



Blau-Gelb

Nachrichten der
Sportgemeinde 1886 e.V.
Weiterstadt

Nummer 4

Tel: 06 9 0 0 0 0

4h rgang · Dezember 4

email: v rwaltung@sg-weiterstadtd e

D 4

Liebe Vereinsmitglieder und Sportfreunde,

wieder neigt sich ein ereignisreiches Jahr dem Ende entgegen.

Wie auch schon in den vergangenen Jahren haben wir, neben den sportlichen Erfolgen, auch in anderen Bereichen wieder viel erreicht (Umbau Sauna, Umbau Küche im Aulenberg, Ausstattung Fitnessstudio, Renovierung Bistro und vieles mehr).

Wir wünschen Euch und Euren Familien eine frohe und besinnliche Weihnachtszeit und für das Jahr 2016 viel Gesundheit, Schaffenskraft und dass alle gesteckten Ziele in Erfüllung gehen.

Bedanken möchten wir uns bei allen Mitarbeitern, Übungsleitern, ehrenamtlichen Helfern & Freunden sowie deren Partnern, die mit Verständnis die ehrenamtliche Tätigkeit unterstützt haben.

Unseren Mitgliedern und Aktiven wünschen wir einen möglichst erfolgreichen und uneingeschränkten Sportbetrieb, auch wenn die aktuellen räumlichen Bedingungen für uns alle eine besondere Herausforderung darstellen. Gemeinsam werden wir dies jedoch meistern.

Der geschäftsführende Vorstand

Michael Giebelbach 1. Vorsitzender, Kurt Weldert Sportwart, Hans-Jörg Daum Schriftführer, Michael Brügger Rechner, Christiane Greifenstein 2. Vorsitzende, Marco Budweg Pressewart, Hartmut Marchand Anlagenverwalter



Zu Weihnachten

*In der Geborgenheit der Familie Weihnachten zu feiern,
ist in der heutigen Zeit wohl das schönste aller Geschenke!*

ABTEILUNGSLEITER

Turnen: Patrizia Lachnit, Fr.-Ebert-Str. 26, 64331 Weiterstadt, T. 015784508874

Abteilung Musik: René Lotz

Bahnhofstr. 42, 64331 Weiterstadt, T. 53 07 43

Handball: Harald Bott

Prenzlauer Weg 16, 64331 Weiterstadt, Tel. 1 23 51

Tischtennis: Joachim Fischer

Heinrich-Rühl-Str. 3, 64331 Weiterstadt, T. 1 40 87

Badminton: Ina Beck

Rheinstr. 9, 64331 Weiterstadt, T. 20 50

Schwimmen: Ralf Zimmermann

Heinrich-Heine-Str. 2

Tennis: Heidrun Maus

Groß-Gerauer-Str. 86, 64331 Weiterstadt, T. 37 34

Volleyball: Harald Schmitt

Wilhelm-Leuschner-Str. 13, 64293 Darmstadt,

T. 0 61 51/1 01 91 40

Judo: Christian Rothkirch, Im Wingertsberg 28,

64331 Weiterstadt, T. 54 46 22

Leichtathletik: T. 0 61 50/96 10-10

Ski und Freizeit: Dieter Hahn

Bahnhofstr. 50a, T. 4 06 82

Tanz: Christa Bauer, Darmstädter Str. 77,

64319 Pfungstadt, T. 0 61 57/8 39 30

Kegeln: Helmut Sondershaus, Kiefernweg 27

64331 Weiterstadt, T. 1 28 42

Basketball: Gerd Lohnes

Berliner Straße 25, 64560 Riedstadt,

T. 0172/6900247

Bahngolf: Wolfgang Schieblich

Am Helgengraben 33, 64331 Weiterstadt, T. 13 69 99

Seniorenengemeinschaft: Günter Schuchmann

Lärchenweg 38, 64331 Weiterstadt, T. 4 06 00

Gesundheitssport: Wolfgang Hartmann

Berliner Str. 18, 64331 Weiterstadt, T. 35 80

JuJutsu: Heiko Neubert, Dresdener Str. 2

64331 Weiterstadt, T. 4 05 46

Laufftreff: Heike Ackermann

Kreuzstr. 33, 64331 Weiterstadt, T. 4 09 17

Fitness-Studio:

Leiter: Taher Mohseni

Am Aulenberg 2-10, 64331 Weiterstadt,

T. 96 10-14

Sportkindergarten

Leiterin: Christiane Greifenstein, T. 96 10-20

Die SGW ist Mitglied im
Freiburger Kreis
Arbeitsgemeinschaft
größerer deutscher Sportvereine



Vorteil für unsere Mitglieder: Bei allen Mitgliedsvereinen, die weiter als 100 km von Weiterstadt entfernt sind, ist bei Vorlage des Mitgliedsausweises die Teilnahme am Sportbetrieb kostenlos, längstens 6 Wochen. Ausgenommen sind lediglich Platzgebühren für Squash- und Tennisanlagen, Saunagebühren.

Öffnungszeiten Sauna Tel.: 0 61 50 - 96 10 15

Mo., Mi., Fr.	10.30 - 23.00 Uhr	Samstag	13.00 - 18.00 Uhr
Dienstag	12.00 - 23.00 Uhr	Sonntag	08.00 - 14.00 Uhr
Do. (Frauensaua)	08.30 - 23.00 Uhr	Feiertag	08.00 - 14.00 Uhr

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

Montag	08.30 - 22.00 Uhr	Samstag	11.00 - 18.00 Uhr
Dienstag	07.00 - 22.00 Uhr	Sonntag/Feiertag	08.30 - 16.00 Uhr (Keine Betreuung)
Mittwoch	08.30 - 22.00 Uhr	Wir unterscheiden zwischen Öffnungs- und Kernzeiten!	
Donnerstag	07.00 - 22.00 Uhr		
Freitag	08.30 - 22.00 Uhr		

IN KÜRZE**Laufftreff –Walking**

Braunshardter Tännchen

Mittwoch: 18.00 - 19.00 Uhr

Sommerzeit: Samstag: 17.30 - 18.30 Uhr

Winterzeit: Samstag: 16.30 - 17.30 Uhr

18. Dezember 2015

HANDBALL – Jugendweihnachtsfeier

19. Dezember 2015

HANDBALL – Aktivenweihnachtsfeier

12. Januar 2016

SENIORENGEMEINSCHAFT 50PLUS – Jahreshauptversammlung

21. Januar 2016

GESUNDHEITSSPORT – Jahreshauptversammlung

23. - 30. Januar 2016

SKI + FREIZEIT – Skitrainingsfreizeit

25. Januar 2016

TURNEN – Abteilungsversammlung

1. Februar 2016

ABGABE DER KASSENBERICHTE

2. Februar 2016

BLAU-GELB REDAKTIONSSCHLUSS

15. Februar 2016

ABTEILUNG MUSIK – Abteilungsversammlung

18. Februar 2016

SITZUNG GESAMTVORSTAND

22. Februar 2016

TANZSPORT – Jahreshauptversammlung

24. Februar 2016

BASKETBALL – Hauptversammlung

1. März 2016

ABGABE DER JAHRESBERICHTE

17. April 2016

DELEGIERTENVERSAMMLUNG

7. Juli 2016

SENIORENGEMEINSCHAFT 50PLUS – Sommerfest

GESCHÄFTSFÜHRENDE VORSTAND

1. Vorsitzender: Michael Gießelbach

Am Ohlenbach 11, 64331 Weiterstadt, T. 0175/528800

2. Vorsitzende: Christiane Greifenstein

Spessartstr. 9, 64331 Weiterstadt, T. 96 10 20

Rechner: Dr. Michael Brügger

Neckarstr. 7, 64331 Weiterstadt, T. 59 04 35

Anlagenverwalter: Hartmut Marchand

Buchenweg 3, 64331 Weiterstadt, T. 4 07 80

Protokollführer: Hans-Jörg Daum

Sudetenstr. 67, 64331 Weiterstadt, T. 1 45 51

Sportwart: Kurt Weidert

Kreisstr. 29, 64331 Weiterstadt, T. 0171/9313544

Pressewart: Marco Budweg

Am Krötenberg 30, 64331 Weiterstadt, T. 86 52 83

Jugendwartin: Christiane Greifenstein

Spessartstr. 9, 64331 Weiterstadt, T. 96 10 20

GESCHÄFTSSTELLE

Geöffnet: Mo. - Fr. 8.00 - 12.00 Uhr

Mi. 14.00 - 18.00 Uhr

Telefon: 06150/9610-0 (Geschäftsstelle)

Durchwahl-Nummern

Katja Haaß 9610-10

Gertraud Scharfenberger 9610-11

Marcus Pons/Sportlicher Leiter 9610-14

Taher Mohseni/Fitness-Studio 9610-16

Theke/Sauna 9610-15

TELEFAX Geschäftsstelle 9610-17

Internet-Adresse: www.sg-weiterstadt.de

e-mail: verwaltung@sg-weiterstadt.de

Sportkindergarten

Christiane Greifenstein/Büro 9610-20

Gruppe 1 9610-10

Gruppe 2 9610-22

Gruppe 3 9610-23

Gruppe 4 9610-24

Vereinskonto:

Stadt- und Kreissparkasse

Kto.-Nr. 26 001625 - BLZ 508 501 50

IBAN DE89 5085 0150 2600 1625

IMPRESSUM

Herausgeber:

Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt

Geschäftsstelle: Am Aulenberg 2-10

Redaktion: Gebhard Bendel

Beethovenstraße 6,

64331 Weiterstadt, T. 4778

e-mail: gebhard.bendel@t-online.de

Gesamtherstellung:

L.A.U. Satzherstellung und Druckservice

Odenwaldring 3, 64846 Groß-Zimmern

T. 06071/43232

e-mail: mail@laub-online.net

Nächster Redaktionsschluss: 2. Februar 2016

Bitte bei allen auf dem PC geschriebenen Texten mit der CD oder USB-Stick auch einen Ausdruck mitgeben. Die gleiche Bitte gilt auch für digitale Bilder.

Verspätet eingehende Manuskripte können nicht berücksichtigt werden. Die Artikel stellen die Meinung der Verfasser dar.

Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten

Sportgaststätte Aulenberg

Wir bieten Ihnen:

Mittwoch und Samstag

Schnitzelvariationen je 7,50 €

**Kroatische – Internationale – und
Hausspezialitäten**

Öffnungszeiten:

Montag bis Samstag

von 16.00 bis 24.00 Uhr

Sonntags und Feiertags

von 11.30 bis 14.30 Uhr

und 17.30 bis 23.00 Uhr

Dienstag Ruhetag

Einen angenehmen Aufenthalt und
guten Appetit wünscht

Familie Vukusic

Am Aulenberg 2

64331 Weiterstadt

Tel. (06150) 40723

www.aulenberg-weiterstadt.de



Kreative Bewegung für Kinder zwischen 3-6 Jahren



Bewegung ist ein grundlegendes Element der menschlichen Entwicklung. Für eine gesunde Entwicklung Ihres Kindes ist Bewegung unerlässlich. Das Ausleben des natürlichen Bewegungsdrangs Ihres Kindes und die ausreichende und zielgerichtete körperliche Bewegung sind hier von großer Bedeutung. Nicht umsonst leiden heutzutage fast 40% der Kinder an motorischen und koordinativen Schwächen (Bewegungsmangel). Die Bewegung bildet heutzutage die Grundlage für eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung. Sie ist Bestandteil der Gesundheitserziehung für unsere Kinder.

Die Sportgemeinde Weiterstadt bietet aus diesem Grund im Rahmen des Entega Kindersportclubs einen Kurs „Kreativer Kindertanz“ an. Mit viel Spaß wird spielerisch zur Musik, Rhythmik, Bewegung, Eigenaktivität und Phantasie gefordert und gefördert. Es werden keine Tanzschritte oder Bewegungsabläufe einstudiert, vielmehr wird die Kreativität ihres Kindes eingefordert und in die Stunde miteinbezogen. Die Weiterentwicklung der sozialen Kompetenz und persönlichen positiven Entwicklung ihres Kindes steht ebenso im Vordergrund.

Die Kursleitung, Frau Catherin Luh, hat langjährige Erfahrung im Kindersport und im Umgang mit Kindern generell. Sie überlegt sich für jede Stunde ein neues Thema wie zum Beispiel Hexen, Sommer oder Tiere. Zu diesen unzähligen und spannenden Themen dürfen die Kinder dann ihrer Kreativität tänzerisch und spielerisch freien Lauf lassen.

Beim „kreativen Kindertanz“ geht es um eine enge Verbindung von Bewegung, Musik, Wahrnehmung und Handeln.

Somit ein ganzheitliches Bewegungskonzept in einem sozialen Umfeld mit Spaß an Musik und tänzerischer Aktivität. Ein neuer Kurs beginnt nach den Weihnachtsferien, **14.01.2016**, dienstags um 15:00 Uhr bei uns im Sportzentrum, Raum Frankfurt.

Für nähere Informationen für Anmeldung, Kursinhalte und Events wenden Sie sich bitte an den Entega Kindersportclubbeauftragten der SGW, Herrn Taher Mohseni (telefonisch erreichbar donnerstags von 11:00 bis 13:00 Uhr bzw. montags von 18:00 bis 19:00 Uhr unter der Nummer 06150-961016; Email: fitness@sg-weiterstadt.de), oder bei unserer Geschäftsstelle (06150-96100).

Ebenfalls erhalten Sie bei uns Teilnahme-gutscheine zum Verschenken. Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.



