



44. Jahrgang

05/2010

TURNER-ZEITUNG

Vereinszeitung der Turnerschaft 1860
Frankfurt am Main-Heddernheim e.V.



Ein gutes
neues Jahr

2011

Frohe Weihnachten

Aerobic **Ballett** **Basketball** **Ballsport für Kids** **Bewegungsbaustelle** **Eltern/Kind**

Fit For Fun **Frauengymnastik** **Freizeitfußball** **Funktionsgymnastik** **Geräteturnen**

Jazztanz **Judo** **Kinderturnen** **Konditionsgymnastik** **Krafttraining** **Nichtathletik**

Musikzug **Osteoporosegymnastik** **Pilates** **Qi Gong** **Senioren**

Schwimmen, Sauna **Sportabzeichen** **Skigymnastik** **Sport für**

Tanzsport **Tischtennis** **Volleyball** **Wirbelsäulengymnastik**

Mit neuem
Kursprogramm
von Januar bis
Juni 2011

Liebe Mitglieder,

unser Jubiläumsjahr neigt sich dem Ende zu. Mit vielen Veranstaltungen haben wir unseren Verein in seinem Jubiläumsjahr repräsentiert und somit gezeigt, dass der Verein mit 150 Jahren noch lange nicht „in die Jahre gekommen ist“.

Im Gegenteil: wir stellen uns auch in der Zukunft den Herausforderungen, die auf uns zukommen und werden weiter mit „Sport und Spiel“ unseren Beitrag zum Hedderheimer Vereinsleben beitragen. Nachdem auch die letzten Veranstaltungen erfolgreich abgeschlossen wurden, möchte ich mich bei allen, die zum Gelingen beigetragen haben, herzlich bedanken. Jeder von ihnen hat seinen Teil zu den gelungenen Festivitäten geleistet, so dass wir mit Stolz sagen können: „Unser Verein ist für die nächsten 25 Jahre gerüstet!“

Internetseite

Zum 1. November haben wir unsere Internetseite zu einem neuen Internet-Provider umgezogen. Dabei sind einige Probleme aufgetreten. Wir hatten daher für ca. drei Wochen weder eine Internet-Seite noch unsere gewohnten E-Mailadressen. Es kann also durchaus sein, dass wir an uns gesendete Mails nicht erhalten haben, der Absender aber auch keine Ablehnung erhalten hat. Sollten Sie also in dieser Zeit ein Anliegen an uns versendet und noch

keine Rückmeldung erhalten haben, bitten wir Sie, diese Information an uns über kontakt@turnerschaft-heddernheim.de nochmals weiterzugeben.

Zusätzlich konnten wir unsere neugestaltete Internet-Seite beim neuen Provider auf Grund eines Fehlers nicht hochladen, so dass wir nun nach und nach erst wieder unsere Seite neu aufbauen müssen, um sie dann zu gegebener Zeit wieder live zu schalten. Das Internetangebot ist deshalb zur Zeit etwas eingeschränkt und umfasst nicht sämtliche umfangreichen Menüpunkte in gewohnter Weise: wir bitten dies zu entschuldigen.

Letzte Zeitung Turnerzeitung?

In den letzten Jahren haben wir immer versucht, fünf Ausgaben der Turnerzeitung herauszugeben. Damit blieben wir schon deutlich unter den zwölf Ausgaben, die es früher gab. Es wird aber immer schwieriger Artikel für unser „Turner-Blättchen“ zu bekommen. Wir haben daher immer wieder versucht, durch Artikel vom Vorstand die Lücken zu füllen, so dass die Zeitung erscheinen konnte und nicht nur aus zwei Seiten und Werbung bestand. Dies ist aber auf Dauer nicht möglich und auch nicht im Sinne der Sache: die Zeitung ist von Mitgliedern für Mitglieder, das heißt, es können Informationen und Mitteilungen aus Abteilungen an alle Mitglieder weitergegeben werden.

Zu unserem Bedauern mussten wir feststellen, dass diese Chance auf Mitteilung und Werbung für die eigene Abteilung immer weniger genutzt wird und damit verbunden auch der Anteil an leeren Seiten stieg.

