriedenstellung. Trotz einigen neuen Spielern hielt sich das Training im kleinen Kreis von durchschnittlich 6 Teilnehmern.

Die meisten Teamkollegen erscheinen leider recht unregelmäßig. Ein Grund hierfür ist auch die ungünstige Trainingszeit von 21 bis 23 Uhr. Unter diesen Umständen sind geplante Ziele, wie z. B. Freundschaftsspiele mit anderen regionalen Vereinen (und so auch die Ausgabe der vorhandenen Trikots), in absehbarer Zeit nicht zu realisieren.

Sollte sich die derzeitige Lage nicht verbessern ist der Fortbestand der Basketballgruppe nicht gesichert.

Nichts desto Trotz sind einige junge Spieler sehr motiviert und haben „Spaß an der Sache“.

Mathias Heller



Hobby-Volleyball

In diesem Jahr sind erfreulicherweise wieder einige neue Spieler zu unserer Trainingsgruppe dazu gekommen. Dadurch können wir unser Training wieder intensiver absolvieren. Leider reicht es immer noch nicht, an Turnieren teil zu nehmen. Dazu fehlt es noch an geeigneten Spielerinnen. Trotzdem sind wir nach wie vor mit vollem Elan und viel Freude beim Training dabei.

Es wäre erfreulich, wenn trotzdem noch einige Neuzugänge, mit Vorkenntnissen, in diesem Jahr zu unserem Training dazu kommen würden.

Unser Training findet jeden Montag ab 20:30 Uhr in der Kreissporthalle auf der Pommernstraße (hinteres Drittel) statt.

Gunter Hartmann



Rope Skipping

Das Jahr 2010 begann für uns wieder einmal mit zwei erfolgreichen Auftritten bei der Erbacher Kappensitzung. Dieses Jahr konnten wir das Publikum mit einer Vorführung zum Thema „Oktoberfest“ überzeugen. In Dirndl und zu fetziger Musik, wie unter anderem der „Zillertaler Hochzeitsmarsch“ oder Dj Ötzis „7 Sünden“, brachten wir Stimmung und gute Laune in die Erbacher Erlendbachhalle.

Im Februar konnten wir die TG, wie auch schon in den beiden Jahren zuvor, durch unsere Hilfe an der Sektbar und der Garderobe am Lumpenball unterstützen, was uns wieder viel Spaß und Freude brachte.

Am 8. Mai fanden außerdem die diesjährigen Gaumeisterschaften im Rope Skipping statt. 16 Skipperinnen und erstmals auch ein Skipper konnten hier in Können unter Beweis stellen und die TG ehrenwürdig vertreten. Für Publikum und Kampfgericht waren wieder einmal die selbstausgedachten Freestyles am spannendsten. Hier zeigten die Teilnehmer eine selbstausgedachte Reihenfolge von teilweisen sehr anspruchsvollen Sprüngen, kombiniert mit turnerischen Einlagen und passender Musik. Nicht minder gut war auch der sogenannte „Compulsory“, der von den jüngsten Teilnehmern gezeigt wurde, die zum ersten Mal an einem Wettkampf teilnahmen. Sie zeigten eine schon vorgegebene Formation, die sie gekonnt präsentierten.

Von den „alten Skipperhasen“ konnte sich Sabrina Huber über den dritten, Ina Gangl über den zweiten und Daniela Ribeiro über den ersten Platz freuen. Durch ihre im Wettkampf gesammelten Punkte in den verschiedenen Disziplinen, haben sich die drei Mädels für die Hessenmeisterschaften qualifiziert.

Am 9. Mai haben wir an einem „Tanzspektakel“ in Niederbrechen teilgenommen. Hier traten 26 Gruppen auf, unterteilt in Kinder- und Erwachsenengruppe. Am Ende konnte das Publikum ihre Favoriten in verschiedenen Kategorien wählen. Hier gewannen wir in der Kategorie „Tanz mit dem höchsten Schwierigkeitsgrad“, worüber wir uns sehr freuten.

Mit unserem „Oktoberfestauftritt“ traten wir noch einige Male auf, wie zum Beispiel beim Besuch der Franzosen in Bad Camberg, bei den Gaumeisterschaften oder beim diesjährigen Abiball der Taunuschule Bad Camberg, bei dem wir unseren beiden Teammädels, Simona und Ina, eine Freude bereiten wollten.

Auch in der zweiten Hälfte des Jahres konnten wir uns über einen Mangel an Auftritten nicht beklagen. Wir zeigten unseren Auftritt noch am „Familien-Erlebnis-Sonntag“ der TG und Volksbank, in Lindenhofshausen. Ebenso beim Turnerball in Eisenbach und bei einer großen Jubiläumsfeier in Frickhofen. Dort kam unsere Vorführung so gut an, dass wir bereits am gleichen Abend für Oktober 2011 gebucht wurden.

Auch unsere „Kleinen“ konnten am Jahresende noch einmal zeigen was sie im vergangenen Jahr gelernt haben. Bei der Nikolausfeier der TG traten wir 2010 erstmals mit zwei Auftritten auf, da wir mittlerweile so viel Nachwuchs haben, dass wir die Samstag- und Dienstagsgruppe nicht mehr für einen einzigen Auftritt verknüpfen können.

Noch etwas war dieses Jahr neu: Wir beendeten 2010 nicht mit der alljährlichen Weihnachtsfeier, die schon Anfang Dezember stattfand, sondern mit einem 1 ½-tägigen Trainingslager. Am 29. Dezember trafen wir uns um 11 Uhr in der Turnhalle um uns dort 14 (!) Stunden lang unseren neuen Auftritt fertig auszudenken und einzuüben. Der harte Kern von uns blieb bis 2 Uhr nachts wach, um dann erschöpft, mit Westernmusik als Ohrwurm, in der Turnerstubb einzuschlafen. Am nächsten Morgen wurde noch knapp 3 Stunden trainiert, dann ging es zufrieden nach Hause.

Daniela Ribeiro



Leichtathletik

Im Wettkampfsjahr 2010 blieben nach dem Weggang von Chantal Buschung (weibliche Jugend A) und nach der Auflösung der erfolgreichen Startgemeinschaft mit dem TuS Eintracht Wiesbaden die großen Erfolge bei Hessischen, Süddeutschen und Deutschen Meisterschaften erwartungsgemäß aus. Auch die im vergangenen Jahr mit größeren Erwartungen vorgestellten Neuzugänge waren zeitweise aufgrund von Verletzungen und sonstigen Beschwerden nicht im Einsatz und konnten dadurch auch nicht mit größeren Erfolgen glänzen. Leider ist auch unser Aushängeschild Frederike Schönfeld nach einem zweisemestrigen Studium- und Trainingsaufenthalt in den USA nach ihrer Rückkehr im Sommer 2010 nicht mehr aktiv in das Wettkampfgeschehen in Deutschland eingestiegen und hat den Leistungssport aufgegeben. Beim Neujahrsempfang 2011 der Turngemeinde wurde Frederike vom TG-Vorstand und der Leichtathletikabteilung gebührend verabschiedet. Die Jahresbilanz 2010 hat trotz vieler Rückschläge bei den aktiven Wettkämpfer/Innen ein noch recht zufriedenstellendes Ergebnis gebracht, denn unsere Athleten/Innen haben mit zwei Regionaltitel und fünfzig Einzel- und Mannschaftstitel im LA-Kreis in dieser Leistungsebene das Vorjahresergebnis noch übertroffen. Der Zulauf zu den Trainingsstunden der Abteilung war auch im letzten Jahr erfreulich gut und es werden weiterhin in 8 Trainingsgruppen ca. 220 bis 230 Kinder, Jugendliche und Aktive von den neun fachkundigen Trainerinnen und Trainern betreut. Bei den Trainingsgruppen der jüngsten Schüler und Schülerinnen ist die Kapazität weiterhin voll ausgeschöpft und bei den „Minis“ besteht außerdem noch eine Warteliste. Leider musste die Abteilung im letzten Sommer die beliebte Trainerin Stephanie Michalek verabschieden, da sie in ein anderes Bundesland verzogen ist. Dieser Verlust machte eine Neueinteilung der Trainingsgruppen erforderlich. Dies ist uns auch deshalb ganz gut

gelingen, weil beim Übergang von der Schüler- in die Jugendklasse leider wieder einige Aktive die Leichtathletik aufgegeben haben bzw. zu anderen Sportarten gewechselt sind und dadurch die Zahl der Trainingsteilnehmer im älteren Schülerbereich und bei der Jugend etwas verringert hat.

Die Vereinsbestenliste 2010 weist aus, dass in der Wettkampfsaison 2010 161 Abteilungsmitglieder bei 59 Hallen-, Cross-, Straßen- und Bahnwettkämpfen mindestens bei einem Wettkampf an den Start gegangen sind. Die Teilnehmer an den kindgerechten Sportfesten für die „Minis“ sind hier mit berücksichtigt.

Leider ist in der letzten Zeit verstärkt aufgefallen, dass beim jüngeren Nachwuchs die Teilnahme an den wöchentlichen Trainingsstunden sehr gut ist, aber viele bei den angebotenen Wettkämpfen auf unserer Sportanlage nicht an den Start gegangen sind. Weiterhin ist negativ anzumerken, dass in der letzten Saison erstmals seit Jahren in den Altersklassen „Schüler A, M 15“ und „Schülerinnen A, W 15“ und „W 14“ keine Athleten/Innen Wettkämpfe bestritten haben.

Die Platzierung unseres Nachwuchses im Wettbewerb der Schülerliga des Leichtathletikkreises Limburg-Weilburg, der in den letzten Jahren immer von der TGC gewonnen wurde, liegt noch nicht vor. Es ist aber damit zu rechnen, dass wir in diesem Jahr nicht an der Spitze liegen.

In der Bestenliste 2010 des Deutschen Leichtathletik-Verbandes ist diesmal nur ein Athlet der TG Camberg genannt, wobei Jurij Müller im 400 m Hürdenlauf der männlichen Jugend A mit einer Zeit von 56,87 sek. auf Rang 38 geführt wird.