**Wir trauern um
unsere Mitglieder**

**Michael Hepp
und
Gerd Körner**

Gelungene Vorbereitungsturniere als Saison-eröffnung

In den vergangenen Jahren ist es immer wieder dazu gekommen, dass Vorsaison-Turniere für weibliche Teams in Weiterstadt organisiert werden. Hierzu gibt es letztendlich mit den vorhandenen Hallen, der traditionell guten Organisation und den meist vielen Helfern fast ideale Bedingungen.

Auch in diesem Jahr wurde eine erste Möglichkeit zum Vergleich und zur Selbsteinschätzung für die Weiterstädter Damentteams sowie die Gästemannschaften bei dem nunmehr zum dritten Mal in Folge stattfindenden Saisonöffnungsturnier angeboten. Am Samstag, dem 29. August um 10:00 Uhr startete die erste Begegnung in den Hallen Am Aulenberg, bis am Sonntag um 15:00 Uhr das Endspiel der Standardklasse das Turnier beendete. Durch zwei Gruppierungen für Teams der Oberliga bis zur Regionalliga (Standardklasse) als auch Regionalliga bis hin zur DBBL (Leistungsklasse) konnten sich unterschiedlichste Mannschaften messen. Sowohl Vereine

aus unmittelbarer Nachbarschaft als auch aus Nordrhein-Westfalen hatten sich dazu angemeldet. Das Teilnehmerfeld umfasste neben den Weiterstädter Gastgebern die Mannschaften der Vereine BC Marburg mit zwei Teams, MTV Kronberg (zwei Teams), Bayer Uerdingen, SV Dreieichenhain, USC Heidelberg (zwei Teams), Citybasket Recklinghausen, SC Lerchenberg, Krofdorf-Gleiberg und Bad Homburg.

Für die Weiterstädter Teams war dies neben einer Überprüfung der bisherigen Trainingsleistung auch die erste echte Spielgelegenheit mit den neuen Kadern. Und für die heimischen Fans bot das Wochenende spannende und unterhaltsame Begegnungen in freundschaftlicher Atmosphäre und damit den idealen Einstieg in die Basketballsaison 2015/2016. Das Ergebnis in der Leistungsklasse kam erwartungsgemäß, USC Heidelberg I konnte das Turnier für sich entscheiden, gefolgt von den Gastgebern und dem Bundesligaaufsteiger Homburger TG.

Die beiden verbleibenden Plätze teilten sich die Regionalligisten. Für Weiterstadt ein akzeptables Ergebnis, da aus Termingründen alle Spiele mit nur sieben Spielerinnen bestritten werden konnten.

In der Standardklasse wurden über Vor-, Zwischen- und Hauptrunde alle Platzierungen ermittelt, gewonnen wurde der Vergleich vom BC Marburg, gefolgt von den Citybaskets Recklinghausen und SV Dreieichenhain. Für Weiterstadt II war das Turnier eine erste Bewährungsprobe mit erneut verjüngtem Kader. Vor allem die nun aus der WNBL entwachsenen Nachwuchstalente sollen sich in der Oberliga nun regelmäßig beweisen. Obwohl sich die Gastgeber mit Rang 6 zufrieden geben mussten, zeigte sich Oberligacoach Tibor Schmidt deshalb zufrieden.

Am darauffolgenden Wochenende (5. und 6. September) trafen sich in Weiterstadt sechs wU13- und fünf wU15-Teams, um ihre Form zu testen. Zur

Vorbereitung war das Turnier bestens geeignet. Die Zuschauer sahen enge und spannende Spiele. Die Coaches konnten ihre Teams unter Wettkampfbedingungen testen. Und die Mädchen hatten nicht nur beim Basketball spielen ihren Spaß. Die auswärtigen Mannschaften verbrachten die Nacht in der alten Tennishalle oder in anliegenden Räumen im Sportzentrum Am Aulenberg.

Nur zwei der sechs angetretenen Gäste-teams in der Altersklasse wU13 kamen aus Hessen und werden auch in der Oberliga-Saison aufeinander treffen. Beide Teams – die des MTV Kronberg und der TG Hochheim – konnten vom jungen SGW-Team bezwungen werden, ebenso wie BBC Horchheim. Die Horchheimer Mädchen spielen erst seit kurzem zusammen und werden von Vanessa Poth trainiert, einer ehemaligen Weiterstädter Spielerin. Obwohl die Horchheimerinnen bei ihrem ersten gemeinsamen Auftritt teilweise hohe Niederlagen einstecken mussten, kämpften sie jede Partie bis zum Schluss. Der TSV Hagen und DJK

Bamberg trafen im letzten Spiel des Turniers aufeinander. Beide Teams waren bis dahin ungeschlagen, sodass sich ein echtes Endspiel entwickelte. TSV Hagen hatte am Ende die Nase vorn und holte sich den vom Förderverein Jugendbasketball Weiterstadt e.V. gestifteten Pokal. Alle anderen Teams nahmen nicht weniger zufrieden eine große Dose Gummibärchen und eine Urkunde mit nach Hause.

Auch in der U15-Altersklasse waren gleich drei Teams mit einer weiten Anreise vertreten – Stuttgart, Freiburg und Schwabach. Die wU15-Mannschaft der SGW mit dem neuen Trainergespann Conrad Jackson und Aiken Marino sicherte sich im 5er-Turnier den zweiten Platz. Dass sich das Team nach einem Misserfolg beim ersten Auftritt im Sommercheck-Turnier in Kronberg nun gegen Kronberg, Freiburg und Schwabach durchsetzen konnte und nur gegen den späteren Sieger, das Regioteam Stuttgart, den Kürzeren zog, zeigt die positive Entwicklung des gesamten Teams. Alle Ergebnisse in dieser Altersklasse waren

äußerst knapp, die Leistungsdichte sehr hoch. So stand z.B. im Spiel SGW gegen MTV Kronberg nach der regulären Spielzeit ein Unentschieden auf der Anzeigetafel. In der Verlängerung hatten die SGW-Mädels das glücklichere Händchen, Kronberg blieb der dritte Platz. Das gesamte Turnier war sowohl für Gäste wie auch Gastgeber rundum gelungen. Beweis dafür sind die Kommentare von Gästetrainern und -Spielerinnen, die einstimmig eine Teilnahme für das nächste Jahr zugesagt haben.

Aber auch die Freizeit-Basketballer – die „Jedermänner“ – haben in diesem Jahr einige Gegner nach Weiterstadt eingeladen, um sich in freundlicher Atmosphäre zu vergleichen. Anlässlich zum SGW Tag der offenen Tür am 12. September fand das 1. Freizeitler-Turnier der SGW statt. Nicht ganz so leistungsorientiert, aber mit viel Spaß am Spiel und dem Willen zum Sieg wurden die Spiele absolviert. Insgesamt nahmen vier Mannschaften an dem Turnier teil. Am Ende waren sich alle einig: Das war nicht das letzte Turnier dieser Art!

Ein Weiterstädter im Rampenlicht



Steht eine große Zukunft bevor? Len Adam Schoormann mit den beiden deutschen NBA-Stars Dirk Nowitzki und Dennis Schroeder



Zum Abschluss des Trainingslagers durften die Talente und ein Elternteil live beim letzten Europameisterschaft-Testspiel der Nationalmannschaft gegen Frankreich dabei sein.

Zudem nahm Len Adam vom 02. bis 05. Oktober 2015 am diesjährigen Bundesjugendlager in Heidelberg teil. Der Spieler des Jahrgangs 2002 hatte es bereits geschafft, als Mitglied des 12er Hessenkaders Jahrgang 2001 und jünger ausgewählt zu werden. Beim Bundesjugendlager wurde Len Adam dann als einer von zwei Hessen von Jugend-Bundestrainer Blümel und seinem Sichterteam gesichtet. Trotz seines jungen Alters, und obwohl das Hessenteam nur Platz sechs im starken Teilnehmerfeld erreichen konnte, ist er damit einer der 44 Jungen aus ganz Deutschland, die am Nominierungscamp der Nationalmannschaft vom 13. bis 16. Dezember 2015 in Bad Blankenburg teilnehmen dürfen.

Ende August trafen sich die nationalen Perspektivkader männlich (U13) und weiblich (U14) in Köln zum Trainingslager in der Deutschen Sporthochschule. Dabei als Mitglied des männlichen Kaders war der Weiterstädter Talent Len Adam Schoormann. Die Jungen trainierten unter den Augen von Bundestrainer Kay Blümel. Neben schweißtreibenden Trainingseinheiten stand für die Basketballkids ein großes

Highlight auf dem Programm. Am Samstag durfte der Nachwuchs zur Belohnung beim Training der Herren-Nationalmannschaft vorbeischaun. Im Anschluss standen die Stars dann auch noch für Foto- und Autogrammünsche bereit. Hier machte Len Adam das Beste aus dieser einmaligen Chance, sich zusammen mit den deutschen NBA-Stars Dirk Nowitzki und Dennis Schroeder abzulichten.

**Besucht
unsere
Vereinsgaststätte**

**Einladung zur Jahreshauptversammlung
der Abteilung Gesundheitssport
am Donnerstag, 21. Januar 2016 um 20.10 Uhr
im Raum Schlotheim des Vereinsheims Am Aulenberg**

Tagesordnung:	Aussprache zu den Berichten
Begrüßung und Bericht des Abteilungsleiters	Entlastung des Vorstandes
Kassenbericht	Anträge
Bericht der Kassenprüfer	Verschiedenes

Anträge müssen drei Tage vor der Versammlung schriftlich beim Abteilungsleiter vorliegen.

**Einladung zur Jahreshauptversammlung
der Basketballabteilung
am Mittwoch, 24. Februar 2016 um 20:00 Uhr
im Raum Verneuil im Vereinsheim Am Aulenberg 2**

Tagesordnung:	4. Aussprache zu den Berichten	8. Nominierung der Delegierten
1. Begrüßung	5. Entlastung des Vorstands	9. Anträge
2. Berichte der Vorstandsmitglieder	6. Neuwahlen*	10. Verschiedenes
3. Bericht der Kassenprüfer	7. Wahl der Kassenprüfer	

*Anmerkung: Der gesamte Vorstand wurde bei der JHV 2014 für zwei Jahre neu gewählt, so dass für alle Vorstandsplätze Neuwahlen nötig sind.

Anträge müssen drei Tage vor der Versammlung beim Abteilungsleiter schriftlich vorliegen.

**Einladung zur Jahreshauptversammlung der Abteilung SG 50PLUS
am Dienstag, 12. Januar 2016 um 9:00 Uhr
im Raum Verneuil des Vereinsheims Am Aulenberg**

Tagesordnung:	5. Aussprache zu den Berichten
1. Begrüßung und Bericht des Abteilungsleiters	6. Entlastung des Vorstandes
2. Bericht des Sportwarts	7. Anträge
3. Kassenbericht	8. Veranstaltungen und Termine
4. Bericht der Kassenprüfer	9. Verschiedenes

Anträge müssen drei Tage vor Beginn der Versammlung schriftlich beim Abteilungsleiter vorliegen.

**Die Abteilung Musik lädt zu ihrer Jahreshauptversammlung
am 15. Februar 2016 um 20.00 Uhr
in den Spiegelsaal/ Raum Berlin des Vereinsheims im Aulenberg ein**

Tagesordnung	
Begrüßung	Entlastung des Vorstandes
Bericht des Abteilungsleiters	Wahl eines Wahlleiters
Bericht der Jugendleiterin	Wahl des Vorstandes
Bericht der musikalischen Leitung	Wahl des Vergnügungsausschusses
Bericht des Leiters des Traditionsspielmanszuges	Wahl der Kassenprüfer
Bericht des Rechners	Bericht des Vorsitzenden des Fördervereins
Bericht der Kassenprüfer	Anträge
Aussprache über die Berichte	Verschiedenes

Eingeladen sind nicht nur die Aktiven, sondern auch alle inaktiven Mitglieder. Insbesondere würde sich die Abteilung freuen, wenn auch Eltern aus dem Nachwuchsbereich an der Mitgliederversammlung teilnehmen würden.



Aulenbergfest



Feierlichkeiten zum 20 jährigen Jubiläum der HSG



Am Samstag, den 5.9.15 wurde auf dem Braunshardter Sportplatz ein großes Spielfest für Kinder Jugendliche veranstaltet

Männer 1 – HSG Groß-Bieberau/Modau 13:39 (8:18)

Im Rahmen der 20-Jahr-Feier der HSG WBW kam Drittligist HSG Groß-Bieberau/Modau nach Braunshardt. Der neue Trainer der HSG WBW, Markus Lantermann, konnte seine neu formierte Mannschaft einem breiten Publikum vorstellen. Immerhin gibt es 6 neue Spieler in der 1. Mannschaft, die integriert werden müssen. Es entwickelte sich ein munteres Spiel, dabei spielte der Drittligist fast ohne Körpereinsatz seine Überlegenheit aus. Nachdem die HSG WBW ihre Nervosität

abgelegt hatte, sollte jetzt der gehetzte Spielball das größte Problem darstellen. Eine Vielzahl an technischen Fehlern der HSG WBW war die Folge. Trotzdem gefiel die HSG WBW, die einige vielversprechende junge Spieler aufwies. Der Drittligist, der am Vortag sein Punktspiel derby gegen Groß-Umstadt verlor, wirkte zeitweise nicht ausgeschlafen. So konnte WBW-Torhüter Matthias Schumacher eine Reihe hochkarätiger Chancen der Gäste abwehren. Am Ende gab es einen

deutlichen 13:39 Erfolg des Drittligisten.