Wir haben uns daher dazu entschlossen, die Turnerzeitung erst erscheinen zu lassen, wenn genügend Artikel vorliegen, so dass die Anzahl der Zeitungen im nächsten Jahr sicherlich nicht mehr bei fünf liegen wird. Sollte es aber insgesamt kein Interesse mehr an der Turnerzeitung geben, werden wir auch nicht zögern, die Herausgabe ganz einzustellen. Das wäre bedauerlich – ist aber dann die einzig richtige Konsequenz. In diesem Fall würde sich unser Fokus komplett auf unser Internet-Angebot konzentrieren.

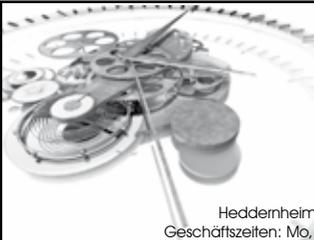
Zum Schluss möchte ich es nicht versäumen, Ihnen eine geruhige Weihnachtszeit und eine guten Rutsch ins Jahr 2011 zu wünschen.

Oliver Meffert
1. Vorsitzender

Schülerweihnachtsfeier

Wir bedanken uns bei den Gästen, die unseren Kursraum, der als Wickelraum bei der Schülerweihnachtsfeier genutzt wurde, komplett verwüstet haben. Vielen Dank für die zusätzliche Arbeit! Auf Grund dieser Vorkommnisse werden wir dieses Angebot im nächsten Jahr nicht mehr anbieten.

Der Vorstand



uhren sieber

Dr. Norbert H. W. Sieber

Uhren - Juwelen - Schmuck

Anfertigungen und Reparaturen in eigener moderner Meisterwerkstatt, Edelsteinuntersuchungen, Schmuckgutachten

Hedderheimer Landstraße 22, 60439 Frankfurt am Main, Telefon und Fax: 069 - 57 38 53
Geschäftszeiten: Mo, Di, Do, Fr 9.00 - 13.00 Uhr und 15.00 - 18.00 Uhr, Mi und Sa. 9.00 - 13.00 Uhr



seit 1835

175
Jahre
Tradition

Versicherungsbüro Beckmann e.K.
Versicherungsmakler
Bahnstr. 4, 65205 Wiesbaden
Tel.: 0611/97729-0
www.beckmann-vm.de



BECKMANN
VERSICHERUNGSBÜRO
VERSICHERUNGSMAKLER

Versicherungspartner der Turnerschaft!

Ihr Ansprechpartner in Heddernheim:
Vereinsmitglied Peter Fackelmeyer
Tel.: 0177/5579326

Es
weihnachtet
sehr
und wie jedes Jahr ist
dies

der Auftakt zur Schülerweihnachtsfeier.

Viele

sehenswerte Aufführungen trafen auf ein gut gelauntes Publikum
in einer bis auf den letzten Platz gefüllten Halle.

Musik,

Weihnachtswichtel, Lillifee-Prinzessinnen, Nikoläuse,
Vampire, Akrobaten und Außerirdische waren vertreten.

Aber

auch Turner auf dem Balken, Leichtathleten auf der schiefen Ebene,
Free-Jumpers auf Trampolin und Kasten.

Nicht

zu vergessen die tänzerischen Einlagen von Grease über einen
Sommernachtstraum hin zu den Angels of Darkness.

Dann

kamen noch Zirkusartisten, Barrenakrobaten und last but not least
die Kinder und Jugendlichen der Judo-Abteilung und
Trampolinsprünge der Übungsleiter.

Wie

schon im letzten Jahr führten Domi Pfeifer und Jennifer Andreae
charmant durch das Programm.

Für

das leibliche Wohl sorgten eine große Auswahl an Kuchen
und auch Brezeln und Würstchen, die von fleißigen Helfern verkauft wurden.

Es war

wieder eine gelungene Veranstaltung, sowohl für die, die auf der Bühne
standen, als auch für die, die sich als Zuschauer über die tollen Darbietungen
gefremt haben. Bis nächstes Jahr zur Schülerweihnachtsfeier 2011!