In der Zusammenstellung des Hessischen Leichtathletik-Verbandes für das Jahr 2010 sind unter den 20 Besten in der Aktiven- und Jugendklassen sowie unter den 10 Besten der Schülerklassen unsere Wettkämpfer/Innen 16 Mal (2009: 32 x) genannt (Bahn und Halle). Die beste Platzierung bei den Bahnwettkämpfen in der letzten Saison mit je einem 5. Rang erkämpften sich Jurij Müller im 400-m-Hürdenlauf der männlichen Jugend A und Simon Litzinger im 1000-m-Lauf der Schüler D, M 8. Die weiteren Platzierungen in den Einzeldisziplinen:

- Männliche Jugend A: Jurij Müller 200 m/13. Sven Linz 200 m/19.;
- Männliche Jugend B: Philip Konrad Dreisprung/7.;
- Schüler A, M 15: Luca Günther Speerwurf/6.;
- Weibliche Jugend B: Abigale Robinson 100 m/20., 100 m Hürden/10., Lea Anheier 400 m Hürden/8., Alisa Franz Dreisprung/18.;
- Schülerinnen B, W 13: Mona Hörning Hochsprung/8.

In der Bestenliste 2010 des Kreises Limburg/Weilburg sind unsere Athleten/Innen 44 Mal auf Rang 1, 37 Mal auf Rang 2 und 27 Mal auf Rang 3 zu finden.

Die beste Platzierung für die TGC bei hessischen Meisterschaften 2010 erreichte in der Klasse der Schüler A, M 15 Luca Günther, der im Speerwurf mit 46,46 m Platz 3 erkämpfte und bei den Winterwurfmeisterschaften mit 40,41 m den 4. Rang belegte. Je einen 5. Platz eroberten bei der männlichen Jugend B Kim Kolhagen im Hochsprung (Halle) mit 1,84 m und Philip Konrad im Dreisprung mit 11,86 m.

Auf der Regionalebene wurden nur zwei Meisterschaften durchgeführt, wobei diesmal von TG-Athleten zwei Titel gewonnen werden konnten. Einen überraschenden Sieg feierten bei den Männern Sven Habich im Dreisprung mit 12,10 m und Sven Linz bei der männlichen Jugend A im Hochsprung mit 1,85 m. Vier Vizetitel durch Jurij Müller (400 m Hürden), Hannah Anheier (1500 m), Abigale Robinson (200 m, 100 m Hürden) und einen 3. Rang durch Lea Anheier (400 m Hürden) waren die weitere Ausbeute. Außer den Blockmehrkämpfen für die Schüler/Innen sind alle weiteren Regionalmeisterschaften ausgefallen.

Bei den in Westerbeurg gemeinsam durchgeführten Titelkämpfen der Leichtathletikkreise Rhein-Lahn und Limburg-Weilburg für die Jugend und Aktive steigerten die TG-Teilnehmer gegenüber dem Vor-

jahr ihre Erfolgsquote beachtlich. Mit elf Siegen, sieben zweiten und drei dritten Plätzen gehörte die TG Camberg hinter dem TV Elz mit 14 Titeln, aber vor dem LC Mengerskirchen (9), TSV Kirberg (8), TuS Weilmünster (6) und der LSG Goldener Grund (4) zu den erfolgreichsten Titelsammlern dieser Meisterschaft.

Die bei den einzelnen Kreismeisterschaften des letzten Jahres erkämpften 50 Kreistitel teilen sich in 43 Einzel- und 7 Mannschaftssiege auf. Folgende Abteilungsmitglieder kamen auf Kreisebene zum Titelgewinn:

- Männer: Philip Hartmann (1), Sven Habich (2), Frank Loeven (2);
- männliche Jugend A: Jesko Hermann (1), Nikola Jung (1), Pierre Vidal (1), Jurij Müller (1), Sven Linz (1);
- männliche Jugend B: Kim Dennis Kolhagen (3), Lennard Kolhagen (2);
- Schüler A, M 15: Luca Günther (1);
- Schüler B, M13: Alexander Urban (2);
- Schüler C, M 11: Jonas Eufinger (1);
- Schüler C, M 10: Simon Drewes (2), Jannis Wirtz (1);
- weibliche Jugend A: Franziska Grote (2), Anna Konrad (1);
- Schülerinnen B, W 13: Mona Hörning (9), Milena Hümmer (1), Laura Willems (1);
- Schülerinnen B, W 12: Julika Leichthammer (2), Nora Hörning (2);
- Schülerinnen C, W 11: Hanna Gross (1), Sofia Fernandez (1);
- Schülerinnen C, W 10: Luca Marie Franz (2) und Carla Litzinger (1).

Nachdem wir 2009 wegen des Stadionumbaues und den anschließenden Mittlmeerspielen in Pescara/Italien einen neuen Trainingsort für unser Frühjahrtrainingslager in Latsch/Südtirol angesteuert hatten, konnte 2010 wieder das von Eva Michalek federführend organisierte Trainingslager an der bekannten Stätte in Pescara (Italien) durchgeführt werden. Trotz anfänglicher organisatorischer Probleme auf der italienischen Seite startete die TG-Gruppe am 29. März vom Flughafen Frankfurt/Hahn in den Süden. Bei der Ankunft konnte die erste Neuerung festgestellt werden: das „Stammhotel“ war renoviert worden.

Am nächsten Morgen war es soweit, denn die erste Trainingseinheit unter Anleitung der Trainer Wilko Schinker und Frank Loeven, sowie der Trainerin Eva Michalek im renovierten Stadion waren angesagt. Die Renovierungsarbeiten im Stadion beschränkten sich nicht nur auf die Tribünen, auch der gesamte Innenbereich war mit neuem Kunststoff ausgelegt. Die TG-Sportler/Innen konnten sich wie die großen Leichtathletik-Stars bei den Weltmeisterschaften 2009 im Berliner Olympiastadion fühlen, denn der neue Belag war auch blau eingefärbt.

Dem professionellen Training der 22 angereisten TG-Schüler und Jugendlichen stand somit nichts mehr im Wege, zumal auch der Strand und der nahe gelegene Pinienwald in das intensive Training einbezogen wurden. Mit diesen Motivatoren ließ sich die Trainingswoche sehr gut an, das Wetter spielte mit und die optimale Saisonvorbereitung verging wie im Fluge.

Aufgrund unserer dünnen Personaldecke bei den Mitarbeitern und Helfern in der Abteilung sind in der letzten Bahnsaison nur noch 6 Leichtathletikveranstaltungen im Bad Camberger Sportzentrum über die Bühne gegangen: zwei Kreismeisterschaften, zwei „Bambini“-Wettkämpfe, ein kleiner Schülermehrkampf und die offenen Vereinsmeisterschaften für die jüngsten Schülerklassen. Bei den Blockmehrkampfmeisterschaften Anfang Mai 2010 im Sportzentrum ließ die Teilnehmerzahl einige Wünsche offen. Die TG Camberg und der TV Elz waren mit je drei Titeln die erfolgreichsten Vereine dieser ersten Meisterschaft. Die Kreisschüler-einzelmeisterschaften, die bei sommerlicher Witterung zum 20. Mal in Serie (1990 Einweihung der Kunststoff-Rundbahn) in Bad Camberg ausgetragen wurden, hatten für den im Neuaufbau befindlichen TG-Nachwuchs ein sehr erfreuliches Ergebnis. Er überraschte mit elf Siegen, sowie sechs zweiten und zwölf dritten Plätzen hinter dem

TuS Weilmünster mit 17, aber vor dem TV Elz und TV Eschhofen mit je zehn Kreistiteln. Erfolgreichste TG-Starterin war erneut Mona Hörning (W 13) mit drei Siegen. Einen Doppelerfolg verbuchte Luca Marie Franz (W 10).

Zum Jahresende fanden sich wieder eine große Anzahl der Abteilungsmitglieder zum traditionellen Jahresabschlusstreffen in der „Turnerstubb“ der TG-Vereinshalle ein, um das alles in allem recht erfolgreiche Wettkampfsjahr 2010 ausklingen zu lassen. Hierbei wurden die herausragenden Leistungen einzelner Athletinnen und Athleten von den Trainern/Innen besonders gewürdigt und die „Leichtathletin des Jahres 2010“ sowie der „Leichtathlet des Jahres 2010“ mit einem Pokal geehrt. In den einzelnen Altersgruppen sind ausgezeichnet worden:

- Schülerinnen C: Luca Marie Franz;
- Schüler C: Simon Drewes;
- Schülerinnen B: Mona Hörning;
- Schüler B: Alexander Urban;
- Schüler A: Luca Günther;
- weibliche Jugend: Abigale Robinson und
- männliche Jugend: Jurij Müller.

Im A-Schülerinnenbereich wurde mangels Masse kein Pokal vergeben.

Um unseren talentierten Nachwuchsläufer/Innen bessere Möglichkeiten zu geben, in einer schlagkräftigen Staffel mitzuwirken, wurde mit der TSG Wehrheim und der SG Anspach für 2011 eine neue Startgemeinschaft (StG) gebildet.

Beim Dauerproblem, der fehlenden Abteilungsleitung, hat sich auch im Jahr 2010 keine Lösung für einen neuen Abteilungsleiter bzw. Leiterin abgezeichnet. Mit Frank Loeven ist aber die Leichtathletikabteilung wieder durch ein Abteilungsmitglied im TG-Vorstand vertreten. Er hat auch schon einige Aufgaben für die Leichtathletik im Verein übernommen.

Das Training lief auch im abgelaufenen Jahr in allen Sportgruppen der Leichtathletikabteilung vorbildlich. Deshalb danken wir allen Trainerinnen und Trainern sehr herzlich, die wöchentlich für unsere große Anzahl von Kindern und Jugendlichen mehrmals mit großem Einsatz auf dem Sportplatz oder in der Halle stehen. Der Wegzug der jungen Trainerin Stephanie Michalek sowie die sich abzeichnenden weiteren Ausfälle, sowie die Altersstruktur unserer Übungsleiter/Innen zwingt die Abteilung dazu, auf schnellstem Wege sich nach neuen Übungsleitern/Innen umzusehen bzw. welche auszubilden. Unser Ziel ist es auch weiterhin, die Leichtathletik in der Breite, aber auch im Leistungsbereich zu fördern. Obwohl die TGC zur Zeit im Spitzensport keine Vertreter aufzuweisen hat, wird im Vorstand des Leichtathletikkreises von einigen Vorstandsmitgliedern ständig die Bildung einer Kreis-Leichtathletik-Gemeinschaft (Kreis-LG) propagiert, um den Spitzensport noch besser zu fördern. Um aber weiterhin eine breite Basis für die Leichtathletik im Kreis zu erhalten und nicht nur schwerpunktmäßig auf den Spitzensport zu setzen, stehen wir dieser etwas abgehobenen Idee jedoch aus mehreren Gründen sehr skeptisch gegenüber und möchten uns auch bei dieser angestrebten Bildung einer Kreis-LG nicht engagieren.