HSG WBW: Matthias Schumacher und Jan Kraft (Tor), Matthias Kuchel 3, Philipp Möller 3/1, Sebastian Bott 2, Henrik Reißer 1, Domenico Stollo 2, Olli Kleikemper 1, Markus Lantermann 1, Thiemo Schulz, Steffen Halama, Björn Schwencke, Morris Chantre

Terminvorschau der HSG:

18.12.2015	Jugendweihnachtsfeier im Gasthaus „Zum Adler“
19.12.2015	Aktivenweihnachtsfeier

Dreizehntes Handballcamp der HSG 50 junge Handballer trainieren in den Sommerferien

Auch in diesem Jahr stand in der letzten Sommerferienwoche das traditionelle Sommercamp der HSG Weiterstadt/Braunshardt/Worfelden e.V. auf dem Programm. 50 Mädchen und Jungs der aktuellen E-, D- und C-Jugendmannschaften (8 bis 14 Jahre) nahmen am Camp 2015 der HSG teil. Täglich wurde in den beiden Weiterstädter Hallen von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr trainiert. Die sportliche Leitung hatte auch dieses Jahr wieder Petra Vatter-Diefenbach übernommen, die sich mit ihrem Trainer- und Betreuerstab um die jungen Nachwuchshandballer kümmerte. In den vier Trainingsgruppen, in die die Kinder eingeteilt waren, wurden die Bereiche Wurf, Koordination, Technik und Spielverständnis intensiv geschult. Am Ende des Trainingstages standen die Übungsspiele in den Formationen 2

mal 3 gegen 3 und 6 gegen 6 auf dem Programm, bei denen es galt, das zuvor Trainierte in die Praxis umzusetzen. Natürlich kam der Spaß auch nicht zu kurz, denn am Mittwoch stand der Besuch des Weiterstädter Hallenbads auf dem Programm, wo sich die Kinder austoben und ihr artistisches Können vom Einmeterbrett und vom Dreimeter-Sprungturm zeigen konnten. Am Donnerstag wurden die Torleute in den Trainingsgruppen vom erfahrenen Bundesligatorwart Felix Beck trainiert und am Freitag stand die Aerobic-Station mit Barbara Oeler auf dem Programm, wo die Kinder und Jugendlichen einmal ganz anders koordinativ gefordert wurden. Wie in den Jahren zuvor war es der HSG ganz wichtig, die Kinder auch sozial näher zusammen zu bringen, was durch die geschlechterübergreifen-

den Trainingsgruppen gefördert wurde. Auch bei dem gemeinsamen Mittagessen und in den Pausen wurde der Zusammenhalt innerhalb der HSG-Jugend forciert. Zum Schluss des Camps gab es das Spiel des Allstar-Teams gegen die Betreuer, was für alle noch mal ein toller Abschluss war. Jeder Camp-Teilnehmer bekam am Ende des Camps das Camp-Shirt als Beleg dafür, dass man das Camp erfolgreich überstanden hatte. Der HSG-Vorstand bedankt sich bei allen Trainern, Betreuern sowie den weiteren Helfern, die zum Gelingen des Camps beigetragen haben. Insbesondere auch deshalb großen Dank, denn die Sporthallen waren am Dienstag und Mittwoch komplett von der Wasserversorgung der Entega abgehängt worden, was das Camp-Team vor eine logistische Herausforderung stellte.

Neue Trainingsangebote der TSA

Beim **Tag der offenen Tür bei der SG Weiterstadt** am Samstag, den 5. September 2015 erhielt die **Tanzsportabteilung** einen großen Zuspruch bei ihren zahlreichen Auftritten von verschiedenen Tanzgruppen der Abteilung von Kindern und Erwachsenen.

Dance for Kids, Video Clip und Orientalisches Tanzen, tanzten in diesem Jahr im Außenbereich auf der Bühne und auf der eigens dafür abgesperrten Straße unter großem Beifall des Publikums.

Die zweite Hälfte der Vorführungen (Ballett, Breiten- und Leistungssport sowie Clogging) fand im Raum Frankfurt im Tanzsportzentrum Am Aulenberg statt.

Die Aktiven präsentierten sich einem sehr zahlreichen und interessierten Publikum unter der Leitung und Moderation von Abteilungsleiterin Christa Bauer und der gelungenen Auswahl passender Musiktitel von Willy Bauer.

Über den Beifall der Zuschauer freuten sich die Tänzer und die Organisatoren.

Am 13. September 2015 unternahm die Abteilung wieder einen gut organisier-

ten **Ausflug**. 32 Teilnehmer starteten zu einem Besuch nach Zwingenberg. Dort unternahm man zunächst eine geführte Tour durch die Altstadt. Danach besichtigte man das Lebendige Museum mit seiner traditionellen Kunsthandwerksausstellung. Nach gutem Essen in der Weinschänke Rebenhof trat man gestärkt und um viele Eindrücke reicher die Heimreise an.

Die Tanzsportabteilung der TSA Blau-Gelb der SG Weiterstadt bietet an:

Wenn Ihr Lust habt, **Ballett zu tanzen**, so kommt in das Tanzsportzentrum der SG Weiterstadt am Aulenberg in Weiterstadt. Am **Montag um 15 Uhr** trifft sich eine neue Gruppe für Ballett-Anfänger ab 4 Jahre im Raum Frankfurt.

Die Möglichkeit für **Einsteiger** Tanzen für Kinder und Jugendliche ab 5 Jahren Standard / Latein zu erlernen, bietet sich **Donnerstag von 15 -16 Uhr** an. Diese Trainingseinheit findet ebenfalls im Tanzsportzentrum der SGW im Raum Frankfurt statt.

Anfänger, Wiedereinsteiger und Fort-

geschrittene im Standard und Latein Tanzen haben die Möglichkeit, am **Freitag von 18-19 Uhr und von 19-20 Uhr** ebenfalls im Raum Frankfurt mit viel Schwung und Spaß Grundschriffe zu erlernen bzw. einiges aufzufrischen.

Orientalischer Tanz mit dem Duo Maylana startet ebenfalls mit einer neuen Gruppe und bietet Unterricht jeweils **diens-tags** im Tanzsportzentrum der SG Weiterstadt im Raum Wiesbaden von **20.00 bis 21.30 Uhr** an.

Anmelden kann man sich bei: Frau Christa Bauer Tel.: 06157-83930.

Eine Orientierung über alle Abteilungen und die erwähnten Angebote der einzelnen Gruppen ist der Internet-Seite <http://www.tsa-weiterstadt.de> zu entnehmen.

Ankündigungen 2015:

Nikolausfeier für Kinder am 02.12.15 Am Aulenberg um 15 Uhr

Ankündigungen 2016:

Jahreshauptversammlung der TSA der SG Weiterstadt am 22.02.2016 um 20 Uhr

Der
Unterschied
beginnt beim
Namen

Wir sind den **Menschen verpflichtet**:
50 Millionen Kunden mit 50 Millionen unterschiedlichen
Bedürfnissen. Deshalb verkaufen wir nicht einfach Finanzprodukte, sondern
erklären sie so, dass jeder Sie versteht. Da, wo unsere Kunden
sind, da sind auch wir zu Hause. Deshalb bieten wir nicht
nur Sicherheit
für ihr Geld, sondern

Unterstützung für die ganze Region.
Als Finanzierungspartner Nr.1 fördern wir das Wachstum des
Mittelstands und einen Großteil der Existenzgründungen
in Deutschland. Das sichert Arbeitsplätze. Wir entwickeln
die Lösungen
von morgen, weil wir

an Sie und die **Zukunft** glauben. Schon heute haben wir
zum Beispiel die meistgenutzte **Finanz-App**. Erleben
Sie den Unterschied. Bei Ihrer Sparkasse vor Ort und
auf www.sparkasse.de
wenn's um Geld geht - **Sparkasse**

Entdecken Sie mehr Unterschiede auf
www.sparkasse-darmstadt.de

 Sparkasse
Darmstadt

Bei den Schwimmern wird's nicht langweilig D- und E-Kader, Bezirksmeister, Zelten und Medaillenregen



SGW-Schwimmer und Trainerin Nadine Schnieder beim SWIM IN (Foto: Jochen Volz)

Der letzte Redaktionsschluss liegt erst knapp vier Monate zurück und dennoch

können die SchwimmerInnen unseres Vereins trotz sechswöchiger Sommerfer-

rienpause wieder auf einige spannende Erfahrungen zurückblicken. Gleich zu Beginn des neuen Schuljahrs genossen 15 von ihnen nochmals Feriengefühle beim 26. Landesjugendtreffen „SWIM IN“ in Maintal wo sie und ihre Betreuer zweieinhalb Tage Zelten, Spiel und Spaß im und rund um das Wasser erwarteten. Ausgerichtet von der Schwimmjugend Hessen bot die Veranstaltung im Dörningheimer Freibad ein buntes Programm für alle Altersgruppen mit zahlreichen Workshops wie z.B. Unterwasserrugby, Rope Skipping oder Cheerleading, einer großen Samstagabendshow mit Disco, in der das im Workshop Erlernte präsentiert werden konnte, einen Pool mit Großwasserspielgeräten und natürlich das weitläufige, ausschließlich für die Teilnehmer geöffnete und bewachte Freibadgelände zum Zelten, Spielen und Freunde treffen.

Nach diesem schönen Wochenende mit Klassenfahrtcharakter starteten dann nicht nur diese 15, sondern alle drei Wettkampfmannschaften hochmotiviert in die neue Saison 2015/16.

Erfolgreiche Staffeln der Schwimmer und neue Bezirksmeister



Nach einem langen Wettkampfwochenende in Darmstadt (Foto: Gabriele Goet)

Und so starteten sie dann auch gleich mit zwei Wettkämpfen Ende September. Im Trainingsbad am Woog wurde nicht nur der Bezirksentscheid der Deutschen Mannschaftswettbewerbe Schwimmen

der Jugend (DMSJ) ausgetragen, zu denen die SG Weiterstadt drei Mannschaften an den Start schicken konnte, sondern auch die Bezirksmeisterschaften Lange Strecke, an denen 16 Wei-



Optische Schwimmbrillen sind von höchster Qualität und setzen Standards. Um die ganze Bandbreite ihrer Vorteile nutzen zu können, sollten Sie sich unbedingt vom Fachmann beraten lassen - nur so können Sie sicher sein, die Schwimmbrille mit Ihrer optimalen Sehschärfenkorrektur zu erhalten. Ohne langwierige Sonderanfertigung zum attraktiven Preis, direkt zum Mitnehmen.

Optische Schwimmbrillen erhalten Sie bei Ihrem Optiker

Optik 26
jilena bockard

Darmstädter Str. 11-13 • 64331 Weiterstadt
Telefon 061 50 / 49 60 • www.optik-26.de

terstädter teilnahmen. Alle drei Staffeln wuchsen über sich hinaus und beendeten ihre Wettkämpfe in sehr guten Zeiten. Dies bedeutete für die Jugend D (Jg. 2004/05) weiblich mit Sophia Theresa Herbsthoff, Chiara Rausch, Mia-Antonia Volz und Laila Zimmermann sowie die Jugend D männlich mit Silas Goet, Louis Hennessy, Marc Nels und Max Wameling jeweils Platz zwei nach dem DSW 1912 Darmstadt. Die Jugend C (Jg. 2002/03) weiblich mit Jasmina Brinkmann, Merle Heukelbach, Maren Müller und Anna-Fiona Volz belegte Platz drei hinter den beiden Mannschaften des DSW. Leider schaffte es letztendlich trotz dieser guten Bezirksplatzierungen nur die männliche D-Jugend in den Hessischen Endkampf der DMSJ im November in Frankfurt.

Bei den Bezirksmeisterschaften Lange Strecke (also 400m Lagen, 800m und 1.500m Freistil) starteten Pedro Schä-

fer und Anna-Fiona Volz erfolgreich in die Kurzbahnsaison. Beide schwammen alle angebotenen Strecken. Schäfer entschied die 800m F in 9:34,44 und somit neuer Bestzeit und Vereinsrekord der offenen Klasse für sich und belegte Platz eins. Ebenfalls mit Bestzeit beendete er die 400m L in 5:17,26, was Platz drei in seiner Altersklasse bedeutete. Auch seine Zeit über 1.500m F (19:55,60) reichte für Platz drei. Volz wurde in den 400m Lagen in 5:41,10 erste in ihrer Altersklasse und vierte in der offenen Wertung. Die 1.500m Freistil beendete sie in 19:08,31, was Platz zwei in der offenen Klasse sowie neuen Vereinsrekord bedeutete. Über die 800m F lieferte sie sich ein packendes Rennen mit ihrer Vereinskameradin Kira Daum um Platz drei in der offenen Klasse, welches sie letztlich in 10:01,85 mit einer Sekunde Vorsprung vor Daum für sich entschied. In ihren Altersklassen

erreichte sie damit Platz eins und zwei. Chiara Rausch und Silas Goet starteten erstmals über 400m Lagen und wurden in sehr guten 7:00,72 und 6:57,13 Bezirksjahrgangsmeister. Mia-Antonia Volz (alle Jg. 2005) wagte sich zum ersten Mal auf die 800m Freistilstrecke und beendete ihr Rennen in ebenfalls sehr guten 13:09,61 als Bezirksjahrgangsmeisterin. Weitere zwei Bezirksjahrgangs-Meistertitel gingen an Sophia Theresa Herbsthoff über 400m Lagen in 6:35,93 und 800m F in 11:51,41.