Frohe

Weihnachten und einen guten Start ins neue Jahr.

Petra Kreß

MERRY CHRISTMAS



Qi Gong

Den Körper mit sanften Bewegungen lockern, den Geist zur Ruhe bringen, entspannt sein und trotzdem voller Energie - das ist das Ziel von Qi Gong.

Q1a-1 11 Anfängerkurs

Wann: donnerstags, 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02. und 03.03.2011 (insges. 6 Termine)

Uhrzeit: 19:45 - 21:15 Uhr

Kosten: für Mitglieder 48,- Euro, für Nichtmitglieder 90,- Euro

Q1b-1 11 Qi Gong Basiskurs

(Voraussetzung zur Teilnahme an diesem Kurs ist, dass der Teilnehmer bereits an einem Anfängerkurs in Qi Gong von Frau Kilimann teilgenommen hat. Die Übungen aus dem Anfängerkurs werden vertieft und erweitert.)

Wann: donnerstags, 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 17.03., 24.03., 31.03. und 07.04.2011 (insges. 10 Termine). Es findet kein Qi Gong in der Fastnachtswoche am 10.03.2011 statt!

Uhrzeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kosten: für Mitglieder 80,- Euro, für Nichtmitglieder 150,- Euro

Mindestteilnehmer: 6 Personen, maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen

Kursort: Kursraum - Eingang von der Severusstraße kommend.

Kursleitung für beide Angebote: **Elke Kilimann, Heilpraktikerin** (Schwerpunkt: Traditionelle Chinesische Medizin und Shiatsu Massage)

Rückenfitness

Wirbelsäulengymnastik ist das optimale Fitnesstraining für den Rücken mit einem hohen Gesundheitswert.

R1-1 11 Rückenfitness

Wann: montags, 24.01., 31.01., 07.02., 14.02., 21.02., 28.02., 14.03., 21.03., 28.03. und 04.04.2011 (insges. 10 Termine). Es findet kein Rückenfitness am Rosenmontag, dem 07.03.2011 statt!

Uhrzeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Kosten: für Mitglieder 40,- Euro, für Nichtmitglieder: 80,- Euro

Teilnehmerzahl: mind. 5 Personen, max. 15 Personen

Kursleitung: **Diane Schubert, Sportwissenschaftlerin B.A.**, ausgebildete Rücken- und Lungensport-Kursleiterin sowie Trainerin A-Lizenz für den Kraftbereich

Allgemeine Information

Kursort für alle Kurse (**außer Qi Gong**): Kleiner Saal, Eingang von der Severusstr. kommend - im Gebäude in der 1. Etage.

Wegen einer **Kostenerstattung** können Sie gerne bei Ihrer Krankenkasse nachfragen - bei Bedarf unterstützen wir Sie gerne bei der Antragstellung.

Die **Kursanmeldung** erfolgt **ausschließlich** über die Geschäftsstelle und ist verbindlich. Die Kursgebühr muss **vor Beginn** per Einzugsermächtigung bezahlt werden.

Pilates

Pilatesübungen bieten Ihnen ein ausgeglichenes Ganzkörpertraining, welches Atemtechnik, Kräftigungsübungen, Koordination und Stretching miteinander kombiniert.

P1-1 11 Pilates am Vormittag

(Anfänger und Fortgeschrittene)

Wann: donnerstags, 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 17.03., 24.03., 31.03., 07.04., 14.04., 05.05., 12.05., 19.05., 09.06. und 16.06.2011 (insges. 15 Termine). Es findet kein Pilates am 10.03. (Fastnachtswoche), 21.04. und 28.04. (Osterferien) und 26.05.2011 statt!