Frank Loeven
Wolfgang Weismüller



Langstreckler

Wie in jedem Jahr waren die Langstreckler auch in 2010 bei verschiedenen Laufveranstaltungen 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. Auf Marathonveranstaltungen im Weital, Mainz, London, Rennsteig, Darmstadt 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.

Einige Höhepunkte gab es auch in 2010. Inga Preusser-Brandt und Markus Schmitt starteten im Mai gemeinsam in Thüringen beim Rennsteiglauf über 72,7 km und im Oktober in Remscheid zum Röntgenlauf über 63,3 km. Hier kamen Inga und Markus die vielen Trainingskilometer im Bad Camberger Stadtwald, die gemeinsam mit mehreren Läufern bewältigt wurden zu gute.

Gelaufen wird bei den Langstrecklern bei jedem Wetter. Obwohl im letzten Winter auch den Langstrecklern der lang anhaltende Schnee zu schaffen machte, ließen wir uns davon aber nicht abschrecken.

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

Festzustellen ist, dass sich das gleichmäßige Training in der Gruppe auszahlt. Gemeinsames Training ist immer zu den Lauffreizeiten.

Wolfgang Raatz



Sportabzeichen

2010 haben wieder zahlreiche Teilnehmer erfolgreich an der Abnahme zum Deutschen Sportabzeichen teilgenommen. Leider hat sich die Tendenz der geringeren Teilnehmerzahl 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 21 erworbenen Sportabzeichen bei den Männern und Frauen war die Tendenz gegenüber dem Vorjahr weiter rückläufig. Erfreulich war, dass vier Ersterwerber bei der TG vorzufinden waren.

Durch eine Werbeaktion in der Leichtathletikabteilung sind nach den Sommerferien von den Abteilungsmitgliedern weitere Abzeichen im Jugendbereich erworben worden. Bei einer anderen Sportabzeichenaktion unserer Trainerin Leila Janke-Hermann in der Grundschule Erbach haben weitere 37 Kinder der Leichtathletikabteilung dort die Sportabzeichenprüfung erfolgreich abgelegt, wobei diese Zahl auch der TG Camberg angerechnet wird.

Mit der Gesamtsumme von 77 Abzeichen „Jugend“ und 21 Abzeichen bei den Erwachsenen ist bei der TG Camberg mit 98 erworbenen Sportabzeichen im Jahr 2010 ganz zufrieden.

Nach der 40. erfolgreichen Prüfung, wurde Wolfgang Weismüller das Goldene Sportabzeichen mit „Jubiläumszahlen“ überreicht. Eine weitere Auszeichnung gab es für Hansjürgen Schlobach der für die 30. erfolgreichen Prüfung mit dem Goldene Sportabzeichen mit „Jubiläumszahlen“ ausgezeichnet wurde.

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.

Wolfgang Raatz / Wolfgang Weismüller



Lauf- und Walking-Treff

Der TG Lauf- und Walking-Treff hatte auch im abgelaufenen Jahr insgesamt eine gute Akzeptanz bei unseren Vereinsmitgliedern sowie bei vereinsungebundenen Interessenten zu verzeichnen. Wobei aber leider keine neuen Sportler dazukommen und somit die Zahl der Teilnehmer insgesamt rückläufig ist. Gerne haben, wie in den letzten Jahren, einige Kurgäste die Gelegenheit genutzt, sich beim Lauftreff sportlich zu betätigen.

Wie in den vergangenen Jahren vermehrt aufgetreten, hat uns das Wetter beim Lauftreff auch in diesem Jahr wieder einmal im Stich gelassen. Vier mal musste daher der Lauftreff abgesagt werden. Am 2. April startete der Lauftreff seinen Run Up in die Sommersaison.

Am 23. Oktober wurde für die Läufer wieder der Zwei-Stundenlauf durchgeführt. Hier starteten die Läuferinnen und Läufer am Lauftreffparkplatz und gingen auf die Strecke ins Dombachtal. Zum selben Termin wurde der Zwei-Stundenlauf der Walker und Nordic Walker durchgeführt. Hier wurde die Gruppe, von Brigitte Thies und Ingrid Hofmann, mit viel Spaß durch die schwarze Strecke des Nordic Walking Park geführt.

In Dombach hatte Helmut Thies unsere Verpflegungsstelle mit Apfelsaftschorle und Bananen eingerichtet. Die Nordic Walker waren in diesem Jahr schneller an der Verpflegungsstelle, so dass wir uns hier nur Hallo sagen konnten. Mit der Stärkung konnte dann die nächste Laufstunde gut bewältigt werden. Leider ist auch hier die Anzahl der Teilnehmer sehr rückläufig.

Als Fazit hatten aber alle Teilnehmer ihren Spaß. Und auch in nächste Jahr wird es wohl wieder 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 2010 investiert.

Leider mussten wir kurz vor Weihnachten noch den Tod von Renate Weismüller beklagen. Renate hat meinen Vorgänger als Leiter des Lauftreffs Wolfgang Weismüller bei den Aktivitäten rund um den Lauftreff unterstützt. Renate hat uns bis zum abgelaufenen Jahr auch als Betreuerin beim Lauf- und Walking Treff unterstützt. Wir werden Sie immer in unserer Erinnerung behalten.

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 40plus

Am Freitag, den 12. März 2010 startete der einmal wöchentlich (außer in den Schulferien) stattfindende Kurs Fitnessgymnastik 40plus von 20 bis 21 Uhr in der TG-Turnhalle in der Jahnstraße.

Als neue Übungsleiterin übernahm ich eine Gruppe, die sich bereits seit langen Jahren kennt und bisher mittwochs abends unter der Leitung von Ingrid Enzmann ihren sportlichen Aktivitäten nachkam.

Die ersten Zusammentreffen waren sehr spannend, sowohl für die Teilnehmer, als auch für mich. Doch bei flotter Musik, viel Bewegung, Erklärung und Gespräch, fand sich schnell eine gute Basis für das Miteinander.

Das Programm einer jeden Stunde beginnt natürlich immer mit einer Aufwärmphase und endet mit einer Entspannungs- und Dehnphase. Dazwischen gibt es eine bunte Vielfalt an Übungen zur Muskelkräftigung im Stand und auf dem Boden.

Ebenso gibt es leicht tänzerische Einlagen, welche langsam und Schritt für Schritt aufgebaut und wiederholt werden. An Arbeitsgeräten wurden bisher kleine Hanteln und das Step eingesetzt.

Mit viel Spaß und Freude wollen wir eine Stunde dem Alltag entfliehen und etwas für unseren Körper tun, damit die Beweglichkeit und das Koordinationsvermögen erhalten bleiben und unsere Muskulatur an Stärke gewinnt.

Bis zu den Sommerferien hatten wir alle weiterhin sehr viel Spaß an unserer Arbeit. So manches Mal dachte man noch Tage danach an die vergangene Stunde, denn der Muskelkater tauchte immer wieder auf – auch bei der Trainerin.

Bei abwechslungsreicher Musik wurden nun auch regelmäßig die Softbälle, die großen Gymnastikbälle, die Gummibänder und auch die Swingsticks eingesetzt. Auch Wünsche wurden hier und da berücksichtigt.

Die Stimmung innerhalb der Gruppe ist generell fröhlich und alle sind sehr motiviert.

Im Oktober war ein Kulturwochenende geplant, welches aufgrund mangelnder Teilnahme leider nicht stattfinden konnte, dafür gab es aber dann eine Fahrt zu einem holländischen Weihnachtsmarkt.

Generell trifft sich die Gruppe, so oft es sich ergibt zu einer geselligen Runde im Anschluss an die letzte Gymnastikstunde im Monat. Vor der langen Sommerpause gab es einen leckeren Schmaus in der Pizzeria Da Luca in Niederselters.

Nach den Sommerferien war aller Anfang schwer. Die Gruppe und auch die Trainerin mussten ihren Rhythmus neu finden. Bekannte Aerobic-Schritte mussten wieder in die Erinnerung gebracht werden. Obwohl alle Teilnehmer der Gruppe sportlich aktive Menschen mit gesunder Lebensweise sind, stellen sich hier und da auch mal sogenannte Zipperlein ein. Durch gezielte Übungen versuchen wir diese so gut wie möglich zu besänftigen.

Im Herbst war es zu begrüßen, dass neue Teilnehmer zu unserer Gruppe gefunden haben, die uns nun bereits mit regelmäßigem Kommen bereichern.

Der Jahresabschluss fand bei einer großen geselligen Runde im Kurhaus-Restaurant Bad Camberg statt.

Es gab leckeres Essen und es wurde gewichtelt und viel gewürfelt.

Als Trainerin bin ich wirklich stolz auf meine Damen, denn ich kann sagen, dass wir uns gemeinsam merklich gesteigert haben sowohl von der Intensität, als auch der Ausführung der Kraftübungen oder der Tanzeinlagen.

Die Abteilungsleiterin Gila Bode, der ich ganz besonders für ihre Arbeit rund um die Gruppe danken möchte, ist wirklich das Herz der Gruppe.

Andrea Hartmann-Schmidt



Gymnastik für Männer ab 30 Jahren (Montagsbuben)

Das Jahr 2010 begann für die Montagsbuben mit einer kleinen Neuerung. Da einige „Buben“ aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr Basketball oder Fußball spielen, hatte unser Übungsleiter für Gymnastik und Ballspiele (Manfred Wiemann) Indica als weitere Ballsportart eingeführt. Über Badminton-Netze hinweg wurde nach ähnlichen Regeln wie beim Volleyball gespielt. Es stellte sich heraus, dass „Federball mit der Hand“ gar nicht so einfach ist, und es bedarf vermutlich noch einiger Übungseinheiten, um die Technik zu verbessern.

Auch im Kraftraum hatte Raimund Hartmann das Programm ein wenig modifiziert. Häufiger als sonst üblich wurden die Zeiten für die Übungseinheiten an den einzelnen Geräten mit der Uhr vorgegeben. Hierdurch hat sich die Intensität des Trainings erhöht, da Raimund nur kurze Pausen vorgab. Von einigen Montagsbuben wurde mit Bedauern festgestellt, dass beim Gewichte stemmen keine Zeit für ein Schwätzchen übrigblieb. Umso mehr freute man sich jeweils auf den Trainingsausklang in der Turnerstubb.

Im Frühjahr eröffnete Rainer Schlicht die Radsaison mit der traditionellen Tagestour. Es ging sehr hoch in den Taunus hinauf bis zur Weil-Quelle und zum Limes-Turm. Entsprechend viele Höhenmeter waren zu überwinden, so dass die Strecke für alle – bis auf Rainer – eine kleine Herausforderung darstellte. Aber alle haben es geschafft und hatten ihren Spaß.