Die SGW als Ausrichter dieser Wettkämpfe dankt nochmals allen Helfern für ihr großes Engagement, auch den Eltern, deren Kinder an diesem Wochenende nicht im Wasser aktiv waren. Ohne so viele helfende Hände wäre ein solches Sport-Event nicht möglich.

Neue Schwimmstrecken für Youngsters und 105 Medaillen im Taunus



Youngsters Lea Maria Makovec, Maja-Melina Volz und Lena Maya Sandner (vlnr) in Oberursel (Foto: Jochen Volz)

Weiter ging es mit dem Hochtaunus-Cup im nagelneuen TaunaBad in Oberursel, wo 22 SchwimmerInnen der drei Wettkampfmannschaften antraten. Von der ersten Mannschaft, konnten fast alle fehlenden Pflichtzeiten für die Qualifikation zu den Hessischen Meisterschaften erreicht werden, so dass bei diesem Wettkampf Anfang November (nach Redaktionsschluss) in den Jahrgängen 2002 und

älter mit vielen Erfolgen gerechnet werden darf.

Für die Youngsters der Weiterstädter war es das Wochenende der neuen Strecken. So ging Sina Rausch (Jg. 2008) zum ersten Mal über die 50m-Strecken an den Start. Sie ist nun zu alt für KGWs - kindgerechte Wettkämpfe - und darf bei den „Großen“ starten. Auch Maja-Melina Volz (Jg. 2007) schwamm zum ersten Mal auf

einem Wettkampf 200R, 200F, 100L und 100B und belegte hierbei jeweils einmal Platz eins, zwei und drei. Jahrgangskollegin Lea Maria Makovec traute sich ebenfalls die neuen Strecken zu und startete über 200F, 100L und 100B, wobei sie zweimal Erste und einmal Zweite wurde, und auch Lena Maya Sander wagte sich über die 100L. Ganze 105 Medaillen für die Plätze eins bis drei wurden von diesen und den noch nicht genannten Teammitgliedern Jasmina Brinkmann, Kira Daum, Simon Daus, Florian Fröhlich, Silas Goet, Sophia Theresa Herbsthoff, Merle Heukelbach, Jens Benjamin Kraft, Jan Philipp Lautenschläger, Maren Müller, Marc und Tom Nels, Chiara Rausch, Pedro Schäfer, Alina-Sophie Thannheiser, Mia-Antonia Volz, Julia Wameling und Laila Zimmermann mit heim gebracht.

**Die
Geschenkidee
Gutscheine für
Sauna und
Fitness-Studio**

Platz 3 in Eschborner Mannschaftswertung

Beim Eschborner Herbstpokal Mitte Oktober gingen 23 SchwimmerInnen an den Start und wurden mit den dort gezeigten Leistungen Dritte in der Mannschaftswertung hinter dem SCW Eschborn und dem Hofheimer SC, die allerdings auch mit deutlich mehr Teilnehmern angetreten waren. Zu dieser Leistung trugen alle Weiterstädter Sportler zwischen 8 und 16 Jahren bei, insbesondere sollen aber Silas Goet (Jg. 2005) und Anna-Fiona Volz (Jg. 2003) genannt werden, die jeweils die Fünfkampfwertung gewannen. Goet wurde bei seinen acht Starts siebenmal Erster, schwamm dabei viermal persönliche Bestzeit, und Volz ging neunmal an den Start und siegte über alle Strecken souverän mit Bestzeiten. Kira Daum (Jg.

2001) stellte gleich drei neue Vereinsrekorde (nach neuer Rechnung 2010) auf, was Pedro Schäfer (Jg. 2000) zweimal gelang, und Florian Fröhlich, Maren Müller, Marcel Herth, Anna-Fiona Volz und Julia Wameling jeweils einmal. Sehr erfreulich für die Abteilung ist, dass in der neuen Saison 2015/16 neben Anna-Fiona Volz - die sich bereits im Juni für den hessischen D-Förderkader qualifiziert hatte - auch Kira Daum, Maren Müller, Florian Fröhlich und Pedro Schäfer in den D-Kader aufgenommen wurden und so in den Genuss besonderer Förderungen durch den Landeskader kommen werden. Zudem wurden sieben weitere Athleten der SGW-Schwimmabteilung in den E-Kader (diese Saison Jg. 2003

- 2005) berufen: Über ein wöchentliches Zusatztraining an einem der E-Kader Stützpunkte des HSV wie Darmstadt oder Langen dürfen sich Linus Goet, Louis Hennessy, Sophia-Theresa Herbsthoff, Tom Nels, Chiara Rausch, Mia-Antonia Volz und Max Wameling freuen. Bis zum Jahresende stehen dann für die SchwimmerInnen noch der DMSJ Hessenmeisterscheid, die Hessischen Jahrgangsmeisterschaften und zwei Wettkämpfe in Darmstadt und Wetzlar an. Die Schwimmabteilung dankt allen Trainern und Kursleitern sowie ehrenamtlichen Akteuren vor und hinter der Bühne für ihr Engagement in einem erfolgreichen Schwimm-Jahr.

Iris Heukelbach

Liebe Mitglieder, Freunde und Mitmacher der SG 50PLUS, unserer Seniorengemeinschaft

Ja, wenn wir auf den Kalender sehen, ist Weihnachten näher gerückt und unser ereignisreiches Jahr 2015 neigt sich dem Ende entgegen. Es war für unsere Seniorengemeinschaft ein nahezu erfolgreiches Jahr, wir haben zwar unser hoch gestecktes Ziel, unsere Mitglieder auf die Zahl „Dreihundert“ zu steigern nicht erreicht. Ich hoffe für 2016, dass wir es mit weiteren attraktiven Angeboten doch irgendwann schaffen, die magische Zahl für uns zu erreichen, da bin ich mir ganz sicher.

Unsere Arbeit hat sich gelohnt. Der Höhepunkt 2015 war unsere Kreuzfahrt mit vielen Mitmachern von Hamburg zum „Nordkap“ im Mai 2015. Die Nachhaltigkeit dieser Reise- sowie die Eindrücke auf dieser Reise- werden sicher noch lange bei jedem einzelnen andauern. Wir haben aber auch im sportlich-aktiven, wie auch im kulturellen Bereich und natürlich auch im geselligen Beisammensein vieles angeboten. Und wir sind auch stolz darauf, dass die Teilnahme und das Interesse an allen unseren Veranstaltungen

so groß ist. Dafür darf ich mich bei allen unseren Mitmachern, Freunden, Gönnern und natürlich auch bei meinen Vorstandskollegen herzlich bedanken. Ich möchte mich aber auch bei jedem Einzelnen von Ihnen für den Einsatz und das gezeigte Engagement im abgelaufenen Jahr danken, denn ohne diesen Einsatz hätten wir nicht diesen schönen Erfolg gehabt. **Ich wünsche uns allen noch eine besinnliche Adventszeit, frohe Weihnachten und ein friedvolles, gesundes und erfolgreiches neues Jahr.**

Ihr Günter Schuchmann

GEPLANTE* ÖFFNUNGSZEITEN DES SPORTZENTRUMS DER SPORTGEMEINDE WEITERSTADT ÜBER WEIHNACHTEN 2015 / NEUJAHR 2016

Tag	Sportzentrum	Fitnessstudio	Sauna
Do 24.12.15	08.00 - 14.00 Uhr	08.00 - 14.00 Uhr	Geschlossen
Fr 25.12.15	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
Sa 26.12.15	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
So 27.12.15	08.00 - 23.00 Uhr	08.30 - 16.00 Uhr	08.00 - 14.00 Uhr
Do 31.12.15	08.00 - 14.00 Uhr	08.00 - 14.00 Uhr	Geschlossen
Fr 01.01.16	Geschlossen	Geschlossen	Geschlossen
Sa 02.01.16	08.00 - 18.00 Uhr	13.00 - 18.00 Uhr	13.00 - 18.00 Uhr

Ihnen allen wünschen wir ein frohes und geruhames Weihnachtsfest und ein glückliches, gesundes, erfolgreiches Jahr 2016.

*Die aktuellen Öffnungszeiten finden Sie im Internet unter www.sg-weiterstadt.de.

Senioren­gemeinschaft 50PLUS besuchte die Barock Festspiele am Main



Unsere Mitmacher beim Barock Festival am Main

Am Donnerstag den 06. August 2015 fuhren bei tropischen Temperaturen 49 Mitglieder der SG50PLUS in das nahe Höchst am Main, um dort die Aufführung „Der Bürger als Edelmann“ nach Molière, in hessischer Mundart zu besuchen. Der Festspielort befindet sich im Bolongaro-Garten innerhalb des Bolongaro-Palastes

unmittelbar am Main und der Nidda-Mündung. Das Publikum wird dort in einem sehr schönen Ambiente mit Springbrunnen, anspruchsvoller Gastronomie und barocker Live-Musik empfangen. Zum 10-jährigen Jubiläum der Festspiele hielt Michael Quast alias Herr Jordan einen kurzen Monolog, ehe das Spiel turbu-

lent begann. Die Kostümierung ist prächtig, die Schminke farbfreudig. Herr Jordan will hoch hinaus, ihn gelüstet nach Geist, Geschmack, höherer Lebensart und erlesenem Gewand. Er versucht mit Hilfe von Musik- und Tanzlehrer, Fechtmeister, Schneider und sogar eines Philosophen in höhere Gefilde vorzudringen: Der leere Kopf will gefüllt werden, und sei es mit Sprach-Übungen a, e, i, o, u! Um seine Bürgerexistenz zu adeln, bandelt er mit einer Gräfin an, versucht seine Tochter Adele mit einem blaublütigen Mann zu verbinden. Seine Gattin versucht ihn in realen Grenzen zu halten. Das kann alles nur schiefgehen, vor allem wenn er vermeintlich seine Tochter dem Sohn des türkischen Sultans vermählt, der ihn als orientalisch verkleideter Freund der Tochter samt Gefolge zum Narren hält. Alles endet glücklich, Tochter und ihr Auserwählter kommen zusammen.

Ein abwechslungsreicher Abend, mit hervorragenden Schauspielern, allen voran natürlich Michael Quast, ballettösen Einlagen samt der kleinen Kapelle, die Barockmelodien und orientalische Klänge zum Besten gab.

RH.

So sieht nun unser vorläufiger Veranstaltungskalender für 2016 aus:

Am **4. Januar 2016** lädt unser **Spielekreis** alle Mitmacher, Freunde und Gönner wie in den Jahren zuvor zu einem klei-

nen Neujahrsempfang im Raum Verneuil auf dem Vereinsgelände ein. Wir treffen uns dort um 10:00 Uhr. Wir wollen unter

anderem auch wieder gemeinsam Bingo spielen und ein bisschen Spaß haben. Jeder Teilnehmer sollte ein kleines Jux/Scherzpäckchen mitbringen.

Dann haben wir gleich danach am **12. Januar 2016** um 9:00 Uhr unsere **Jahreshauptversammlung** im Raum Verneuil auf dem Vereinsgelände zu der wir alle Mitglieder unserer Seniorengemeinschaft herzlich einladen.

Am **6. Februar 2016 (Rosenmontag)** trifft sich unser Spi-

elekreis, ebenfalls wieder mit Freunden dieser Veranstaltung um 10:00 Uhr im Raum Verneuil auf dem Vereinsgelände zu einem gemütlichen Beisammensein.

Am **15. April 2016** kommt das **Kabarett Camillo zu uns in den Aulenberg**.

Herrlich erfrischend und höchst unterhaltsam: Mit einem aktuellen Programm „DAS WIRD SCHON WIEDER“ präsentiert das Frankfurter Musikkabarett „Duo Camillo“ einen kreativen Cocktail mit den besten Zutaten - perlende Songs, fruchtige Frechheiten, hochprozentige Improvisationen und herrlich süße Balladen. Dazu einen ordentlichen Schuss „Glauben“, damit das Ganze auch den richtigen Biss bekommt. Natürlich alles biologisch abbaubar, fair gehandelt und von glücklichen Kabarettisten aus Freidenkhaltung – einfach ein Genuss. Der Eintritt kostet **12,00 Euro**, die Karten hierfür gibt es beim Abteilungsvorstand, Vom **29. Mai bis 2. Juni 2016** sind wir im „Oberpfälzer Wald“ mit dem Bus unterwegs. Wir machen eine Erlebnisreise und

nutcase 

Fahradhelme

ABS-Hartschale, InMold-Technologie mit EPS-Schaumstoff innen für hohen Aufprallschutz
verschiedene Modelle, Farben und Größen (XS bis XL), Lufteinlässe vorn und Luftauslässe oben und hinten für eine optimale Luftzirkulation - Drehradverstellungssystem für perfekten Sitz und 3 Sets unterschiedlich großer waschbarer Innenpolster für eine noch bessere Anpassung an den Kopf - reflektierende Logos vorne, hinten und an den Seiten - weicher, hautfreundlicher Textil-Kinnriemen - Magnetverschluss mit Hautklemschutz zum Öffnen und Schließen mit einer Hand. Neu ist das serienmäßige Visier



Radsport Boos 

seit 30 Jahren

Otto-Wels-Str. 17 - 64331 Weiterstadt
Tel.: 06150/4427 - Fax: 14821
radsport.boos@t-online.de • www.radsportboos.de
Mo., Di., Do., Fr. 15-18.00 Uhr - Sa. 10-13 Uhr
vormittags nach Vereinbarung - Mittwoch geschlossen

lernen dort auf diese Weise Land und Leute kennen. Untergebracht sind wir im Hotel IGEL in Püchersreuth. Freut Euch ganz einfach darauf.