Uhrzeit: 10:00 - 11:15 Uhr

Kosten: für Mitglieder 90,- Euro, für Nichtmitglieder 180,- Euro

Mindestteilnehmer: 8 Personen, maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen

Kursleitung: **Frau Anja Mahlerwein, ausgebildete ADTV-Tanzlehrerin**, sowie lizenzierte Trainerin für Aerobic und Pilates

Eine **Teilnahmeberücksichtigung** erfolgt in der Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen bis zur vorgesehenen maximalen Teilnehmerzahl. Sollte der gewünschte Kurs belegt sein, setzen wir uns mit den Interessenten in Verbindung. Evtl. wird ein Alternativangebot unterbreitet oder wir legen eine Warteliste an.

Ein späterer Einstieg nach Kursbeginn kann nur nach Absprache mit dem Kursleiter erfolgen.

P2a-1 11 Pilates am Abend

Anfängerkurs

Wann: mittwochs, 02.02., 09.02., 16.02., 23.02., 02.03., 16.03., 23.03., 30.03., 06.04. und 13.04.2011 (insges. 10 Termine)

Es findet kein Pilates am Aschermittwoch, dem 09.03.2011 statt!

Uhrzeit: 18:30 - 19:30

Kosten: für Mitglieder 40,- Euro, für Nichtmitglieder 80,- Euro

P2b-1 11 Pilates am Abend

Basiskurs:

(Voraussetzung zur Teilnahme an diesem Kurs ist, dass der Teilnehmer bereits an einem Anfängerkurs in Pilates von Frau Volz teilgenommen hat oder ähnliche Pilates-Vorkenntnisse mitbringt.)

Wann: mittwochs, 19.01., 26.01., 02.02., 09.02., 16.02., 23.02., 02.03., 16.03., 23.03., 30.03., 06.04. und 13.04.2011 (insges. 12 Termine)

Es findet kein Pilates am Aschermittwoch, dem 09.03.2011 statt!

Uhrzeit: 19:30 Uhr - 20:30 Uhr

Kosten: für Mitglieder 48,- Euro, für Nichtmitglieder 96,- Euro

Für beide Angebote gültig:
Mindestteilnehmer: 8 Personen, maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen

Kursleitung: **Frau Gabriele Volz, DTB-Trainerin Pilates**, Trainerin Breitensport für Fitness und Gesundheit und Trainerin Sport in der Prävention

Yoga

Yoga, die jahrtausende alte indische Lehre vom Leben, hilft uns, körperliche und seelische Verspannungen zu lösen und zu Ruhe, Gelassenheit und Selbstsicherheit zurückzufinden.

Y1-1 11 Yoga am Vormittag

Wann: freitags, 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 18.03., 25.03. und 01.04.2011 (insges. 8 Termine)
Es findet kein Yoga in der Fastnachtswache, also am 11.03.2011 statt!

Uhrzeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kosten: für Mitglieder 32,- Euro, für Nichtmitglieder 64,- Euro

Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen, maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen

Kursleitung: Frau Barbara Engelhardt, fachlich ausgebildete Yogalehrerin nach den Ausbildungsrichtlinien der Yoga-Union



Y2-1 11 Yoga - Frau Feuerbach

Schwerpunkt ist in diesem Kurs die anatomisch präzise und detaillierte Ausrichtung des Körpers. Damit können Fehlhaltungen korrigiert, Muskeln aufgebaut, die Atmungsqualität verbessert und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert werden. Die Ausführung der Übungen wird bei Bedarf durch Hilfsmittel (Yogagurt bzw. -klötze) unterstützt.

Wann: donnerstags, 13.01., 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 17.03., 24.03., 31.03., 07.04., 14.04., 05.05., 12.05., 19.05., 26.05. und 09.06.2011 (insges. 17 Termine)
Es findet kein Yoga am 03.03., 10.03. (Fastnachtswache), 21.04. und 28.04.2011 (Osterferien) statt!
Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen

Uhrzeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kosten: für Mitglieder 102,- Euro, für Nichtmitglieder 204,- Euro

Teilnehmerzahl: mind. 10 Personen, max. 15 Personen

Kursleitung: Frau Angela Feuerbach, eingetragene Yogalehrerin beim Bund der Yoga-Vidya-Lehrer, Fachübungsleiterin C für Gymnastik und Tanz

Y2-1 11 Wirbelsäulengymnastik, Yoga und Entspannung

Wann: donnerstags, 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 17.03., 24.03., 31.03., 07.04., 14.04., 05.05., 12.05., 19.05., 26.05. und 09.06.2011 (insges. 15 Termine). Es findet kein Yoga am 10.03. (Fastnachtswache), 21.04. und 28.04.2011 (Osterferien) statt!

Uhrzeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kosten: für Mitglieder 90,- Euro, für Nichtmitglieder 180,- Euro

Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen, maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen

Kursleitung: Frau Renate Rost, fachlich ausgebildete Sportwissenschaftlerin

Osteoporose-Gym

Aktive Gymnastik – durch einfache Übungen zum Vorbeugen von Knochenschwund bzw. um Beschwerden zu lindern. Rückenfreundliches Verhalten lernen. Mehr Körperbewusstsein entwickeln: sicher stehen und gehen. Osteoporose-Gymnastik mindert das Risiko von Knochenbrüchen, baut Ängste und Unsicherheiten bei alltäglichen Bewegungen ab.

Es gibt noch einige Teilnehmerplätze in den Osteoporose-Gymnastik-Kursen.

Fragen Sie bei der Geschäftsstelle während der Bürozeiten nach und melden sich dort verbindlich an!

Termine: mittwochs, 12.01., 19.01., 26.01., 02.02., 09.02., 16.02., 23.02., 02.03., 16.03. und 23.03.2011 (insges. 10 Termine)

Es findet keine Osteoporose-Gymnastik am Aschermittwoch, dem 09.03.2011 statt!

Uhrzeit: Gruppe I 08:30-09:15 Uhr, Gruppe II 09:30-10:15 Uhr und Gruppe III 10:30-11:15 Uhr

Kursort: Kleiner Saal

Kursgebühr: für Vereinsmitglieder durch den Mitgliedsbeitrag abgedeckt / für Nichtmitglieder 30,- Euro

Kursleitung: Veit Ruthart; Physiotherapeut und lizenziertes Übungsleiter

Beratung
Planung
Einrichtung

Tel: 069 / 9529 4034
Fax: 069 / 9529 4035

elektro-hannappe
MEISTERBETRIEB

Alt-Heddernheim 5
60439 Frankfurt
Tel.: 069 - 58 61 83
Fax: 069 - 58 17 91
www.schreinerei-block.de
info@schreinerei-block.de



block
Inhaber Ralf Naß
Schreinermeister
SCHREINEREI
GLASEREI

Turnen

Eltern-Kind	bis 3 Jahre
Fr. 15:00 - 16:00 Uhr	Gr. Saal
Kleinkinder	3 - 5 Jahre
Mi. 14:45 - 15:45 Uhr	Gr. Saal
Mädchen I	6 - 8 Jahre
Mi. 16:00 - 17:00 Uhr	Gr. Saal
Mädchen II	9 - 11 Jahre
Mi. 17:00 - 18:00 Uhr	Gr. Saal
Mädchen III	ab 12 Jahre
Do. 17:00 - 18:30 Uhr	Gr. Saal
Jungen	ab 7 Jahre
Fr. 16:30 - 18:00 Uhr	RSS
Bewegungsbaustelle	6 - 12 Jahre
Mo. 17:00 - 19:00 Uhr	RSS

Leichtathletik

Athletik for Kids	4 - 6 Jahre
Di. 16:30 - 18:00 Uhr	Gr. Saal
LA - Schüler/innen	7 - 10 Jahre
Mo. 16:00 - 17:15 Uhr	Gr. Saal
LA - Schüler/innen	10 - 13 Jahre
Mo. 17:15 - 18:30 Uhr	Gr. Saal
LA - Jugend/Aktive	ab 13 Jahre
Mo. 18:30 - 20:15 Uhr	Gr. Saal
LA - Jugend/Aktive	ab 13 Jahre
Do. 18:30 - 20:30 Uhr	Kalbach
Sportabzeichen	9 - 99 Jahre
Do. 18:30 - 20:30 Uhr	Gr. Saal