Die abendlichen Radtouren im Sommer wurden von verschiedenen Montagsbuben geplant und angeführt. Wie seit einigen Jahren üblich, gab es jeweils zwei Gruppen, um den unterschiedlichen Fitnessgraden Rechnung zu tragen. Den Höhepunkt der Radsaison bescherte uns wieder Claus Schmitt, der uns in einer Zweitagestour vom Hunsrück ausgehend über den Schinderhannes-Radweg bis an die Nahe führte.

Im Oktober nahmen wir wieder gemeinsam mit der Donnerstagsgruppe und der Badminton-Abteilung am Schleifchen-Turnier teil. Hierbei spielte jeweils ein „Profi“ (Badminton-Abteilung) mit einem „Amateur“ zusammen. Für jeden Sieg eines Doppels durfte man sich ein Schleifchen an den Schläger binden. Ein Riesenspaß für alle Teilnehmer, der anschließend noch in der Turnerstubb bei Essen und Trinken fortgesetzt wurde.

Als Helfer für die Turngemeinde aktiv waren die Montagsbuben im vergangenen Jahr vor allem bei den zwei Großveranstaltungen Lumpenball und TG-Familientag. Beim Lumpenball waren die Buben insbesondere an der Kasse und bei der Eingangskontrolle eingesetzt. Beim TG-Familientag im August wurde neben den Einsätzen für Aufbau und Abbau sowie Thekendienst auch die Spielstation „Zebrareiten“ von den Montagsbuben übernommen. In diesem Zusammenhang sei Bernd Heinen noch einmal besonders gedankt, der in der Vorbereitung sehr aktiv war und nicht locker gelassen hat, bis Gundi Pflüger ein Zebrakostüm genäht hatte.

Für geselliges Beisammensein brauchen die Montagsbuben normalerweise keinen besonderen Anlass. Alle, die am Montag Sport getrieben haben, treffen sich anschließend zum Bier in der Turnerstubb. Runde Geburtstage, das Grillfest im Sommer und auch die Weihnachtsfeier im Dezember werden natürlich gerne genutzt, um besonders ausgiebig zu feiern. Den Jahresabschluss 2010 begingen wir dieses Mal im Hotel Waldschloss. Wie immer waren die Montagsbuben zu diesem Anlass fast vollständig vertreten und wir freuten uns, auch unseren ehemaligen Abteilungsleiter August Schlier begrüßen zu können.

Stefan Gotthardt



Konditionsgymnastik für gemischte Gruppen

Regelmäßig donnerstags abends ab 20:30 Uhr bringt unsere Trainerin Jeanette Truhoel uns zum Schwitzen. Nach einer Aufwärmphase wird mit Swing-Bars, Steppern und Kleinhanteln, aber auch mit Aerobic- und Tae-Bo-Übungen und tanzähnlichen Schrittfolgen Ausdauer und Kraft trainiert. Im Durchschnitt sind etwa 20 aktive Mitglieder im Alter von 20 bis über 70 Jahren in den Übungsstunden anwesend. Auch darin zeigt sich der Anspruch und die Vielseitigkeit der von unserer Trainerin ausgewählten Übungen, die keinen der Teilnehmer über- oder unterfordern, was den Grundsatz: „Jeder kann – Keiner muss“ unterstreicht.

Nach etwa einer Stunde kann sich dann jeder noch einmal bei 30 Minuten Badminton so richtig auspowern.

Nach den Übungen kommt der gemütliche Teil natürlich nicht zu kurz, ein Grund um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen wird immer gefunden. Pizzaessen, Grillen, Rotweinabend und „runde“ Geburtstage sind im Jahresablauf traditionelle Bestandteile.

Wie schon im letzten Jahr, fand auch in 2010 ein gemeinsames Badminton-Turnier mit der Badminton-Abteilung und den Montagsbuben statt. Die Organisation war hervorragend und der Spaß am Spiel stand im Vordergrund.

Die diesjährige Jahres-Abschlusswanderung führte uns – nach der üblichen Aufwärmphase bei Anny und Fritz – zum Einkehren nach Walsdorf.

Helmut Urban



Fitnessgymnastik für Frauen

Die Gymnastikstunde der „Dienstagsgruppe“ besuchen durchschnittlich 30 Frauen. Das haben wir Kerstin Gugger zu verdanken. Sie ist eine tolle Trainerin, die uns immer wieder aufbaut und motiviert. Es ist nicht immer leicht eine Gruppe zu bewältigen, die ein Alter von 18 bis zu 70 Jahren hat. Dies ist für einen Übungsleiter nicht einfach.

Wir haben alle Geräte, ob Stepper, Theraband, Hanteln oder auch Aero-Stepp und Bälle, absolviert. Kerstin hat uns Ende des Jahres aus gesundheitlichen Gründen verlassen. Kerstin, wir danken Dir. Die „Donnerstagsgruppe“ besteht aus nicht ganz so vielen Frauen. Es ist eine kleine, ausgeglichene Gruppe. Es wird auch mit verschiedenen Geräten gearbeitet, egal ob Swing-Stick, Aero-Stepp, Theraband oder Pezzi-Bälle. Wir sind mit allem vertraut. Es macht viel Spaß, so zu einer guten Kondition zu kommen. Sinje, die Übungsleiterin, verlässt uns ebenfalls zum Ende des Jahres aus beruflichen Gründen und sie muß sich mehr um die Familie kümmern. Sie hat sich all die Jahre so gut eingearbeitet und es war sehr angenehm bei ihr zu sein. Vielen Dank !

An dem Vereinsleben teilzunehmen ist eigentlich selbstverständlich. Egal, ob bei Veranstaltungen der Abteilung oder auch beim Verein selbst sich einzubringen.

Elvi Müller



Seniorengymnastik

Die Seniorengruppe hat 45 Mitglieder im Alter zwischen 65 und 85 Jahren. Die Übungsstunden, montags von 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr, sind immer gut besucht.

Brigitte Thies, unsere Übungsleiterin, bringt uns gekonnt in Schwung und wir fühlen uns anschließend fit.

Die Geselligkeit kommt auch nicht zu kurz. Obligatorisch sind im Jahresablauf der Kreppelkaffee und die Nikolausfeier.

Im letzten Dezember besuchte uns wieder Seppi als Nikolaus. Neben kleinen Geschenken brachte er auch einen Jahresrückblick mit.

Neben den verschiedenen Veranstaltungen innerhalb der Turngemeinde, an denen sich die Senioren aktiv beteiligen, war der Ausflug nach Idstein erwähnenswert. Dieser fand im Herbst statt.

Mit besinnlichen Versen stimmte uns der Nikolaus auf das Weihnachtsfest ein und damit ging auch für die Abteilung das Jahr 2010 zu Ende.

Hildegard Thies



Skiabteilung

Madesimo

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

Maiwanderung

Die traditionelle Maiwanderung führte uns auch in diesem Jahr wieder ins Dombachtal. Mit zahlreichen 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 bereits zum vierten Mal die Stempelstelle in Bad Camberg organisiert, die von einer Vielzahl von Radfahren passiert wurde. 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.

Saisonöffnungsfahrt nach Obertauern

Die diesjährige Saisonöffnung der alpinen Skifahrer fand zum dritten Mal in Obertauern statt.

Mittwochsturnen

Auch in 2010 hat wieder jeden Mittwoch die Gymnastik „Er und Sie“ in der TG Halle stattgefunden. Im Sommer 2010 hat Helmut Thies die Leitung der Mittwochsturner nach über 45 Jahren an Brigitte

Thies und Manfred Seegers übergeben. Die Skiabteilung bedankt sich auf diesem Wege bei Helmut Thies für sein langjähriges Engagement als Übungsleiter.

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 2010 bei allen Übungsleitern und Betreuern, die ohne Kurssystem, durchgehend und vor Allem ehrenamtlich für die Skiabteilung tätig sind. Des Weiteren danken wir denen, die bei uns noch ehrenamtlich helfen und mitarbeiten, sowie allen Spendern, die unsere Arbeit auch in diesem Jahr wieder unterstützt haben.

Willi Wecker jr.



Radelgruppe „freitagsabends“

Für die Radelgruppe „freitagsabends“ stand die Radelsaison 2010 ganz im Zeichen eines Jubiläumsjahres. 20 Jahre gemeinsames Radeln. Eine starke Gruppe, die meistens mit 28 – 34 Teilnehmern auf Tour geht. Auch das nötige Radelwetter stand immer auf der Seite der TG-Gruppe. Geselligkeit und die wichtigen Einkehrkurven stehen natürlich hoch im Kurs.

Im 20. Jahr des Bestehens unternahm die TG-Radelgruppe „Freitagsabends“ eine dreitägige Jubiläumstour durch die Pfalz. Ausgangsort war Guntersblum, wo man sich erst mit einem Busfrühstück stärkte. Die Tour verlief dann nach Worms, wo im Hagenbräu Mittagseinkehr war. Anschließend ging es weiter auf sehr gut angelegten Radwegen nach Freinsheim. In dem herrlichen Weinort bezogen die TG-Radler für drei Tage ihr Quartier.

Am zweiten Tag ging die Tour mit dem Radelbus zum 673 Meter hohen Kalmit. Eine herrliche Abfahrt stand dann bevor, durch St. Martin, Edenkoben bis Edesheim. Zurück nach Freinsheim ging es dann wieder durch die schönen Weinberge.

Am dritten Tag führte die erste Etappe von Freinsheim nach Speyer. Einkehr war nach 36 Kilometern in der Domhofbrauerei. Am Nachmittag radelte die Gruppe zurück bis Böhl-Ingelheim, wo schon der Radelbus wartete. Die Räder waren schnell verladen und es ging zum geselligen Abschluss nach Ungstein. Wie kann es in der Pfalz anders sein, die Einkehr war bei einem Winzer im Wolfbrunnen. Die Radelgruppe war in hervorragender Stimmung und freute sich über die schöne und gelungene, pannenfreie 3-Tagestour durch die Pfalz.

Zum Abschluss des Jubiläumsjahrs trafen sich die Freitags-Radler im September zum gemütlichen Beisammensein in der Turnerstubb. Hier gab Christa bekannt, dass sie die Führung der Radelgruppe nach 20 Jahren an Brigitte Gersfeld und Brigitte Lamp übergibt. Der Freitagabend bleibt also bestehen und die Touren gehen weiter.