Am **7. Juli 2016** feiern wir auf dem Vereinsgelände an der alten Tennishütte unser beliebtes **Sommerfest**.

Im zweiten Halbjahr 2016 planen wir auch wieder „**Festspielbesuche**“ und **interessante „Betriebsbesichtigungen“** in der Region. Die Termine und Orte hierzu werden wir rechtzeitig bekannt geben.

Vom **18. bis 22. September 2016** gibt es eine **Busreise ins Ruhrgebiet**. Wir sind in Mühlheim a. d. Ruhr im Hotel Handels-

hof untergebracht und werden von dort aus das „Ruhrgebiet“ in seiner ganzen Vielfalt erleben und erkunden können.

Am **11. Dezember 2016** möchten wir dann zum Abschluss des Jahres alle zu unserer **Weihnachtsfeier** in den Aulenberg einladen.

Dieses sind nun unsere bisherigen Termine. Es kann durchaus noch kleine Veränderungen oder Verschiebungen geben, über die wir Sie dann aber rechtzeitig informieren werden. Sie sehen, wir haben uns auch im kommenden Jahr wieder viel vorgenommen und wollen Ihnen viel anbieten. Nutzen Sie unsere Angebote und

zeigen uns einfach, dass Sie gemeinsam mit uns etwas unternehmen möchten. Nutzen Sie dazu natürlich auch die Teilnahme an unseren sportlichen Aktivitäten. Unsere Badmintoner, Bahngolfer, Boccianer, Bouler, Bossler, Gymnastiker, Kegler, Nordic-Walker, Radfahrer, Rommé Cup Spieler, Wasserfans im Hallenbad und unsere Damen im Handarbeitskreis erwarten «Sie». Einfach kommen, mitmachen und Spaß haben. Es ist einfacher als man denkt, man muss es nur wollen. Melden Sie sich einfach bei unserem Abteilungsvorstand oder in unseren Gruppen. Sie geben Ihnen gerne Auskunft.

Ds

2015 waren unsere Radfahrer auch wieder fleißig unterwegs



Vom 22. - 25. Juni 2015 war eine Gruppe der SG 50Plus auch wieder mit dem Rad unterwegs. Die Tour führte an der Lahn entlang von Gießen über Biskirchen, Limburg und Nievern nach St. Goarshausen. Die durchschnittlichen 45 km Tagesetappen erlaubten eine ausgiebige Besichtigung der sehenswerten Städte Wetzlar, Weilburg, Limburg und Bad Ems. Leider haben zu Beginn z.T. andauernde Regenschauer die Eindrücke vom Flusstal etwas beeinträchtigt. Doch im weiteren Verlauf zeigte sich die wunderbare Landschaft an der Lahn im schönen Sonnenlicht. Das Foto zeigt die Radlergruppe am Rheinufer bei Lahnstein, wo die Lahn in den Rhein mündet. Im Hintergrund ist Schloß Stolzenfest zu sehen.

egu

**Gemeinsam
statt einsam**

Lauftreff auf Wanderschaft

Es ist November, die Sicht in Weiterstadt betrug keine 50 Meter und trotzdem sah man Leute mit geschulterten Rucksäcken Richtung Bahnhof laufen. Kein Wunder, denn der Lauftreff hatte zur jährlichen Wanderung aufgerufen. Nachdem Willi die Fahrkarten gezogen hatte, klärte er die Anwesenden über den Tagesverlauf auf. Zweimal umsteigen – Wanderung von Groß-Umstadt nach Heubach – Einker im Löwen – Rückfahrt nach Weiterstadt.

Am Ostbahnhof gesellten sich noch 3 weitere Läufer zu uns und nun folgten

16 Wanderer den Anweisungen von Willi, der sich samstags noch einmal die Strecke angesehen hatte. Unser Dank geht an ihn, denn nur wer schon einmal eine solche Tour vorbereitet und durchgeführt hat, weiß, wieviel Arbeit und Zeit investiert werden muss, um alles reibungslos über die Bühne zu kriegen.

Schon auf der Fahrt wurde es in der Waschküche heller, in Ober-Ramstadt strahlte bereits die Sonne und das frühe Aufstehen hatte sich hier bereits gelohnt. Wir sahen von weitem die Veste Otzberg, stiegen in Groß-Umstadt, der Odenwä-

der Weininsel, aus, liefen durch den Ort hinauf in die Weinberge, die sich in strahlendem Gelb präsentierten und genossen einen weiten Rundblick. Auf unserem Weg durch den herbstlich gefärbten Wald wurden wir auf eine kleine Hängebrücke aufmerksam, die wir selbstverständlich überquerten. Gut, dass wir die Höchstgrenze von 20 Personen nicht überschritten, denn das Ding schwankte ganz erheblich, durch die von einigen Spaßvögeln verursachten Schwingungen. Jetzt war es schon fast Mittag und Zeit, die Rucksäcke zu plündern. Wir fanden



ein sonniges Plätzchen auf einer Lichtung, die auch genügend Sitzplätze zur Verfügung stellte. Das Gelände gehört wohl zum Naturschutzverein Rödelshäuschen, bot aber keine Verköstigung. War auch nicht nötig, denn jeder hatte vorgesorgt und die Schlussrast im Gasthaus Zum Löwen wurde so um 15.00 Uhr

angepeilt.

Nun, so hieß es, „geht es nur noch bergab“. Die Steigungen zuvor waren moderat und ohne größere Kraftanstrengung gut zu meistern. Kurze Diskussion unterwegs – rechts oder links? Wo haben wir mehr Sonne? Zu einem wirklichen Ergebnis kamen wir nicht, denn im Wald war

es doch meist schattig. So passierten wir die Sausteige. Laut einer Tafel trieben die Umstädter in früheren Jahren dort ihre Schweine hin. Den Wald hatten wir nun schon bald passiert und konnten uns auf freier Strecke der Sonne erfreuen, die uns nun schon den ganzen Tag begleitete. Bald erreichten wir das ausgesuchte Lokal und labten uns an Odenwälder Kost und verließen die Gaststätte gegen 16.00 Uhr, denn es lag noch ein Stück Weg vor uns, bevor wir in Wiebelsbach den Zug besteigen konnten.

Die drei Mitfahrer verließen uns wieder am Ostbahnhof, wir fuhren weiter zum Hauptbahnhof in Darmstadt und nahmen den Zug nach Weiterstadt. Mittlerweile war es schon dunkel und wir konnten nur ahnen, dass es in Weiterstadt wahrscheinlich den ganzen Tag nicht hell geworden ist und vermutlich hat niemand diesen schönen Ausflug bei herrlichem Wetter bereut. Gegen 18.00 Uhr waren wir zu Hause und hatten ca. 14 km zurückgelegt.

Wir freuen uns schon auf die nächste Wanderung und wünschen dem Organisatoren Heike und Willi, dass das Angebot auch wieder auf große Resonanz stößt.

RWin

Radtour der SGW Ski-Abteilung



Ja ist denn schon wieder Winter? August, strahlend blauer Himmel, über 30 Grad, all diese äußerlichen Bedingungen waren kein Hindernis für die Ski-Abteilung der Sportgemeinde Weiterstadt am 30. August eine Radtour durchzuführen.

Manfred begrüßte 19 Teilnehmer/innen, gab einen kurzen Verlauf der auf ca. 40 km angesetzten Fahrt bekannt, dann schwangen sich alle in den Sattel. Bereits am Tännchen kam es zum ersten Stopp.

Gertrud und Gebhard begegneten uns während ihres Sonntagmorgen-Sportvergnügens. Ein paar Worte wurden gewechselt und weiter ging die Tour. Schon kurz nach dem Bocciassee musste eine weitere Pause eingelegt werden, da Alfons Probleme mit seiner Schaltung hatte und es so schnell nicht repariert werden konnte. Da waren es nur noch 17, denn Uschi wollte ihren Mann nicht alleine lassen und blieb ebenfalls zurück.

Jetzt verlief die Fahrt Richtung Büttelborn und Berkach reibungslos. Zwei kleine Hügel waren zu meistern, es war also eine Flachetappe und auch der Wind spielte an diesem Tag keine Rolle. Nach einer kurzen Trinkpause und einem Gruppenfoto in Wallerstätten fuhren wir weiter unserem Ziel, Anglerpark Trebur, dem Oberwiesen-See entgegen.

Hier im Schatten war es gut auszuhalten, die Küche bot deftige Kleinigkeiten und so konnte nicht nur der Durst gestillt werden. Nachdem alle verköstigt waren, bestiegen wir wieder die Räder, die teils per Muskelkraft bewegt, teils mit E-Antrieb bestückt waren, zum nächsten Punkt der Rundreise durchs Ried, nach Groß-Gerau. Auch hier fanden wir ein schattiges Plätzchen und verweilten bei gekühlten Getränken.

Zurück ging es in gemütlichem Tempo über Klein-Gerau zum Tännchen, wo Manfred sich bei Anton und Bernd für die Auswahl und Durchführung der Tour bedankte und auf das bevorstehende Fest am Aulenberg hinwies. Weitere Aktivitäten wird er wieder rechtzeitig per Mail verkünden. Kurz vor 16.00 Uhr waren alle sicher und wohlbehalten zu Hause angekommen.

Rwin

Herbstkonzert der Abteilung Musik der SGW Vollbesetztes Bürgerhaus mit Musik über Frieden und Krieg



Es gibt wohl kaum ein Thema, welches allzeit so aktuell ist, wie Frieden und Krieg, Liebe und Hass – Begriffe, die gegensätzlicher nicht sein könnten. Und genau diesen Kontrast brachten die Orchester der Abteilung Musik der Sportgemeinde Weiterstadt am Samstagabend, den 10. Oktober, mit ihrem Konzertmotto „Make Love Not War“ unter der musikalischen Leitung von Thomas Schaefer auf die Bühne des Bürgerzentrums Weiterstadt. Begonnen wurde das Konzert von einem der jüngsten Orchester – den Allegros – zusammen mit dem Symphonic Sound Orchester. Das zahlreich erschienene Publikum konnte sich von Filmmusiken wie „Die Eiskönigin“, „Transformers“ und „Die Tribute von Panem“ verzaubern lassen. Ein erstes Highlight des Abends war die Originalkomposition für sinfonisches Bläserorchester „Legend of Maracaibo“ von José Alberto Pina, welches die Seeschlacht bei Vigo beschreibt. Mit diesem Stück wird das Jugendorchester der Abteilung im November den Vorentscheid des deutschen Orchesterwettbewerbs im osthessischen Schlitz bestreiten. Das Publikum fühlte sich direkt in Szenen von „Flucht der Karibik“ versetzt und konnte quasi die Segelschiffe vor dem inneren Auge sehen.

Im zweiten Teil des Konzertes nahm dann das Symphonic Sound Orchester das Thema des Abends vollends auf. Begonnen wurde dieser Teil mit der „Jubilee Overture“ von Philipp Sparks, einer Konzert-Fanfare, mit welcher unter anderem das Orchester in diesem Jahr bei einem Wertungsspielen in Karlsruhe mit sehr gutem Erfolg teilgenommen hatte.

Das zweite Stück des Wertungsspielen war „Almansa“ von Ferrer Ferran, eine sinfonische Komposition um den Kampf um die gleichnamige spanische Stadt zwischen Christen und Muslimen im Mittelalter, welches im späteren Verlauf des Konzertes ebenfalls erklang und das Publikum mit arabischen Klängen und martialischen Kampfpassagen mit auf die Reise in die Vergangenheit Spaniens nahm.

Natürlich durfte beim Motto „Make Love Not War“ auch die Geschichte um Romeo und Julia nicht fehlen, allerdings in der modernen Fassung des Broadway-Musicals „West Side Story“ von Leonhard Bernstein. Eines der wohl bekanntesten Werke aus der Friedensbewegung zur Zeit des Vietnamkrieges und des Flower Powers ist und bleibt das Musical „Hair“.

Ein Medley der schönsten Melodien begeisterte das Publikum. Wie jedes Jahr durfte bei einem Konzert der Abteilung Musik der Sportgemeinde Weiterstadt auch der Gesang nicht fehlen: Bassposaunist Johannes Benz schlüpfte wieder elegant in die Rolle von Max Raabe mit „Ich kauf mir 'ne Rakete“, die bekannte Stimme der Abteilung, Selina Bald, überzeugte wie immer mit den Liedern „I Feel The Earth Move“,

„Show Me“ und als Zugabe „Hot Stuff“ und erntete tosenden Applaus.

Eine besondere Überraschung war wohl die Teilnahme des Traditionsspielmannszuges der Abteilung. Hier spiegelte sich ein ähnlicher Kontrast wider wie zwischen Frieden und Krieg: Während man sehr oft bei Marschmusik an das Militär denkt, ist es umso gegensätzlicher, wenn jener Spielmannszug Werke spielt wie „Liebesboten“ und „Das Lieben bringt groß' Freud“. Aber auch ein anderer Aspekt spielte bei dem Auftritt des Spielmannszuges eine wichtige Rolle: „Sie sehen hier, wo die Wurzeln der Abteilung Musik liegen!“, so Fridhelm Gärtner, welcher wie gewohnt durch das Konzert führte. „Dahinter auf der Bühne können Sie hingegen sehen, was sich daraus seit 1892 entwickelt hat.“ Und genau diese musikalische Entwicklung war es mal wieder, welche auch in diesem Jahr das Publikum rundum begeisterte.

TAP

Richtig lecker - bei Jörg Becker!





Marienhof-Catering

vom Anfang bis zum Ende -
legen Sie's in unsere Hände.