Tanzen

Jazztanz Mädchen I	6 - 9 Jahre
Mo. 17:00 - 18:00 Uhr	Kl. Saal
Jazztanz Mädchen II	ab 10 Jahre
Do. 18:00 - 19:30 Uhr	Gym. Raum
Ballett Mädchen I	3 - 5 Jahre
Fr. 15:00 - 16:00 Uhr	Kl. Saal
Ballett Mädchen II	5 - 10 Jahre
Fr. 16:00 - 17:00 Uhr	Kl. Saal
Ballett Mädchen III	ab 10 Jahre
Fr. 17:00 - 18:00 Uhr	Kl. Saal
Ballett Mädchen IV	3 - 5 Jahre
Mo. 16:00 - 17:00 Uhr	Kl. Saal
Tanzsport	
Do. 20:30 - 22:00 Uhr	Gr. Saal

Ball sport

Ball sport für Kinder	ab 5 Jahre
Fr. 15:30 - 16:30 Uhr	RSS
Hobby-Kicken	ab 18 Jahre
Mo. 20:00 - 22:00 Uhr	RSS
Hobby-Kicken II	Erwachsene
Mi. 20:00 - 22:00 Uhr	RSS
Freizeitfußball	ab 18 Jahre
Mi. 18:30 - 20:00 Uhr	RSS
Basketball	ab 10 Jahre
findet z. Zt. nicht statt	
Tischtennis I	ab 7 Jahre
Mi. 17:00 - 18:30 Uhr	RSS
Tischtennis II	ab 10 Jahre
Do. 18:00 - 20:00 Uhr	RSS

Tischtennis III	Jugend
Fr. 18:00 - 20:00	RSS
Tischtennis	Jedermann
Fr. 20:00 - 22:00 Uhr	RSS
Volleyball	Mixed Liga
Di. 20:00 - 22:00 Uhr	Gr. Saal
Volleyball	Mixed Liga
Do. 20:00 - 22:00 Uhr	RSS
Volleyball	Jedermann
Fr. 20:00 - 22:00 Uhr	Gr. Saal

Musik - Fanfarenzug

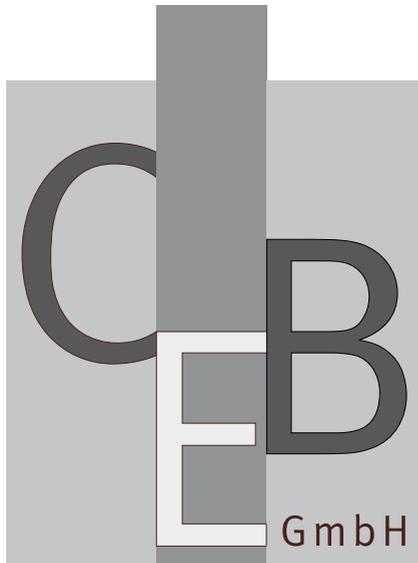
Trommel Anfänger	ab 4 Jahre
Mi. 17:30 - 18:30 Uhr	Kl. Saal
Trommel Fortgeschr.	
Di. 18:00 - 19:00 Uhr	Kl. Saal
Trompete Anfänger	ab 4 Jahre
Di. 17:00 - 18:00 Uhr	Kl. Saal
Blasinstrumente	
Di. 19:00 - 20:00 Uhr	Kl. Saal
Fanfaren / Trompeten	ab 4 Jahre
Mi. 15:00 - 16:00 Uhr	Kl. Saal
Fanfaren Jugend	
Mi. 16:00 - 17:00 Uhr	Kl. Saal
Blasinstrumente	
Mi. 17:00 - 17:30 Uhr	Kl. Saal
Saxophon Anfänger	
Fr. 18:15 - 19:15 Uhr	Kl. Saal
Musikzug Komplett	
Di. 20:00 - 22:00 Uhr	Kl. Saal
Fr. 20:00 - 22:00 Uhr	Kl. Saal