Mit einer gelungenen Dia-Schau ließ man die Aktivitäten der Radelgruppe bei allen Radtouren in einem Rückblick auf die vergangenen 20 Jahre Revue passieren, und an einem rustikalen Büffet gestärkt verging der Abend wieder einmal viel zu schnell in bester Stimmung. Jetzt freut man sich schon auf die nächste aktive Radelsaison und ruft sich zu: „Bleib gesund und fit!“

Christa Schmitt



Kraftsport

Das Jahr 2010 war ein angenehmes Jahr in der Abteilung Kraftsport. Zu Beginn des Jahres war der Kraftraum sehr gut besucht. Im Schnitt kamen etwa 10 bis 12 Personen pro Monat. Im Sommer wurde der Kraftraum etwas weniger besucht.

Mit Simon Gugger haben wir einen Nachfolger für den abgesprungenen Mathias Heller gefunden. Auch Raimund Hartmann hat uns das Jahr 2010 sehr gut unterstützt, so dass wir die regelmäßige Öffnung des Kraftraumes gewährleisten konnten. Wir hoffen, dass er uns auch 2011 erhalten bleibt und uns weiter unterstützt.

Für das Jahr 2011 erhoffen wir uns, dass die gute Stimmung erhalten bleibt und der Kraftraum weiterhin gut besucht wird.

Schön wäre es, wenn es auch dieses Jahr wieder ein paar neue Anschaffungen (Hanteln, Geräte, etc.) gibt und es schnell mit dem neuen Kraftraum im Keller voran geht.

Julian Schmitt



Musikalische Früherziehung

Nach den Ferien haben Selina Lenz, Romina Pflüger und Judith Kregel die Leitung der musikalischen Früherziehung übernommen.

Nach einem erfolgreichen Wochenende in der Musikschule Schott sind wir mit einem neuen Konzept und vielen kreativen Ideen an den Start gegangen.

Dieser musikalische Bereich hat sich in den letzten Jahren stark entwickelt und wir bekommen in unserem Konzept immer Neuerungen die wir in die Früherziehung einbauen. Der Stundenablauf bleibt dabei gleich, während die Inhalte immer unterschiedlich und situationsabhängig sind.

In den Seminaren zu unterschiedlichen Themengebieten haben wir auch die Möglichkeit zu erfahren, was andere Vereine und bzw. Orchester für Kinder in diesem Alter anbieten.

Rhythmusgefühl und die Gehörbildung sind unsere Grundlagen für einen Start in die Musik.

Ebenso wie die Bewegung und unser eigenes Instrument, die Stimme, dürfen auf keinen Fall fehlen. Wenn sie uns samstags einmal besuchen möchten können Sie den Geräuschen folgen und sich ganz auf ihr Gehör verlassen.

Im nächsten Jahr werden wir zum ersten Mal beim Weltkindertag vom Kinderschutzbund auftreten. Es macht uns Freude den Kindern zu zeigen wie einfach „Musik“ ist und wie schnell man damit Brücken bauen und Hemmungen fallen lassen kann.

Hört einfach mal rein.

Selina, Romina und Judith



Blockflötengruppe

Als neue Gruppenleiterin der Blockflötengruppe ist es für mich sehr interessant zu sehen wie man Kinder mit einem „kleinen“ Instrument begeistern kann. Die einfache Griffweise bei der Blockflöte und eine kleine Gruppenstärke ermöglichen uns einen schnellen Erfolg im Erlernen von Noten.

Es macht mir viel Spass die Kinder dabei zu begleiten und sie musikalisch zu unterstützen.

In den zwei Jahren die die Kinder mit der Blockflöte spielen wird der Schwierigkeitsgrad langsam steigen.

Zu Beginn werden die Noten an einfachen Stücken oder Kinderliedern erlernt. Das Tempo ist noch langsam und einfach mitzuspielen. Die Griffweise liegt im ersten Halbjahr nur auf der rechten Hand, im zweiten Halbjahr dann auf beiden.

Im zweiten Jahr wird das Niveau dann gesteigert. Unterschiedliche Rhythmen und einige Tonleitern kommen hinzu. Im Zusammenspiel erarbeiten wir moderne Popstücke oder Lieder aus Filmen und Musicals. Das ist manchmal etwas schwierig, denn nicht jeder spielt gleich schnell oder gleich laut. Gemeinsam und mit Freude an der Musik erarbeiten wir den Stoff spielerisch, aber auch mit Ehrgeiz. Ich freue mich auf ein neues Jahr mit den Blockflötenkindern.

Lara Hofmann



Schülerorchester

Das Orchester

Seit vor etwa 5 Jahren das Schülerorchester von Eva Schermuly gegründet wurde, ist dieser Teil des Blasorchesters zu einem unverzichtbaren Teil in der Ausbildung der Orchestermusiker geworden. Hier können Musiker - die etwa 1 bis 1,5 Jahre Instrumentalunterricht erhalten haben - das erste Mal mit anderen Musikern Erfahrung in einer Orchestergruppe sammeln. An dieser Stelle ein riesen Dankeschön an Eva Schermuly für den geleisteten Einsatz und die Aufbauarbeit im Orchester. Ohne Dich gäbe es diese Möglichkeit nicht - Danke.

Die Musiker

Aktuell spielen 13 Musiker zusammen im Schülerorchester. Hier lernen die Orchesterneulinge von denen, die bereits im letzten Jahr mitspielen durften. Da fällt es doch viel leichter, sich mit den Unterschieden zum Instrumentalunterricht zurecht zu finden - Seien es die Noten, die Mitmusiker oder gar ein Dirigent. Das sind alles neue Sachen, die auf die Mädels und Jungs zukommen, aber durch ein gutes Beispiel lernt man bekanntlich am schnellsten und es macht super viel Spaß. Schon nach ein paar Proben ist es dann so, als wäre es schon immer so gewesen.

Der Dirigent

Bereits über 40 Jahre in der TG Camberg zuhause, hat Georg K. Noll vor etwa 35 Jahren im Musikzug - dem jetzigen Blasorchester - die Posaune für sich entdeckt, welche er seit diesem Zeitpunkt im Orchester spielt. Weitere musikalische Erfahrung sammelte er unter anderem in über 20 Jahren in der Bundes Big Band des Deutschen Turnerbundes, der legendären BuBiBand unter Theo Ehatt und 13 Jahre als Posaunist im sinfonischen Landesblasorchester unter wechselnden Dirigenten wie zum Beispiel Heinz Friesen, Philip Sparke, Pierre Kuypers und Henk van Linschoten. Das Schlagzeug

und die Percussion im Schüler- und Jugendorchester sind ein weiteres Steckenpferd. Seit Mitte 2010 ist er aktiv als musikalischer Leiter des Schülerorchesters.

Die Auftritte

Aller Anfang ist schwer. Wer das sagt, der hat noch nichts gemacht, was wirklich richtig Spaß macht. Die Musik im Schülerorchester macht den jungen Musikern so viel Spaß, dass schon nach wenigen Proben richtig gute Ergebnisse vorgewiesen werden können. Klar, jeder muss üben und sich in der neuen Umgebung zurechtfinden, aber die Freude an der Musik rechtfertigt alle Arbeit und jeden Aufwand. Die daraus resultierenden Ergebnisse können sich sehen beziehungsweise hören lassen. Bereits der erste öffentliche Auftritt zur Eröffnung des Weltkindertages am 26. September 2010 wurde ein gefeierter Erfolg. Es war wirklich kaum zu glauben, dass die Musiker erst zwei Monate zusammenspielen. Stücke wie „May it be“ oder Melodien aus dem Film „Forrest Gump“ mit Tom Hanks kamen beim Publikum gut an. Weitere Erfahrung konnten die Musiker bei Auftritten zu den Martinsumzügen und bei der Nikolausfeier der TG sammeln, die zusammen mit dem Jugendorchester absolviert wurden. Auch diese Auftritte sind wichtig, denn hier werden die ersten Kontakte zum Jugendorchester geknüpft und da wollen ja alle ebenfalls - vielleicht schon im nächsten Jahr - mitspielen.

Georg Noll



Jugendorchester

Im Frühjahr 2010 begannen wir unser musikalisches Jahr mit einer „nichtmusikalischen“ Aktion, nämlich der Wanderung, gemeinsam mit dem Blasorchester, durch den Camberger Stadtwald bis zur Reithalle, in der wir gemeinsam aßen und tranken und einen sehr schönen Abend hatten.

An Fastnacht unterstützten die älteren Musiker des Jugendorchesters dann das Blasorchester bei den Umzügen, damit diejenigen, die nach den Sommerferien dann ins „große“ Orchester wechseln schon einmal Kontakt zu den Musikern aufnehmen können.

Auch in diesem Jahr nahmen wieder Musiker aus unseren Reihen erfolgreich am Jugendleistungslehrgang in Affhöllerbach teil. Diese Musiker waren: Selina Lenz, Maiko Arndt-Engelbart, Lara Hofmann und Johanna Muth.

Natürlich durfte in diesem Jahr das traditionelle Jahreskonzert der Musikabteilung nicht fehlen. Das Jugendorchester beteiligte sich mit drei Stücken, unter anderem der bekannten Peer-Gynt-Suite von Edvard Grieg an diesem Konzert.

Am zweiten Mai nutzten wir die sportliche Gelegenheit und nahmen mit einer kleinen Abordnung am Fahrradsonntag des Goldenen Grunds teil.

Am 13. Juni 2010 fand in der TG-Halle in der Jahnstraße unser jährlicher Jugendmusiktag statt. Hier stellen sich alle Nachwuchsgruppen der Musikabteilung und natürlich auch das Jugendorchester vor. Viele Jugendlichen halfen im Anschluss auch bei der Vorstellung der verschiedenen Instrumente für die interessierten Kinder und deren Eltern.

Zum Einläuten der Ferien lud uns Helmut Arendt zu sich in seinen Garten zum Grillen ein. Der Abend war wie immer sehr lustig und unterhaltsam. An dieser Stelle möchten wir uns bei Helmut und Karin für die Gastfreundschaft bedanken und wir freuen uns auf die nächste Grillparty.

Etwas besonderes im vergangenen Jahr war das Probewochenende in der Gießener Jugendherberge. Nachdem wir freitagsabends und samstagsmorgens probten, packten wir nach dem Mittagessen unsere Taschen und zogen los ins Stadtschwimmbad. Danach hatten wir noch eine Menge Spaß auf dem benachbarten Rummelplatz. Leider gab es durch die wilden Fahrten mit den Breakdancern und den Autoscootern einige „Durchgeschüttelte“ und die Probe am Abend fiel eher kurz aus...

Sonntags reisten wir dann, natürlich nach einer letzten Probe wieder in die Heimat, alle müde, aber gut vorbereitet auf das anstehende Filmmusikkonzert im November.