Täglich leckeres aus der Heissen Theke +
Frühstücken in unserem Bistro +
Jede Woche neue Angebote +
Montag - Freitag Mittagstisch

Schleifweg 47 • 64331 Weiterstadt • Tel. 06150 / 2205
www.metzgerei-marienhof.de

Probenwochenende der Abteilung Musik



Symphonic Sound Orchester bereitet sich auf das kommende Konzert am Samstagabend vor

Am Freitag, den 02. Oktober, brach wieder einmal das Symphonic Sound Orchester der Abteilung Musik der Sportgemeinde Weiterstadt voller Enthusiasmus und Euphorie nach Butzbach auf, um dort im Jugendgästehaus Hubertus eifrig für das kommende Konzert am Samstag, den 10. Oktober, zu proben. Passend zum Konzertmotto „Make Love Not War“ durfte

also das Orchester zum ersten Mal den Tag der deutschen Einheit auf einem Probenwochenende verbringen und an den einzelnen, dem Motto entsprechenden Stücken feilen.

Am Freitagabend ging es direkt nach dem Ankommen, dem Beziehen der Zimmer und dem Abendessen um 19:30 Uhr mit einer Tutti-Probe los – also einer Probe des gesamten Orchesters zusammen. Erst um 22:30 Uhr wurde der Taktstock zur Seite gelegt und die Musiker in den

Feierabend entlassen.

Nach einer für einige evtl. doch recht kurzen Nacht ging es dann am Samstagmorgen direkt um 09:00 Uhr in kleinen Gruppen weiter: Blech zusammen mit dem tiefem Holz, Klarinetten zusammen mit den Saxophonen und Querflöten zusammen mit der Oboe. Den ganzen Tag über wurden in diesen sogenannten Satzproben bestimmte Stellen geübt und verfeinert. Erst abends hieß es dann von 19:00 bis 22:00 Uhr noch einmal Antreten für eine Tuttiprobe.

Sonntagmorgen wurde schließlich das gesamte Repertoire des anstehenden Konzertes durchgespielt, um sich einen guten Überblick über den Lernerfolg zu verschaffen.

Natürlich kam neben der harten Probenarbeit auch der Spaß nicht zu kurz: Bis spät in die Nacht wurde gefeiert, gelacht und gesungen. So manche Augenringe ließen sich nicht vermeiden. So ist es nicht verwunderlich, dass die Musiker zwar erschöpft, aber rundum begeistert am Sonntagmittag um 13:00 Uhr die Heimreise antraten.

Auch das Publikum kann sich mit Begeisterung auf das bevorstehende Konzert am Samstagabend freuen: Gemäß dem Motto wird es viele Stücke über Frieden und Krieg sowie aus der Zeit der Flower-Power-Bewegung geben – Originalkompositionen, Musical-Medleys wie Hair und Gesang dürfen dabei nicht fehlen. Aber hier soll noch nicht zu viel verraten werden!

Tap

Einladung zur Abteilungsversammlung der Turnabteilung der Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt am Montag, den 25. Januar 2016 um 20:00 Uhr im Raum Verneuil im Sportzentrum

Tagesordnung:

- | | |
|--|---|
| 1. Begrüßung der Anwesenden | 6.1 Kassenwart/in |
| 2. Berichte | 6.2 Pressewart/in |
| 2.1 Abteilungsleiterin | 6.3 Schriftführer/in |
| 2.2 Sportwartinnen | 6.4 Beisitzer/innen in der Abteilung |
| 2.3. Kassenwartin | 6.5 Wahl der Kassenprüfer/innen |
| 3. Bericht der Kassenprüferinnen | 6.6 Wahl der Delegierten für die Delegiertenversammlung |
| 4. Aussprache zu den Berichten | 6.7 Beisitzer/innen im Hauptverein |
| 5. Entlastung des Abteilungsvorstandes | 7. Anträge |
| 6. Neuwahlen | 8. Veranstaltungen, Termine und Verschiedenes |

Der Abteilungsvorstand hofft auf reges Interesse der Abteilungsmitglieder. Anträge müssen drei Tage vor der Versammlung an die Abteilungsleitung gerichtet werden.

Turnerinnen wieder unter den Top 10 in Deutschland



Am 03. Oktober fanden die diesjährigen Deutschen TGW Meisterschaften in Karlsruhe statt. Wie auch in den letzten Jahren konnte sich die TGW Erwachsenen Mannschaft, die von Katrin Seyfarth trainiert wird, erfolgreich für diesen Wettkampf qualifizieren. Im Vorfeld hatte die Mannschaft kein Losglück und musste bei ihrer ersten Disziplin dem Tanzen gleich als allererste

Mannschaft auf die Fläche. Die Spannung lag förmlich in der Luft, denn die Erwartungshaltung war hoch. Doch leider war es zu früh am Morgen und die Nervosität zu hoch, so dass sich in der Präsentation des Tanzes ein paar kleine Fehler einschlichen. Dennoch erntete sich die Mannschaft die 5. höchste Wertung des Tages und wurde mit 9,45 von 10 möglichen Punkten belohnt.

Weiter ging es mit der zweiten Disziplin dem Turnen. Hier packten die Turnerinnen im Vergleich zum letzten Jahr einige Schwierigkeiten oben drauf. Das viele Training zahlte sich aus, denn die Mannschaft konnte ihre Trainingsleistung gekonnt und technisch sauber abrufen. Erturmt wurden 9,4 von 10 Punkten und damit die 6. höchste Tageswertung im Bereich Turnen.

Die letzte Disziplin an diesem Tag war der Medizinballweitwurf. Nach den ersten 6 Würfeln konnten die Mädels der SG Weiterstadt bereits jubeln – volle Punktzahl in dieser Disziplin.

Am Abend ging es dann zur Show der Sieger. Gespannt fieberte man der Siegerehrung entgegen. Lange musste man warten, doch dann kam die Gewissheit! Wieder ein Platz unter den besten 10 in Deutschland. Am Ende konnte sich die Mannschaft mit Tanja Baumann, Linda Böhnlein, Selia Fink, Kim Görlich, Melanie Jung, Isabell und Patrizia Lachnit, Sophia Lohrum, Franziska Oeler und Christina Seemann über einen guten 8. Platz von insgesamt 34 Mannschaften freuen.

Die Mannschaft bedankt sich bei allen, die dabei waren! Ohne die riesige Unterstützung ist so ein Wettkampf nur halb so erfolgreich. Danke, dass ihr das wart!

Weiterstädter Turnerinnen zu Gast in Helsinki

Turnen: 15. Welt Gymnaestrada begeistert die Sportler
Unter dem Motto „Let's make the earth move“ trafen sich knapp 21000 Sportler aus 52 Nationen in Finnland zur Welt Gymnaestrada.

Der Internationale Turnerbund (FIG) richtet dieses Turnfest alle vier Jahre an wechselnden Standorten aus, um Turner jenseits des Wettbewerbs zusammenzubringen.

Wir Weiterstädter Turnerinnen waren zum ersten Mal dabei. Über ein Jahr Vorbereitung durch den Deutschen Turnerbund lagen hinter uns. Aktiv als Gymnast wollten wir teilnehmen und erlebten eine eindrucksvolle Woche mit vielen emotionalen Momenten.

Da viele Teilnehmer Probleme bei der Anreise hatten fiel leider die Welcome Party aus. Doch ab Sonntag dem 12. Juli bis Samstag den 18. Juli fand in 15 Sportstätten von 9 – 22 Uhr ein vielfältiges Programm mit über 200 Vorführungen statt - einfach phantastisch diese Vielfalt und Kreativität der Auftritte. Ein Highlight

war schon die Eröffnungszeremonie mit dem Einmarsch der Nationen an der wir als deutsche Delegation in der offiziellen

Kleidung und winkend mit Deutschlandfähnchen ins Olympia Stadion einmarschierten. Auch zum Midnight Sun

Lesen können Sie noch gut –

aber

wann war Ihr letzter **Hörtest?**

Wer häufig etwas falsch versteht, sollte jetzt einen kostenlosen Hör-Test machen

Hör!
Erlebnis
 HÖRGERÄTE & ZUBEHÖR

Darmstädter Straße 26
 64331 Weiterstadt
 Telefon 0 61 50 / 13 69 66

P auf dem Marktplatz



Von links Corinna Herold, Ute Frensch-Böhnle, Sandra Leonhardt, Heike Ziegenbein, Gabi Wedel, Gisela Jung und Sabine Bensinger

Special füllte sich das Stadion mit einem bunten Publikum an Sportlern, doch leider fehlte die einheimische Bevölkerung bei den Sportveranstaltungen. Mit 4000

freiwilligen Helfern waren sie jedoch an allen Sportstätten vertreten um freundlich bei allen Fragen weiterzuhelfen. Ein weiterer Höhepunkt war der deutsche

Nachmittag mit den tollen Vorführungen und der unvergleichlich guten Stimmung. Nur die FIG Gala konnte das noch toppen, ein Feuerwerk an Höchstleistungen und Kreativität der nationalen Gruppen.

Fast 1000 deutsche Teilnehmer nahmen an der Großgruppenveranstaltung teil. Das Herzbild, das Rhythmusbild, die Akrobaten und die Jugend gestalteten ein 30 minütiges Programm. Dafür wurde am Dienstag zweimal geprobt bevor es zum Auftritt ging. Auch am Donnerstag und bei strömendem Regen am Freitag absolvierten wir noch zwei Auftritte leider vor wenig Publikum.

Den einzig freien Tag nutzen wir um das wunderschön an der Ostsee gelegene Helsinki zu erkunden. Die Schärenrundfahrt, die Seefestung Suomenlinna und den Markt werden wir nicht vergessen. Was auf keinen Fall fehlen darf ist ein Saunabesuch in Finnland und so schwitzen und entspannten wir in der ältesten Sauna Helsinkis.

Beeindruckt von dieser Gymnaestrada erwarten wir in vier Jahren die nächste in Dornbirn.

Politik, Kultur und Spaß

Adam Schamber und vier Turnerinnen vertreten die SGW in Berlin

Am 13. Januar 2014 wurde die SG Weiterstadt auf der Veranstaltung „Sterne des Sports in Gold“ ausgezeichnet. Spontan bekam der jetzige Ehrenvorsitzende Adam Schamber eine Einladung nach Berlin.

Am 8. September 2015 war es dann so weit. Neben Adam Schamber folgten der Einladung noch vier junge Turnerinnen

des Vereins. Die Mädels sind ehrenamtlich sehr engagiert und auch sportlich erfolgreich, wofür sie erst kurze Zeit zuvor den Ehrenpreis des Landkreis Darmstadt-Dieburg erhielten. Nach der Zugfahrt ging das volle Programm in Berlin los. Mit dem Reisebus fuhren wir auf direktem Wege zur Ausstellung „Alltag in der DDR“. Anschließend bezogen wir das Hotel und

genossen das gute Abendessen, bevor wir den Abend bei den Hackeschen Märkten mit einem kühlen Bier ausklingen ließen. Am nächsten Morgen ging es in der Frühe weiter mit der Besichtigung des Holocaust-Denkmal. Nach einer kleinen Stadtrundfahrt endete der Tag mit Brigitte Zypries auf der Spree. Hier konnten wir uns mit der Bundestagsabgeordneten austauschen und den herrlichen Ausblick genießen.

Am Donnerstag wurde es dann informativ und politisch interessant. Erst ging es für uns zu einem Informationsgespräch über das Thema „Migration“. Besonders aufgrund der mitgereisten Integrationsklasse wurde hier die aktuelle Problematik noch präsenter. Es folgte ein Besuch im

Besser sehen!

Messung – Analyse – Korrektorempfehlung





„einfach gute Optik!“

Unsere persönliche, professionelle Sehberatung bietet Ihnen eine Vielzahl optometrischer Dienstleistungen mit modernsten Messgeräten ohne lange Wartezeiten:

- Sehtest
- Sehschärfenmessung Ferne
- Sehschärfenmessung Ferne + Nähe
- Sehschärfenmessung Ferne + Nähe mit Arbeitsplatzanalyse
- Premiummessung mit Wellenfront und Hornhauttopographie
- Messung zur Funktionsanalyse der Augenmuskeln nach MKH.

Sehberatung

Termine kurzfristig!

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

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





Bundesministerium für „Familie, Senioren, Frauen und Jugend“. Besonderes Highlight der Reise war das Mittagessen in dem sich drehenden Restaurant auf dem Fernsehturm. Nach der Besichtigung der Berliner Mauer machten wir uns auf eigene Faust nach Kreuzberg. Bei sonnigem Wetter erkundeten wir die vielen kleinen Cafés und Bars. Der letzte Tag begann mit einer Plenarsitzung im Bundestag und anschließendem Gespräch mit Brigitte Zypries. Adam Schamber wies auf die Problematik für die Vereine, eine behindertengerechte Hallensituation zu schaffen, hin. Hier fehle bisher die ausreichende finanzielle Unterstützung von Seiten des Landes. Wir bedanken uns herzlich für die schöne Zeit und die vielen Dinge, die wir gemeinsam erleben durften!