Gymnastik

Konditions- Skigymn.	
Mo. 20:15 - 21:15 Uhr	Gr. Saal
Aerobic	
Di. 20:15 - 21:15 Uhr	RSS
Seniorinnen	
Mi. 18:00 - 19:00 Uhr	Gr. Saal
Frauen I	
Mi. 19:00 - 20:00 Uhr	Gr. Saal
Frauen II	
Mi. 20:00 - 21:00 Uhr	Gr. Saal
SIE + ER Gymnastik	
Mi. 21:00 - 22:00 Uhr	Gr. Saal
Bodystyling	
Mo. 20:15 - 21:15 Uhr	Kl. Saal
Funktionsgymnastik	
Do. 09:00 - 10:00 Uhr	Gr. Saal
Seniorengymnastik	
Do. 10:00 - 11:00 Uhr	Gr. Saal

Fortsetzung siehe nächste Seite

! **Zeitliche oder räumliche Änderung**
Gr. Saal: Großer Saal Vereinsturnhalle
RSS: Robert-Schumann-Schule
Kl. Saal: Kleiner Saal Vereinsturnhalle
Gym. Raum: Gymnastikraum Vereinsturnhalle
Kalbach: LA-Halle Kalbach



STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT

Einkommensteuer
Immobilienbesteuerung
Vermögensverwaltung
Erbschaftsteuer- und
Schenkungssteuerrecht
Allgemeine Steuerberatung

Praunheimer Landstraße 199
60488 Frankfurt am Main

Tel 069 . 50 69 79 69
Fax 069 . 53 08 77 69

kanzlei@c-e-b-gmbh.de
www.c-e-b-gmbh.de

MARTINI'S MOBIL HAIR DESIGN

Mo. - Fr. von 9:00 - 18:00 Uhr

Terminvereinbarungen für Hausbesuche unter:

Mobil 0172 - 98 66 380

Martinis-hairmobil@gmx.de
Inhaberin: Manuela Hinkel



GaWaSan

Sanitär- und Heizungstechnik
Komplettbäder mit Ideen

GaWaSan GmbH
Alt Heddernheim 11
60439 Frankfurt a/M

Tel.: 069 / 95 10 98 70
Fax.: 069 / 95 10 98 777
www.gawasan.de

25 Jahre Handarbeits-Ecke

Alexandra Krieger

Kurzwaren

Textilwaren

Wolle



Strümpfe

Nähzubehör

Stick-Zubehör

Tel.: 069 - 57 02 32
Alt Hedderheimer 19
60439 Frankfurt

Mo., Di., Mi., Fr., Sa.: 10:00-13:00 Uhr
Mo., Di., Fr.: 15:00-18:00 Uhr
Donnerstag geschlossen

Gaststätte

Momberger

Inh. Bernd Greb
Eigene Apfelweinkelterei,
eigene Schlachtung
60439 Frankfurt
Alt Heddernheim
Tel: 57 66 66



Die Blume

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 8:30-18:30 Uhr
durchgehend geöffnet!
Samstag: 8:30 - 14:00 Uhr
Sonntag: 10:00 - 12:00 Uhr

Friedrich Petzold GmbH
60439 Frankfurt/M. In der Römerstadt 106
Telefon: 069 / 57 19 61

Turnerschaft Heddernheim nimmt am Projekt „100 klimaaktive Vereine“ teil

Der Vorstand hatte sich schon im Jahr 2009 entschieden, an der vom Landes Sportbund Hessen e. V. initiierten Aktion teilzunehmen und die „Charta der 100 klimaaktivsten Vereine“ zu unterzeichnen.

Mit etwas Glück gewinnt unser Verein 1000 Euro für Klimaschutzmaßnahmen, die unter den ersten 100 Vereinen ausgelost werden.

Zielsetzung ist, den Klimaschutz in den Sportanlagen sowie die Sensibilität bei den Vereinsmitgliedern zu verbessern und Maßnahmen – ob groß oder klein – in den Vereinen umzusetzen.