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

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

Dann war es endlich soweit und der Höhepunkt des Jahres 2010 konnte kommen. Unser erstes eigenständiges Konzert stand vor der Tür. Am 27. November 2010 belagerten wir das katholische Pfarrheim in Bad Camberg und luden zum Filmmusikkonzert ein. Der Erfolg des Abends war überwältigend. Denn nicht nur, dass der Saal brechend voll war, das Publikum klatschte auch begeistert nach all den schönen Melodien und Stücken, die es zu hören bekam. An dieser Stelle geht der Dank an alle Helferinnen und Helfer, vor, auf und hinter der Bühne. Auch an das Pfarrbüro in Camberg geht der Dank für Gastfreundschaft und die tolle Kooperation. Im nächsten Jahr, also 2012, ist ein weiteres Konzerthighlight geplant, diesmal vielleicht mit Musicalmelodien.

In der Weihnachtszeit spielten wir dann noch beim VdK auf der traditionellen Weihnachtsfeier und erstmals beim Verein der Briefmarkenfreunde Bad Camberg ein paar Weihnachtslieder.

Im nächsten Jahr wird natürlich fleißig weitergeübt. Nicht nur das Jahreskonzert wird uns wieder Gelegenheit geben, unser musikalisches Können zu zeigen, sondern auch ein erneut geplantes Jugendkonzert im Herbst, gemeinsam mit Würges, ist angedacht.

Mathias Müller



Blasorchester

Mein Name ist Barbara Wenz, als Nachfolgerin von Iris Schmidt habe ich die Abteilungsleitung im Blasorchester übernommen. Zu Beginn des Jahres ist das Blasorchester zum Probewochenende nach Bad Marienberg gefahren. Mit viel Engagement und Spaß haben wir uns auf das Jahreskonzert im April vorbereitet. Mit Stücken aus verschiedenen Musikrichtungen wurde ein abwechslungsreiches Konzertprogramm erstellt. Zusammen mit dem Schüler- und dem Jugendorchester war der musikalische Erfolg zu hören und die Begeisterung zu sehen.

Im Mai hat uns der Männergesangverein aus Schwickershausen engagiert um bei der Ehrung verdienter Mitglieder und Jubilaren den Nachmittag mitzugestalten.

Neben dem Jugendmusiktag im Juni und dem Kreuzkapellenfest wurde nach den Ferien auch wieder am Höfefest gespielt. Im September hat uns das Orchester aus Dauborn zum Gautreffen eingeladen. Zusammen mit sechs Gastorchestern haben wir das Jubiläum des Dauborner Marktes musikalisch umrandet. Bei diesen Treffen besteht für uns die Möglichkeit auch andere Orchester und neue Musiker kennenzulernen und in geselliger Runde zu feiern.

Im gleichen Monat haben auch wir erstmalig unser traditionelles Kurkonzert durchgeführt, das ansonsten in der Weihnachtszeit stattfindet. Unter dem Motto „Oldies“ waren viele bekannte aber auch neu eingespielte Stücke dabei.

Ein wichtiger Bestandteil beim Zusammenwachsen des Jugendblasorchesters und des Blasorchesters war unsere erste „offene Probe“ im November. Unser Dirigent aus dem Jugendblasorchester, Mathias Müller, hatte aus Rock/Pop sowie aus der klassischen Literatur leichte Stücke ausgewählt die wir zusammen gespielt haben. Leider haben wir mit dieser Aktion keine neuen Musiker gewinnen können.

Die Nachwuchsarbeit ist für uns ein ganz wichtiger Bestandteil um als Orchester weiterzubestehen und Jugendliche in die Orchestergemeinschaft zu integrieren. Nicht zu vergessen sind dabei auch unsere Nachwuchsgruppen aus der musikalischen Früherziehung den Blockflöten und dem Schülerorchester. Nach den Ferien haben alle drei Gruppen neue Übungsleiter bekommen, die engagiert ihre Aufgabe meistern.

Auch in diesem Jahr beginnen wir mit einem Probewochenende und freuen auf neue Musiker. Auf ein erfolgreiches Jahr 2011.

Barbara Wenz



Integrationsturnen

Das Integrationsturnen der Turngemeinde findet in Kooperation mit den Kindergärten und der Freiherr-von-Schütz Schule statt. Das Angebot umfasst zwei Gruppen, die jeweils einmal wöchentlich zum Turnen in die Halle der Turngemeinde kommen.

Die Integrationsgruppe am Dienstag besteht aus Kindern der Kinderoase und Kindern der Vorgruppen der Freiherr-von-Schütz Schule, die am Mittwoch setzt sich aus Kindern des katholischen Kindergartens und Kindern der Vorgruppen der Freiherr-von-Schütz Schule zusammen. Die Turnstunden finden jeweils von 10:30 bis 11:30 Uhr statt. Das Alter der Kinder beträgt in der Regel zwischen 3 und 6 Jahren.

Der Schwerpunkt der Turnstunden besteht darin, die Entwicklung und Verbesserung der motorischen Grundfähigkeiten zu fördern. Dies soll unter anderem durch den Umgang mit Kleingeräten oder kleinen Aufwärmspielen zu Beginn der Turnstunde erreicht werden und gibt den Kindern nicht nur die Möglichkeit voneinander zu lernen sondern auch Probleme miteinander zu lösen.

Nach dem Aufwärmen wird häufig eine Bewegungslandschaft aufgebaut. Hierbei müssen die Kinder einen Parcours aus Kletterwänden oder Mattenbergen bewältigen, an Seilen schwingen, über Wackelbrücken laufen oder über den Schwebebalken balancieren.

Im Mittelpunkt der Turnstunden steht neben der Entwicklung der motorischen Grundfähigkeiten der soziale Umgang miteinander. Die Kinder können durch das Integrationsturnen neue Freundschaften schließen und lernen mit anderen Kindern rücksichtsvoll umzugehen, die (z.B. durch eine

Behinderung) anders sind als sie. Aufgrund der großen Begeisterung mit der die Kinder am Integrationsturnen teilnehmen und der zu beobachtenden positiven Entwicklung der motorischen Fähigkeiten und sozialen Kompetenzen der Kinder im Rahmen der Integrationsturnstunden sollte dieses Angebot auch in Zukunft besondere Aufmerksamkeit genießen.

Ann-Kathrin Schmidt
Felix Rutkowski



Kleinkinderturnen (Alter 3-6 Jahre)

Die zivifreie Zeit hat Christiane netterweise bis zu den Sommerferien überbrückt und es hat richtig Spaß gemacht, zwei Übungsleiter die sich zusammen Gedanken machen und die Verantwortung teilen. Christiane hat wieder Spaß bekommen und gemerkt, daß sie uns doch vermißt hat und ihre drei Gruppen freitags nach den Sommerferien wieder übernommen, was für mich eine enorme Entlastung war, da ich wieder halbtags im Büro einen Job gefunden habe. Wenn es bei Christiane beruflich mal nicht klappen sollte, habe ich ihr versprochen, Vertretung zu machen. So ist ihr die Entscheidung nicht schwer gefallen und wir freuen uns alle sehr darüber.

Durch die doppelte Unterstützung von Felix und Anni ist es jetzt auch sichergestellt, daß wir schwierige Stationen optimal beaufsichtigen können und Hilfestellungen geben können, bei Kindern, die nicht so sicher beim Turnen sind.

Wir haben viele schöne Turnstunden im vergangenen Jahr hinter uns gebracht und freuen uns immer wieder, wenn die Kinder – natürlich naß geschwitzt – die Halle verlassen, ausgeglichen und fröhlich sind. Es ist wichtig, daß ALLE mit Spaß bei der Sache sind!!!

Rosy Lühr

Nach den Sommerferien 2010 habe ich die Tätigkeit als Übungsleiterin bei der TG wieder aufgenommen, und leite gemeinsam mit Anni (FSJ) und Felix (Zivi) das „Kleinkinderturnen“ am Freitag. In den drei Gruppen turnten im Jahr 2010 bis zu dreizehn Kindern im Alter von drei bis sechs Jahren. Inhalte der Stunden im letzten Jahr 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, Luftballon..) und Beendigung der Stunde mit dem Singen des Liedes „Alle Leut’, alle Leut’, gehen jetzt nach Hause“.

Christiane Martin



Eltern-Kind-Turnen

Wir hatten wieder viele schöne Stunden mit den kleinen Kindern, die mit Oma, Opa, Tagesmutter, Tante oder auch Mama und Papa kamen.

Meine Angst vom letzten Jahr im Bezug auf Zivis hat sich ja noch nicht bestätigt, ganz im Gegenteil. Wir sind sogar doppelt besetzt. Zivi Felix hat netterweise sogar seine Zeit auf neun Monate verlängert und wir haben für ein Jahr unsere „kleine“ Anni bekommen. Ich finde es ganz toll, so super unterstützt zu werden. Die beiden haben sich gut eingefügt und sind mir und sicher auch den anderen Übungsleitern tolle Hilfen.

Schade ist, daß die Kinder zum Teil schon mit zwei Jahren in den Kindergarten gehen können. Das heißt für mich, daß sie nicht mehr in die Vormittagsgruppen kommen können und für die Nachmittagsgruppen noch zu klein sind. Wir Übungsleiter haben uns auch schon Gedanken darüber gemacht und wollen eventuell donnerstags bei Corinna eine Gruppe für die Kleinsten Kindergartenkinder gründen. Eine Warteliste besteht schon, es müssen nur noch Nägel mit Köpfen gemacht werden. Wir haben testweise auch schon probiert, die zweijährigen zu den Kindergartenkindern zu nehmen, aber das war keine gute Entscheidung. Der Altersunterschied ist zu groß von 2 bis 6 Jahren. Die Großen werden zu sehr gebremst von den Kleinen und die Kleinen sind total überfordert. Ich hoffe, daß es bald eine eigene Gruppe für die Kleinsten geben wird.

Rosy Löhr



Kindertanzen

Das Jahr 2010 war ein schönes Jahr für die Tanzabteilung. Wir hatten viel Spaß im Training und die Gruppen platzen aus allen Nähten. Trotzdem habe ich immer noch keine Wartelisten und wer tanzbegeistert ist, kann gerne dazu stoßen und mitmachen.

Erste große Gelegenheit war wieder das Spielfest der TG in diesem Jahr, bei dem sich alle Gruppen präsentieren konnten.

Leider habe ich es dieses Jahr nicht geschafft mehr Auftritte an Land zu ziehen, will mich aber nächstes Jahr mehr damit beschäftigen.

Selbst mit Babybauch konnte man mich nicht vom Training fernhalten und ich habe noch bis zur letzten Woche alle Tänze mitgemacht. Unsere letzte Trainingseinheit war der 28. September und nur eine Woche später erblickte Tessa Alicia das Licht der Welt.