Neue Geräte im Fitnessstudio



Seit Anfang September ist das Fitnessstudio mit neuen Geräten ausgestattet. Höhepunkte sind der Cardio Bereich, der neue Zirkel-Bereich und die Multifunktionsgeräte. Die Sportler und Sportlerinnen zeigen sich rundum zufrieden. Der Zirkel, bestehend aus acht Geräten, ist in stylischem Schwarz mit roten Polstern gehalten. Nicht nur das Aussehen fasziniert, sondern auch die Tatsache, dass es möglich ist nun alle Bereiche des Körpers einfach und effizient zu trainieren. Zudem gibt es nun eine Ampel, die in der Mitte des Zirkels positioniert ist und verschiedene Belastungs- und Regenerationsphasen vorgibt, nach denen die Personen trainieren können. So kann man diese Phasen darauf auslegen, ob nun Kraftausdauer, Maximalkraft oder das Muskelvolumen trainiert werden soll. Einer der großen Vorteile dieser Geräte

ist, dass es unwahrscheinlich ist, viel falsch zu machen. So lässt sich einfach und unkompliziert mit den Geräten arbeiten. Gibt es dennoch Fragen oder man braucht eine Einführung in die Geräte, so stehen die fachlichen und kompetenten Mitarbeiter gerne zu Hilfe. Außerdem werden die Kurse Gesundheits-Zirkel (Erwachsene und Senioren, freitags um 9:30), Power Zirkel (Erwachsene, donnerstags 18:30) und Cross Zirkel (Jugendliche, montags 17:00 Uhr) an den Geräten im Studio angeboten und sind sogar für Studiogäste kostenlos! Inhalte des Zirkeltrainings sind eine Mischung aus funktionellen Übungen mit Kleingeräten und dem eigenen Körper, sowie Übungen an den Kraftmaschinen. Ziele sind die Stabilisierung des gesamten Bewegungsapparates und eine Verbesserung von Kraft und Ausdauer. Das Zirkeltraining wird individuell abge-

stimmt und sorgt für ein ideales Ganzkörperworkout.

Mit uns kriegen Sie alles gebacken.



Bäckerei & Konditorei

Bäckerei Best

seit 1901

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

Den zweiten Höhepunkt markieren die neuen Ausdauer Geräte. Fahrräder, Stepper und Laufbänder, in verschiedenen Ausführungen, geben den Sportler und Sportlerinnen eine reichhaltige Auswahl. Die neuen Geräte überzeugen durch moderne Technik und dennoch einfache Handhabung.

Die Geräte sind optimal für das Ausdauer Training und eignen sich sehr gut für Sportler deren Ziel Fettverbrennung heißt. Der Winter lässt einige Sportler, im Sommer noch aktiv, durch frühe Abende und kalte Temperaturen träge werden.

Damit jedoch der sportliche Fortschritt nicht verloren geht, ist es im Studio einfach und unkompliziert an den Ausdauer Geräten seine Ziele zu verfolgen, um so einen straffen und definierten Körper zu haben. Des Weiteren taugen die Geräte für das Aufwärmen vor einer eigentlichen Sparteinheit oder als Cool-Down nach dem Training.

Kommen Sie vorbei und vereinbaren Sie ein Probetraining, um sich zu überzeugen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Falls Ihr nicht die Zeit zum Vorbeikommen habt, könnt Ihr auch telefonisch

(Ruf: 06150/961016) einen Termin für ein **kostenloses** Probetraining ausmachen. Wichtig hierbei ist, dass Ihr 90 Minuten Zeit und Freude am Sport mitbringt. Den Rest übernehmen wir Trainer. Wir versuchen auf Eure individuellen Probleme und Voraussetzungen einzugehen. Das Einstiegsalter sollte 16 Jahre nicht unterschreiten. Nach oben sind keine Grenzen gesetzt.

Einen Bericht zu unseren neuen Multifunktionsgeräten finden sie in der nächsten Ausgabe unserer Vereinszeitung!

Michel + Taher

Kursbeschreibungen des erweiterten Aerobic-Kursangebotes

Ab Januar 2016 wird das Kursangebot bei den Aerobic Kursen deutlich erweitert! Vereinsmitglieder (Studiomitglieder vergünstigt) dann 14 Kurse zusammengefasst als „Aerobic Upgrade“ buchen, indem sie eine Monats- oder 10-er-Karte kaufen oder als Abbucher am Kurs teilnehmen. Bei Interesse ist es möglich, bei einer kostenlosen Schnupperstunde mitzumachen, damit man bei der reichhaltigen Auswahl die richtigen Kurse für sich findet.

Montag 9.45 Uhr und

Donnerstag 18:15 Uhr

Bauch, Beine, Po: Eine Stunde die sich nur mit dem Aufbau der Muskeln im Bereich Bauch, Beine und Po beschäftigt. Also ein Traum für jede Frau, die etwas fitter werden möchte. Männer sind natürlich auch herzlich willkommen!

Intensives Bauch, Beine und Po Muskulatur Training, Flexibilität, Koordination
Montag 10.00 Uhr und

Donnerstag 18.15 Uhr Neu

Pilates: Eine sanfte und sehr wirkungsvolle Methode Muskeln und Geist zu stärken. Dabei werden gezielte Kräftigungsübungen in Verbindung mit einer bewussten Atmung ins Zwerchfell kombiniert und so vor allem die Körpermitte gestärkt und stabilisiert. Durch die Konzentration und den Bewegungsfluss der Übungsabfolge wird eine Harmonisierung von Körper und Geist gefördert.

Montag 18.00 Uhr und Freitag 9:30 Uhr

Neu

Power/Gesundheits-Zirkel: dieser Kurs findet direkt im Fitnessstudio statt. Die neuen Zirkel-Kraftgeräte werden hierbei mit verschiedenen funktionellen

Übungen, die man auch aus dem CrossFit kennt, kombiniert. Angeleitet von einem der Fitnesstrainer wird hier in der Gruppe sehr intensiv und effektiv im Gerätepark trainiert. Dabei werden alle Übungen an die individuelle Leistungsfähigkeit angepasst. Die besondere Mischung der Übungen verbessert Kraft und Ausdauer gleichermaßen.

Montag 18.00 Uhr

Combi-Nation-Step: Eine Step Aerobic Stunde für Fortgeschrittene, die sich gerne auch der Aerobic Schritte bedient. Ideal für Teilnehmer(innen), die einfach einen Schritt weiter gehen möchten.

Herz Kreislauf Training, Flexibilität, Koordination, Training der Beinmuskulatur
Montag 19.00 Uhr

Total Body Workout: Intensives Muskel Training mit verschiedenen Hilfsmitteln (Tubes, Hanteln, Steps, Bälle, Stäbe), unter der Berücksichtigung eines leichten Herz Kreislauf Trainings. Auch ein leichter Einstieg für Anfänger.

Herz Kreislauf (leicht), intensives Muskulatur Training

Montag: 20.10 Uhr Neu

Zumba Fitness: ZUMBA® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout das sich aus lateinamerikanischer und internationaler Musik und Tanzbewegungen zusammensetzt - ein dynamisches, begeisterndes und effektives Fitness-System! Der Spaß am Tanz und der Bewegung zur den motivierenden Rhythmen lassen die sportliche Anstrengung vergessen. Willkommen bei dieser Sportparty!

Dienstag 18.00 Uhr und

Donnerstag 10:00 Uhr Neu

Pump it: Pump it ist ein Ganzkörper-Workout mit der Langhantelstange, welches Kraft und Ausdauer kombiniert. Bei einfachen athletischen Bewegungsabläufen zum Beat der Musik haben alle gemeinsam Spaß: „Alte Hasen“ wie fitte „Frisch-



Thomas Prenzer – Massagetherapeut

Am Aulenberg 10, 64331 Weiterstadt, 0 61 05 – 5 08 72 25

Sie finden uns bei der SGW direkt neben dem Bistro und der Sauna!

info@bodynoulounge.de

www.bodynoulounge.de

Termine auch ganz bequem und kostenfrei online buchen

Massage – Kosmetik – Fußpflege – Nageldesign

linge“, Frauen wie Männer. Die Gewichte der Langhantel werden entsprechend dem Trainingszustand und der persönlichen Zielstellung gewählt. Im Vordergrund steht das Training der Kraftausdauer, die Muskeln des ganzen Körpers werden definiert und gestrafft. Dabei werden nebenbei jede Menge Kalorien verbrannt.
Donnerstag 19.40 Uhr

Salsarobic: Hier wird die Brücke vom Aerobic zu lateinamerikanischen Tänzen geschlagen. Einfache Aerobic Schritte werden etwas anders kombiniert und einige wenige komplexere Schritte mit hinzu genommen. Einfach, aber halt ein wenig anders.

Herz Kreislauf Training, Flexibilität, Koordination, Training der Beinmuskulatur, Fettverbrennung

Donnerstag 20.30 Uhr

Body Gym: Ein halbstündiges intensives Muskeltraining, eine schöne Ergänzung nach der Step Stunde oder um dem Fitness Studio einmal zu entkommen (Bitte aufgewärmt).

Muskulatur Training, Flexibilität
Freitag 10:15 Uhr

Stretching: Mit zunehmenden Alter, aber auch durch regelmäßiges Muskeltraining verkürzen sich die Muskelstränge, der Bewegungsapparat wird dadurch „steif“. Um diesen Nebeneffekt entgegenzuwir-

ken sollte man sich regelmäßig dehnen, um die Muskulatur flexibel zu halten. Diese Dehnungen, kombiniert mit bewusster Atmung, tragen zu einer verbesserten Flexibilität, Körperwahrnehmung, sowie einem allgemeinen körperlichen und geistigen Wohlbefinden bei. Untermalt wird diese halbe Stunde mit Musik, die einen fast von alleine entspannen lässt.

Freitag 17:30 Uhr

Step Aerobic und BBP: Eine komplexe Step Aerobic Stunde, die sich zwischen der Mittelstufe und Fortgeschrittener Stunde bewegt und gerne einmal ein paar Aerobic Schritte mit einschleust. Abgerundet wird das Ganze dann noch mit einer halben Stunde Muskeltraining. Herz Kreislauf Training, Koordination, Flexibilität, Muskulatur Training

Natürlich können Sie auch Teilnahme Gutscheine z.B. als Geschenk bei uns erhalten. Alle Kurse bieten mittels der Musik, den netten Teilnehmern und Trainern jede Menge Spaß. Frei nach dem Motto „Der Weg ist das Ziel“ dienen sie in erste Linie dem Spaß und der Erholung, wobei fast unbemerkt Körper und Geist in Bestform geraten.

Aerobic- und Wellnessprogramm

Montag 09.45 – 10.30 Uhr
Bauch, Beine, Po A-F
Außer Ferien

Montag	10.00 – 11.15 Uhr	Pilates	A-F
Montag	18.00 – 19.00 Uhr	Power-Zirkel	A-F
Montag	18.00 – 19.00 Uhr	Combi-Nation-Step	M-F
Montag	19.00 – 20.00 Uhr	Total Body Workout	A-F
Montag	20.10 – 21.10 Uhr	Zumba	A-F
Dienstag	18.00 – 19.00 Uhr	Pump it	A-F
Donnerstag	10.00 – 11.00 Uhr	Pump it	A-F
Donnerstag	18.15 – 19.15 Uhr	Pilates	A-F
Donnerstag	19.45 – 20.30 Uhr	Salsarobic	M
Donnerstag	20.30 – 21.00 Uhr	Body Gym	A-F
Freitag	09.30 – 10.15 Uhr	Gesundheitszirkel	A-F
Freitag	10.15 – 10.45 Uhr	Stretching	A-F
Freitag	17.30 – 19:00 Uhr	Außer Ferien	
Freitag	17.30 – 19:00 Uhr	Stepaerobic und BBP	A-M

A = Anfänger
M = Mittelstufe
F = Fortgeschrittene

Upgrade Aerobic-Kurse 01.2016

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:30 – 10:25 RF Zumba Gold	10:00-11:15 RW Pilates			9:30 – 10:1 FS Gesundheits-Zirkel
10:30 – 11:00 RF Stretching			10:00 – 11:00 RF Pump it	10:15 – 10:45 RF Stretching
18:00 – 19:00 RH Combi-Nation-Step	18:00-19:00 FS Power-Zirkel	18:00 – 19:00 RF Pump it	18:15 – 19:15 ADH Pilates	17:30 – 19:00 RH Step/Dance u. BBP
19:00 – 20:00 RH Total Body Workout				
20:10 – 21:10 RH Zumba Fitness			19:45 – 21:00 RH Salsarobic + BBP	

FS = Fitnessstudio, RF = Raum Frankfurt, RW = Raum Wiesbaden, RH = Raum Hamburg, ADH = Adam Danz Halle (Psychomotorikraum)

Neue Reha-Sportgruppe bei der SG Weiterstadt

Seit Donnerstag dem 5. November 2015 findet bei uns, der Sportgemeinde Weiterstadt, ein neuer Rehakurs für Bewegungs- und Stützapparat, zur Wiederherstellung der körperlichen Leistungsfähigkeit statt. Der Kurs findet von ca. 9:30-10:30 Uhr im Sportzentrum statt,

sowohl für Vereinsmitglieder als auch für Nicht-Mitglieder.

Der Kurs ist nach den Richtlinien von DBS/HBRS bereits anerkannt und zertifiziert. Falls Sie ein Rezept von Ihrem Hausarzt/Facharzt bekommen haben, können Sie die Gruppenstunden ohne

Zusatzkosten besuchen.

Diese Sportgruppe ist ein wichtiger Baustein zur Gesunderhaltung und Gesundheitsförderung im Bewegungsalltag eines jeden Menschen. Im Sport bedeutet Reha die Wiederherstellung körperlicher Leistungsfähigkeit nach einer Krankheit

Fitness- und Präventionskurse 01.2016

Kurs	Zielgruppe	Tag	Zeit	Raum	SGW	Sonstige	Beginn	Dauer
Pump it	Erwachsene	Di	18:00	Frankfurt	49,00 €	79,00 €	1/12/2016	10x 60 Min.
Pump it	Erwachsene	Do	10:00	Frankfurt	49,00 €	79,00 €	1/14/2016	10x 60 Min.
Progressive Muskelentspannung	Erwachsene	Mo	19:00	Adam Danz Halle	49,00 €	79,00 €	1/11/2016	10x 60 Min.
Aqua Jogging*2	Erwachsene	Mo	19:00	Hallenbad	65,00 €	99,00 €	1/11/2016	10x 50 Min.
Aqua Jogging*2	Erwachsene	Mo	19:55	Hallenbad	65,00 €	99,00 €	1/11/2016	10x 50 Min.
Aqua-Fit ²	Erwachsene	Di	18:00	Hallenbad	149,00 €	239,00 €	1/12/2016	jahr 45 Min.
Aqua-Fit ²	Erwachsene	Di	19:00	Hallenbad	149,00 €	239,00 €	1/12/2016	jahr 45 Min.
Neue Rückenschule/Rückenaktiv*23	Erwachsene	Di	20:00	Hamburg	65,00 €	99,00 €	1/12/2016	10x 60 Min.
Cross Zirkel	Jugend 12- 15	Mo	17:00	Fitnesscenter	39,00 €	69,00 €	1/11/2016	10x 55 Min.
Power Zirkel ⁴	Erwachsene	Mo	18:00	Fitnesscenter	49,00 €	79,00 €	1/11/2016	10x 55 Min.
Gesundheits Zirkel ⁴	Erwachsene	Fr	09:30	Fitnesscenter	49,00 €	79,00 €	1/15/2016	10x 55 Min.
Yoga Geübte/Mittelstufe	Erwachsene	Mi	20:10	Wiesbaden	65,00 €	99,00 €	1/13/2016	10x 85 Min.
Yoga Fortgeschrittene	Erwachsene	Mi	18:40	Wiesbaden	65,00 €	99,00 €	1/13/2016	10x 85 Min.
Yoga Anfänger	Erwachsene	Do	18:30	Wiesbaden	65,00 €	99,00 €	1/14/2016	10x 85 Min.
Stretching u. Workout	Erwachsene	Mo	10:30	Frankfurt	25,00 €	39,00 €	1/11/2016	10x 30 Min.
Stretching u. Workout	Erwachsene	Fr	10:15	Frankfurt	25,00 €	39,00 €	1/15/2016	10x 30 Min.
Combi-Nation-Step	Erwachsene	Mo	18:00	Hamburg	49,00 €	79,00 €	1/11/2016	10x 60 Min.
Total Body Workout	Erwachsene	Mo	19:00	Hamburg	49,00 €	79,00 €	1/11/2016	10x 60 Min.
BBP u. Salzarobic	Erwachsene	Do	20:30	Hamburg	39,00 €	69,00 €	1/11/2016	10x 45 Min.
Pilates, Anfänger/Geübte	Erwachsene	Mo	10:00	Wiesbaden	49,00 €	79,00 €	1/11/2016	10x 75 Min.
Pilates, Anfänger/Geübte	Erwachsene	Do	18:15	ADH	49,00 €	79,00 €	1/14/2016	10x 60 Min.
Step/Dance u. BBP	Erwachsene	Fr	17:30	Hamburg	65,00 €	99,00 €	1/15/2016	10x 90 Min.
ZUMBA@FITNESS	Erwachsene	Mo	20:10	Hamburg	49,00 €	79,00 €	1/11/2016	10x 55 Min.
Zumba@Gold	Anfänger/Einsteiger	Mo	09:30	Frankfurt	49,00 €	79,00 €	1/11/2016	10x 55 Min.
ZumbaKids®	Jugendliche 6-12	Do	15:00	Frankfurt	39,00 €	69,00 €	1/14/2016	10x 55 Min.
Psychomotorik für Kinder ²	Kinder 4-9 Jahre	Mi	14:30	Hamburg	39,00 €	69,00 €	1/13/2016	10x 60 Min.
Säuglingsschwimmen	Säuglinge 3-9 Mon.	Di	16:00	Hallenbad	39,00 €	69,00 €	1/12/2016	10x 30 Min.
Säuglingsschwimmen	Babys 9-17 Mon.	Di	16:30	Hallenbad	39,00 €	69,00 €	1/12/2016	10x 30 Min.
Säuglingsschwimmen	Babys 17-25 Mon.	Di	17:00	Hallenbad	39,00 €	69,00 €	1/12/2016	10x 30 Min.
Säuglingsschwimmen	Babys 25 Mon. Und älter	Di	17:30	Hallenbad	39,00 €	69,00 €	1/12/2016	10x 30 Min.
Säuglingsschwimmen	Säuglinge 3-9 Mon.	Do	09:30	Hallenbad	39,00 €	69,00 €	1/14/2016	10x 45 Min.
Säuglingsschwimmen	Säuglinge 9 -17 Mon.	Do	10:15	Hallenbad	39,00 €	69,00 €	1/14/2016	10x 45 Min.
Kreativer Tanz	Kinder 3-6 Jahre	Di	15:00	Frankfurt	39,00 €	69,00 €	1/12/2016	10x 55 Min.



oder Verletzung. Zum Reha-Sport zählen bewegungstherapeutische Übungen. Sie dienen der Stärkung von Ausdauer, Koordination, Gewandtheit, Motorik, Flexibilität und Kraft.

Ziel des Kurses ist es, den Körper wieder in Balance zu bringen. Sie sollen sich wohlfühlen und Ihren Alltag ohne Bewegungseinschränkungen und Schmerzen

führen können. Wir bieten zusätzlich individuell gestaltete Übungsprogramme. Das Angebot gilt für Personen in jedem Alter welche Gelenkbeschwerden und Probleme mit dem Bewegungs- und Stützapparat haben.

Das SGW-Fitness-Studio bietet noch weitere individuelle Angebote. Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, dann setzen

Sie sich mit uns in Verbindung. Anmeldung und Informationen unter: Sportgemeinde 1886 e.V. Weiterstadt Fitnesscenter und Kurse Geschäftsstelle Tel. : 06150 - 9610-16 Fax: 06150 – 961417
E-mail: fitness@sg-weiterstadt.de
www.sg-weiterstadt.de

Taher

Neues, erweitertes Kursangebot im Bereich Aerobic-, Präventions- und Rehakurse bei der SG Weiterstadt

Aerobic Upgrade

Ab Januar 2016 wird das Kursangebot bei den Aerobic Kursen deutlich erweitert! Zumba, Zumba Gold, Pilates, Cross- und Gesundheits-Zirkel ergänzen das Aerobic Programm. Statt bisher 9 können Vereinsmitglieder (Studiomitglieder vergünstigt) dann 15 Kurse zusammengefasst als „Aerobic Upgrade“ buchen. Details zu den Kursen entnehmen Sie bitte der Kursbeschreibung der Aerobic Kurse.

Präventionskurse

Auch das Angebot an Präventionskursen wird erweitert. Hier handelt es sich um Kurse, die als Einzelkurs für einen festgelegten Zeitraum (z.B. 10 Wochen), in der Regel zwischen den großen Ferien, auch von Gästen, die kein Vereinsmitglied sind, gebucht werden können. Mit Stretching u. Workout, Combi-Nation-Step, Total Body Workout, Salzarobic und Step Aerobic kommen hier ab Januar 2016 inte-

ressante Kurse dazu.

Bereits seit September 2015 gibt es folgende neue Kurse im Angebot der SG Weiterstadt.

Funktionelles Zirkeltraining

Im Fitnessstudio werden verschiedene, funktionelle Zirkeltrainings angeboten. Diese können von Vereinsmitgliedern, aber auch von Gästen gebucht werden. Für Studiomitglieder sind die Kurse **kostenlos!** Über den **Cross-Zirkel** für Jugendliche (ab 12 – 15 Jahren) **zum Power-Zirkel** und dem **Gesundheits-Zirkel** werden die Übungen auf das jeweilige Leistungsniveau der einzelnen Sportler individuell angepasst. So können Jugendliche, Sport-Einsteiger, aber genauso Leistungssportler oder auch Senioren, im Rahmen ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit, immer unter Anleitung einer unserer Trainer ein effektives Training in der Gruppe erleben.

Pump it

Ebenfalls seit September im Programm (Di. 18 Uhr + Do. 10 Uhr) sind die beiden Pump it Kurse. Hier werden mit Langhanteln im Kursraum Frankfurt zu fetziger Musik ganz neue Reize in der Muskulatur des gesamten Körpers gesetzt. Auch für Männer sehr geeignet!!! Die Muskulatur des gesamten Körpers wird dabei geformt, gekräftigt und gestrafft. Nebenbei werden jede Menge Kalorien verbrannt!

Reha-Sport

Neben dem bereits bestehenden Reha-Sport Kurs dienstags 20 Uhr, bietet die SG Weiterstadt seit November 2015 einen weiteren Reha-Sport Kurs donnerstags um 9:15 Uhr an. Diese Kurse sind zertifiziert und können mit ärztlicher Verordnung kostenlos besucht werden. Weitere Informationen finden Sie in der gesonderten Kursbeschreibung.

Erweiterte Öffnungszeiten im Fitnessstudio der SGW

Im Fitnessstudio hat sich in den letzten Wochen einiges getan. Die Besucher am Tag der offenen Tür waren über die Veränderungen positiv überrascht. Hier wurden zum einen die Öffnungszeiten erweitert. Die Reinigungs- und Reparaturpausen wurden geändert, sodass am Dienstag und Donnerstag nun das Studio durchgängig geöffnet ist. So können nun die Sportler und Sportlerinnen an diesen Tagen von 7 Uhr bis 22 Uhr, ohne zeitliche Einschränkung, die Geräte im Studio benutzen und ihren Fitnesssport betreiben. An den anderen Tagen haben sich die Öffnungszeiten nicht geändert. Wir weisen darauf hin, dass wir zwischen Betreuungs- (im Allgemeinen ab 9 Uhr bis ca. 21 Uhr) und Öffnungszeiten unterscheiden. Wenn Sie sich für das Fitness-Studio inklusive gesundheitsbewusstem Aerobic-Programm und Sauna-Vergünstigung interessieren, vereinbaren Sie einfach

einen Termin mit uns. Wir sind täglich für Sie da. Bei diesem Termin handelt es sich um ein Probetraining bei dem Sie mit uns zusammen einen Fragebogen zu Ihrem Gesundheitszustand ausfüllen, einen Belastungstest am Fahrradergometer (Puls und Blutdruck) machen und abschließend wird ein persönlicher Trainingsplan erstellt. Natürlich können Sie jederzeit bei Fragen und Anregungen zu Ihrem Trainingsplan mit uns sprechen und diesen

auch ändern.

Rufen Sie uns an! Lassen Sie sich beraten! Das Fitnessstudio der SGW (06150/961016) kann Sie fachgerecht und kompetent beraten. Testen Sie uns!

Die Öffnungszeiten des Fitnessstudios auf einen Blick:

Mo, Mi, Fr	von 08:30 Uhr bis 22:00 Uhr
Di, Do	von 07:00 Uhr bis 22:00 Uhr
Sa	von 11:00 Uhr bis 18:00 Uhr
So	von 08:30 Uhr bis 16:00 Uhr

Hier könnte Ihre Anzeige stehen
Auskunft bei
Gebhard Bendel
Tel. 06150 / 4778

FEINKOST & CATERING
hamm
seit 1899



Catering - kulinarisch
- vielseitig
- zuverlässig

Hamm GmbH

Feldstraße 10, 64347 Griesheim, (061 55) 83 90-0

www.hamm-hamm.de

**Ihr Gärtner
und Florist**
kreativ & innovativ



Immer eine
besondere
Idee
voraus.

Darauf ist
Verlass.

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



Hobby, Freizeit, Spass & Sport

Wir halten Ihnen dafür den Rücken frei -
mit maßgeschneiderten Angeboten rund um
Versicherungen und Finanzdienstleistungen.
Wir sind für Sie da. Rufen Sie uns an.

Versicherungs-Agentur

Peter & Steffen Klink

Hahlgartenstraße 27, 64331 Weiterstadt
Telefon 06150 - 130 20, Fax 06150 - 1302 11
www.agentur-klink.de

- Top-Schutz
 - Vor-Ort-Service
 - Regulierungsvollmacht
 - Ihr Partner in allen Versicherungsfragen
- Schutz unter den Flügeln des Löwen



GENERALI

Sportgemeinde 1886 e.V. Am Aulenberg 2-10 64331 Weiterstadt
PVst. Deutsche Post AG, Entgelt bezahlt, D 8204F

FIRST REISEBÜRO

Wir nehmen Urlaub persönlich.



Darmstädter Straße 29 · 64331 Weiterstadt
Telefon (0 61 50) 10 92-0 · Telefax (0 61 50) 10 92-10

**STARKE ARGUMENTE FÜR
WICHTIGE VORHABEN.**



„Hammering Man“
vor dem Messeturm
in Frankfurt



**TRAUMIMMOBILIE
BEIM TESTSIEGER
FINANZIEREN.**

Frankfurter Volksbank

Darmstädter Straße 64-66, 64331 Weiterstadt
Telefon: 06150 1002-0

Da geht's mir gleich viel besser.

ENGEL APOTHEKE



Darmstädter Str. 34
64331 Weiterstadt
Tel. 0 61 50 - 10 91 0

Wir sind gerne für Sie da:
Montag - Freitag von 8.00 - 18.30 Uhr
Samstag von 8.00 - 13.00 Uhr

www.engel-apotheke.de weiterstadt@engel-apotheke.de