Nach nur 5 Wochen Babypause waren wir dann alle wieder in der Halle vereint und konnten uns auf die Nikolausfeier vorbereiten. Dort haben dann die Dancing Girls gezeigt, was in ihnen steckt. Unsere Kleinsten haben sich den Turnkindern angeschlossen und die Großen mussten diese Jahr mal aussetzen.

Ich wünsche allen ein gutes Jahr 2011 und freue mich schon auf die nächste Saison.

Corinna-Annabell Körner



Sport und Bewegung bei Diabetes

Das Jahr 2010 war sportlich und gesellig wieder sehr abwechslungsreich.

Bei den Übungsabenden war regelmäßig eine große Teilnehmerzahl anwesend.

Wie in den vergangenen Jahren beginnt die Sportgruppe das neue Jahr mit einem gemeinsamen Neujahrs-Essen in der Turnerstubb.

In der Sommerhitze wurden einige Übungsabende in den Kurpark verlegt, das Wassertretbecken wurde als willkommene Abkühlung in den Übungsablauf mit einbezogen. Der Grillnachmittag und der Tagesausflug, in diesem Jahr eine Schiffstour auf dem Main nach Seligenstadt, sind inzwischen ein fester Bestandteil im Sportjahr.

Zum geselligen Teil des Jahres zählt, wie in den letzten Jahren auch, die 4-Tagestour der Gruppe. Diesmal ging die Fahrt ins Allgäu. Das Hotel König Ludwig in Schwangau war der Ausgangspunkt für unsere Unternehmungen, wie Besichtigung des Schlosses Hohenschwangau, eine Wanderung, z.T. im Schnee, eine Pferdekutschen-Fahrt rund um Schwangau, sowie die Besichtigung einer Käseerei. Die tägliche Wassergymnastik im Hotelschwimmbad war der Abschluss des aktiven Tagesprogramms. Der anschließende „gemütliche Tagesabschnitt“ ging auch noch nach dem Abendessen in geselliger Runde weiter.

Susanne Knobloch-Müller



Brustkrebssportgruppe

Die Brustkrebssportgruppe, die seit September 2009 besteht, hatte am 4. November 2010 zu einem Vortrag mit Herrn Dr. med. Peter Scheler, Chefarzt des Brustzentrums Limburg eingeladen. Der Vortrag „Nachsorge nach Brustkrebs und neue Medikamente“ war ein voller Erfolg. Zahlreiche Zuhörer/innen waren der Einladung gefolgt. Sehr behutsam und mit grossem Fachwissen informierte Dr. Scheler über dieses Thema und ging sehr geduldig auf die Fragen der Zuhörer/innen ein.

Er begrüßte das Engagement der Sportgruppe, das auch einen Teil der Kurse zur Nachsorge darstellt. Das Angebot von Dr. Scheler eine Veranstaltung zu einem anderen Thema zu organisieren, fand sehr grossen Zuspruch, so dass bald wieder mit einem profunden Vortrag bei der Turngemeinde gerechnet werden darf..

Pia Gewehr



Rückentraining

Wie seit vielen Jahren trainierten wir auch 2010 wieder freitags morgens in der TG-Halle. Bei Übungen mit und ohne Handgeräten, Spielen und auch bei Entspannungsübungen waren alle mit Freude dabei. Zum gemeinsamen Weihnachtsfrühstück trafen wir uns in der Turnerstubb.

Ingrid Enzmann



Kurs: Qigong

Auch im Jahr 2010 übten wir im Evangelischen Gemeindehaus Bewegtes- und Stilles Qigong. Bekanntes wurde vertieft und Neues dazugelernt. Die Zweite Qigong Gruppe übt vorwiegend Stilles Qigong. Hier können auch Menschen teilnehmen die körperlich eingeschränkt sind.

Im Sommer verbrachten wir mit einer kleine Gruppe ein tolles Qigong-Wochenende in München. Beim Seminar mit Großmeister Zhi Chang Li sammelten wir neue Qigong-Erfahrungen und hatten viel Spaß beim Stadtbummel.

Zum Jahresausklang trafen wir uns wie jedes Jahr zum gemeinsamen Frühstück.

Ingrid Enzmann



Kurs: Rehasport Orthopädie

2010 betreuten wir 6 Rehasportgruppen. Fünf Gruppen trainieren in der Turnhalle der Hohenfeldklinik und eine in der TG Halle. Wir sind fast immer „ausgebucht“ und müssen zeitweise Wartelisten anlegen. Es macht uns Freude zu sehen, dass die richtige Bewegung den Teilnehmern oft große Erleichterung bringt. Der einzige Wermutstropfen ist der viele „Papierkram“ mit den Krankenkassen.

Ingrid Enzmann und Rita Kulzer-Weidenbach



Kurs: Fitness- und Krafttraining für Frauen

35 Teilnehmerinnen im Alter zwischen 30 und 70 Jahren nahmen im Jahr 2010 das Kursangebot an (durchschnittlich 16 Teilnehmerinnen pro Kurs). Es fanden drei Kurse a 10 Einheiten des Übungsangebotes unter der Leitung von Maria Stillger mittwochs 19:15 bis 20:45 Uhr statt.

Kräftigungsübungen in der Halle auf der Matte (30-40 minütig) folgt ein individuelles Training nach Bedürfnissen und Schwerpunkten an den Geräten im Krafraum.

Ziel ist es, Stabilität und Beweglichkeit sowie Koordination und Körpergefühl zu fördern.

Wer einmal ‚schnuppern‘ möchte, kann dies trotz festem Teilnehmerstamm und obwohl die Kapazität im Krafraum für eine Teilnahmebegrenzung sorgt, jederzeit nach vorheriger Absprache tun.

Maria Stillger



Kurs: Fitnessgymnastik

Auch im Jahre 2010 verlief unsere allwöchentliche Fitnessgymnastik wieder wie immer. Bei allwöchentlichem, schweißtreibenden Training, Dienstags von 9:15 Uhr bis 10:15 Uhr, fanden sich regelmäßig zwischen 15 und 23 Teilnehmer/innen ein. Bei einer gemütlichen Weihnachtsfeier in der Turnerstubb ließen wir das Jahr ausklingen.

Interessierte sind zu diesem Kurs herzlich willkommen und können jederzeit einsteigen. Der Kurs, der mit dem Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ ausgezeichnet ist, wird von den Krankenkassen bezuschusst.

Pia Gewehr



Kurs: Gesundes Fit-Sein

Auch im Jahr 2010 haben wir wieder viel für unser Wohlbefinden, unsere Beweglichkeit und unsere allgemeine Gesundheit getan.

Zur Zeit hat die Gruppe eine überschaubare Größe von circa 14 bis 15 Teilnehmerinnen.

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.

Da wir nun seit 10 Jahren gemeinsam trainieren, haben wir anlässlich dieses Jubiläums im Sommer einen Tagesausflug nach Bad Nauheim zur Landesgartenschau gemacht. Es war sehr schön, sehr heiß und auch kalorienreich - aber das turnen wir uns irgendwann wieder ab!

Zur Erreichung unserer gesundheitlichen Balance mit Beeinflussung von Körper, Geist und Seele führen wir einen Gymnastik- und Entspannungs-Mix durch. In der ersten halben Stunde kommen leichtere Ausdauer-Elemente aus dem Bereich der Aerobic-Schrittkombinationen oder Training auf dem Aero-Stepper, mit Pezzibällen, dem Swingstab, Stäben, Bällen, Therabändern oder Hanteln zum Tragen. Rücken- Bauch-Beine-Po-Kräftigungen und entsprechendes Dehnen folgen. Ganz wichtig sind uns auch die Übungen zur Körperwahrnehmung und Relaxation aus der Progressiver Muskelentspannung, Qi Gong, Eutonie, Tennisballmassagen sowie unsere Atemübungen. Als Physiotherapeutin treffe ich natürlich auch die Übungsauswahl unter dem Aspekt der Gesundheitsbildung- und -erhaltung.

Insbesondere wollen wir auch eine bessere Beweglichkeit des Kopfes und der Schulter-Nacken-Region berücksichtigen. Dies macht sich beim Autofahren und anderen Alltagsbewegungen sowie in der Schmerzreduktion bemerkbar.

Nach unserer wohltuenden Anstrengung genießen wir den einsetzenden Entspannungseffekt, der sich sowohl auf körperlicher wie auch auf seelisch-mentaler Ebene auswirkt.

Jeder Neuzugang ist uns willkommen. Wir freuen uns!

Rita Barth



Kurs: Wirbelsäulengymnastik

Die Wirbelsäulengymnastik findet immer dienstagabends statt. Ab 18 Uhr gibt es den Kurs in der Turnhalle der Freiherr-v.-Schütz-Schule. Die kompakte Gruppe hat noch Plätze frei. Insbesondere auch für Senioren ist die Stunde des Körperhaltapparates geeignet. Das gesundheitsschonende Training ist abwechslungsreich. Ein Umstand, der besonders misslich war, bestand in der kurzfristigen Renovierung des Hallenbodens bei der Freiherr-von-Schütz-Schule.

Wir mussten zweimal die Lokalität wechseln, was auch für die Gruppe von Nachteil war. Am Ende der Kurse wird gemeinsam Essen gegessen.

Wenn Platz und Interesse vorhanden, könnte auch vormittags ein Kurs 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 statt. 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, wie z.B. Rückenschmerzen durch systematisches und abwechslungsreiches Training vorgebeugt. Je mehr Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit trainiert wird, desto leichter fallen die körperlichen Belastungen im Alltag und Beruf. Hier trainiert die gemischte Gruppe

mit Sportgeräten wie Therabändern, Hanteln, Bällen, Stäben, Stepper/Aerostepper. Die Stärkung der Tiefenmuskulatur durch sensomotorisches Training macht den Teilnehmern viel Spaß und die Trainingseffekte durch das „Gewackel“ sind beachtlich.

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

- Rückengerechtes Verhalten im Alltag und beim Sport
- Hinführung zum Ausdauertraining
- Ausdauerzirkel
- Koordinationstraining mit Aerostepper

Die stetig wachsende Teilnehmerzahl zeigt, dass das Interesse an der TG und dass der Spaß an abwechslungsreicher Bewegung groß geschrieben wird.

Zum Jahresabschluss haben wir beim gemütlichen Beisammensein in der Turnerstubb das Jahr Revue passieren lassen.

Irene und Wolfgang Raatz



Kurs: Ganzheitliches Lauftraining

Das ganzheitliche Lauftraining findet von November bis März 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, aber auch mit viel Spaß gearbeitet.

Um unsere Wirbelsäule zu stabilisieren, wird die Rumpfmuskulatur durch gezielte Trainingseinheiten gestärkt. Einen großen Schwerpunkt hat das Koordinationstraining mit der Laufschiule und dem Lauf ABC. Diese regelmäßig durchgeführten trainingsbegleitenden Maßnahmen (Kraft-, Koordination- und Beweglichkeitstraining) unterstützen uns, einen ökonomischen Bewegungsablauf zu erlangen. Somit können wir den orthopädischen Problemen vorbeugen. Das Kursende im März haben wir bei einem gemütlichen Abendessen in der Reiterhalle verbracht und die Teilnehmer gestärkt und motiviert in die Lauf, Walking und Nordic Walking Saison entlassen.

Irene und Wolfgang Raatz



Kurs: G.U.T. – XXL Fitness, Rundum fit mit Bewegung und Ernährung

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, Hanteln und Gymnastikbällen, Einführung Walking – Nordic Walking, Dehn und Entspannungsübungen.

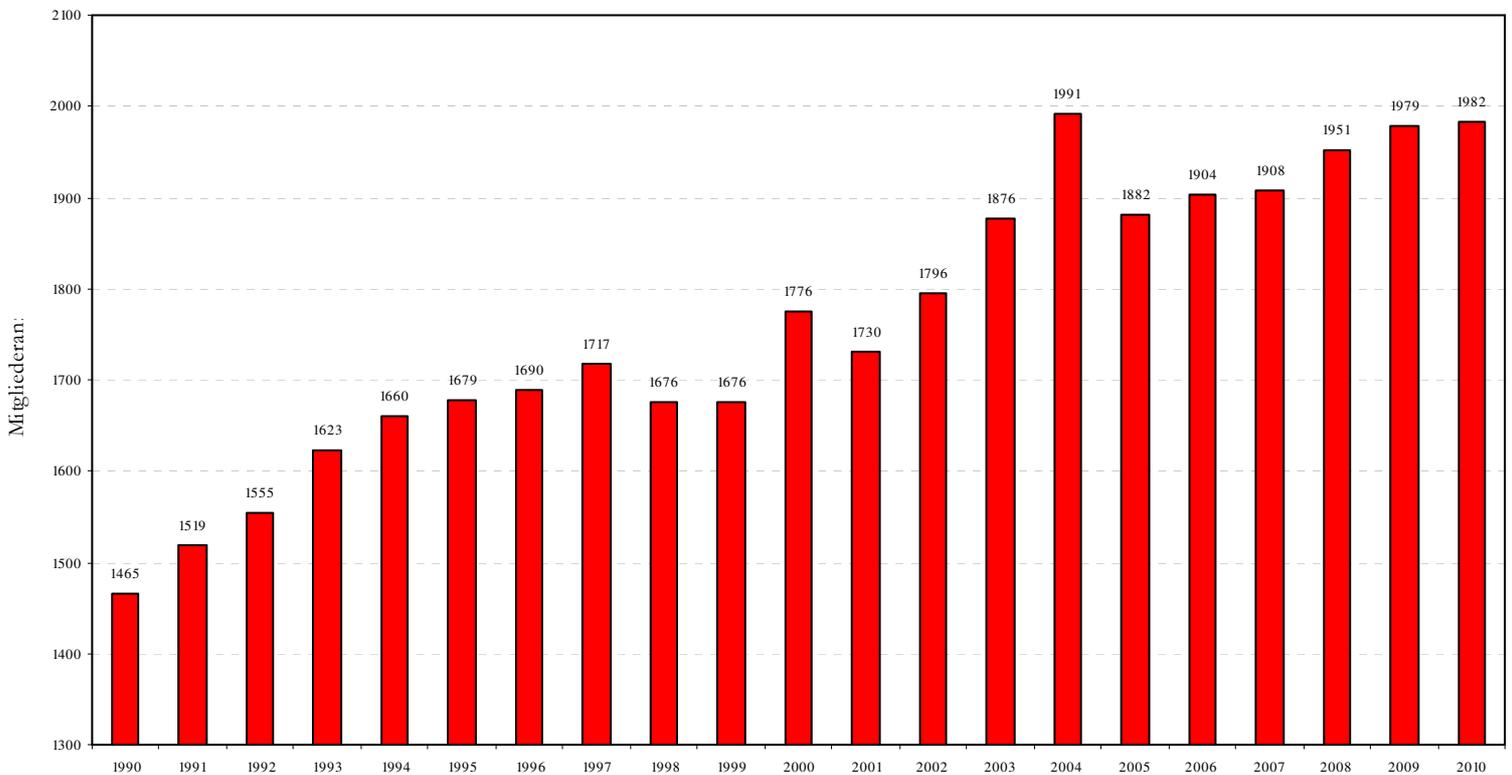
Der XXL Fitness Kurs findet donnerstags, von 9:00 bis 10:30 Uhr in der Turnerstubb statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 12 Personen.

Irene Raatz



Mitgliederbewegung der Turngemeinde Camberg 1848 e.V.

Der Mitgliederzahl der Turngemeinde Camberg beträgt zum Stichtag 1. Januar 2011 genau 1982 Mitglieder. Das ist ein Plus von 0,2 % gegenüber dem Vorjahr und bedeutet erneut den zweithöchsten Mitgliederbestand seit Bestehen der Turngemeinde. Nur zum Stichtag 1. Januar 2005 konnte mit 1991 Mitgliedern ein höherer Mitgliederstand ausgewiesen werden. Legt man die Zahlen aus dem Vorjahr zu Grunde, so erhöhte sich die Mitgliederzahl um 3 Personen, wobei die Zahl der männlichen Mitglieder um 1 auf 840 (42,4 %) sank und die der weiblichen Mitglieder um 4 auf 1142 (57,6 %) stieg. Insgesamt wurden 353 Mitgliederbewegungen, das ist ein Anstieg um 55 im Vergleich zum Jahr 2009, verzeichnet. 178 Eintritten steht die Zahl von 175 Austritten gegenüber. Dies verdeutlicht einmal mehr den immensen Verwaltungsaufwand hinsichtlich der Mitgliederbestandspflege. 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 01.01.2011 die nachfolgenden Zahlen für die sieben Altersgruppen aus:

Mitgliederstatistik TG Camberg 1848 e.V. für das Jahr 2010					
Altersklasse	männlich	weiblich	gesamt	Vorjahr	Anteil
bis 6 Jahre	96	108	204	223	- 8,5 %
7 bis 14 Jahre	197	251	448	436	+ 2,8 %
15 bis 18 Jahre	63	79	142	144	- 1,4 %
19 bis 26 Jahre	87	67	154	153	+ 0,7 %
27 bis 40 Jahre	69	146	215	230	- 6,5 %
41 bis 60 Jahre	199	291	490	484	+ 1,2 %
über 61 Jahre	129	200	329	309	+ 6,5 %
Summe	840	1142	1982	1979	+ 0,2 %
Vorjahr	841	1138	1979		
Veränderung	- 0,1 %	+ 0,4 %	+ 0,2 %		
Vereinssumme	42,4%	57,6%			

Betrachtet man sich die einzelnen Altersgruppen aus der Mitgliederstatistik genauer, so hat sich bei den bis 6-jährigen Kindern ein negativer Trend eingestellt. Hier ist nach den vergangenen beiden Jahren erneut ein Rückgang zu verzeichnen. Die Altersgruppe ging um 19 Kinder auf jetzt 204 Kinder zurück und verzeichnet mit Minus 8,5 % den größten Rückgang aller Altersgruppen.

Die Altersgruppe der 7 bis 14-jährigen profitiert weiter von der hervorragenden Basisarbeit und kann, seit dem Stichtag 1. Januar 2008 von damals 391 Kindern, auf jetzt 448 Kinder zulegen.

Die Gruppe der 15 bis 18-jährigen weist seit Jahren den konstantesten Mitgliederbestand auf. Die Mitgliederzahl bleibt, bei leichten Verlusten (-1,4 %), stabil bei 142.

Die Altersklasse der 19 bis 26-jährigen legt erneut leicht zu. Seit dem 1. Januar 2007 wuchs die Mitgliederzahl stetig von 126 auf jetzt 154 Personen.

Das „Problemkind“ der Turngemeinde ist nach wie vor die Altersgruppe der 27 bis 40-jährigen. Gegenüber dem Vorjahr ging die Mitgliederzahl um 15 auf 215 zurück, das entspricht einem Minus vom 6,5 %. Vergleicht man die aktuelle Mitgliederzahl von 215 mit den Zahlen aus dem Jahr 2004, so verzeichnet die Altersgruppe seitdem ein Minus von 39,3 % bzw. 139 Mitglieder.

Die nach wie vor mitgliederstärkste Gruppe der Turngemeinde sind die 41 bis 60-jährigen. Die Gruppe zählt jetzt 490 Personen und legt um 1,2 % bzw. 6 Personen zu. Im kommenden Jahr könnte somit erstmals eine Altersgruppe die Zahl von 500 Mitgliedern überschreiten.

Den größten Zuwachs aller Altersklassen mit 20 Personen (+6,5 %) können die über 61-jährigen verbuchen. Die Gruppe wächst seit Jahren und zählt zum Stichtag 329 Mitglieder,

Die Zahl aller Kinder und Jugendlichen im Verein fiel um 9 und beträgt nun 794 Mitglieder, das sind 40,1 % der Vereinsmitglieder.

Erik Nicklas

Einladung

zur ordentlichen Mitgliederversammlung der Turngemeinde Camberg 1848 e.V.

am Samstag, den 19. März 2011, 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
 - stellv. Vorsitzender (GfV) / Veranstaltungen
 - stellv. Vorsitzender (GfV) / Bauwesen
 - Vorstandsmitglied (GfV) / Finanzen
 - Vorstandsmitglied / Öffentlichkeitsarbeit
 - Vorstandsmitglied / Wirtschaftsbetrieb
 - Vorstandsmitglied / Wirtschaftsbetrieb
 - Vorstandsmitglied / Blasorchester
 - Vorstandsmitglied / Freizeitsport
 - Rechnungsprüfer
 - Bestätigung der Abteilungsleiter und der Fachwarte
- 8) Termine und Veranstaltungen
- 9) Anträge – diese sind gemäß § 9, Abs. 6 der Satzung bis spätestens 5. März 2011 beim Vorsitzenden oder einem der Stellvertreter in schriftlicher Form einzureichen.

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.

Stefan Schütz
- Vorsitzender -

Bad Camberg, im Februar 2011