Durch die Unterstützung des Landessportbundes Hessen e. V. ergibt sich für den „klimaaktiven Sportverein“ folgender Nutzen:

1. Untersuchung Ihrer Sportanlage auf klimarelevante Einsparpotentiale
2. Aufstellung eines Aktionsplans für Ihren Verein (Nachhaltigkeitsstrategie)
3. Hilfestellung/Begleitung von Planungen und Umsetzung von Maßnahmen (Förderung und Finanzierung)
4. Mitarbeiterausbildung zum/zur „Umwelt- und Klimaschutzberater/in im Sport“ zu Sonderkonditionen
5. Fortbildung Ihrer Vorstände, insbesondere der Sportstättenbeauftragten sowie von interessierten Mitgliedern zum Thema: „Nachhaltigkeit und Sport(-stätten)“
6. Sonderförderung für Maßnahmen zum „Klimaschutz- und zu Kosteneinsparungen im Sportverein“, die nach einer Öko-Check-Beratung beantragt werden können.



Die Urkunde zur Teilnahme am Projekt wurde am 18.11.2010 feierlich im Rahmen der Veranstaltung „sportinfra“ vom Vizepräsidenten des Landessportbundes Rainer Klatt und für das Land Hessen von Mark Weinmeister (Staatssekretär im Ministerium Umwelt, Energie, Landwirtschaft und Verbraucherschutz) überreicht.

Oliver Meffert
1. Vorsitzender



v.l.n.r.:
Mark Weinmeister, Oliver Meffert, Rainer Klatt

Tanzabend der Turnerschaft zum 150-jährigen Jubiläum

(aus der Perspektive eines Tänzers)

Am Samstag, dem 30. Oktober trafen wir uns um 10:00 Uhr mit rund 25 Mitgliedern, um die Turnhalle für die Feierlichkeiten vorzubereiten. Die Tische und Stühle wurden nach einem genauen Plan aufgestellt und die Halle dekoriert. Gegen 11:30 Uhr war die Halle soweit und konnte dann gleich genutzt werden, um die letzten Proben der Tanzformationen durchzuführen. Ab 19:00 Uhr war Einlass und die Turnhalle bzw. der Saal füllte sich.

Nach einleitenden Worten von Oliver Meffert gab es einen Auftritt der Jazz-Dance Mädchen zu Michael Jacksons „Thriller“. Nun übernahm die Band „The Diamonds“ und spielte Musik aus den 50er Jahren. Die 50er Jahre waren wohl gezeichnet von Rock 'n Roll und anderer schneller Musik, was zu viel Schweiß auf der Tanzfläche führte (Anmerkung – keine Ahnung, ob das normal war in den 50er Jahren). Auch war die Musik für Gespräche am Tanzflächenrand etwas laut, aber man konnte sich ja auch in die „Kneipe“ zurückziehen, oder einfach nur die Musik genießen.

Nun kam unser erster Auftritt – „Disco-Fox meets Cha-Cha-Cha“ war die spontane Idee unseres Trainers, als er am Tag vorher gefragt wurde, wie der Auftritt heißen würde – wir Tänzer dachten zwar eher an „I'm so weak“ (ich bin so schwach), wie die Stelle hieß, an der die Hände alle zur Pose in der Mitte sein sollten. Na – haben Sie es gesehen? Puh – der Auftritt lief

super – (fast) alle Schwächen der letzten Wochen waren überwunden und etwas mehr als ein Jahr Vorbereitung hatte sich ausgezahlt. Dann umziehen und zurück in den Saal die Tanzfläche nutzen – es begann mit einem Wiener Walzer – wohl den einzigen Standard-Tanz an diesem Abend. Die Musik wandelte sich etwas und die Tanzfläche war eigentlich ständig voll. Ich hätte nie mit so vielen begeisterten Tänzern gerechnet und war somit positiv überrascht.



„James Bond Show“ war der Titel des Auftritts von „Eddi Broschat“ und Torsten Gassner, der die nächste Attraktion des Abends war. Sie zeigten eine bunte Mischung der lateinamerikanischen Tänze auf Musik aus James Bond Filmen. Und weiter ging es mit den Diamonds – wieder war die Tanzfläche überfüllt. Nach 22:00 Uhr kam unser zweiter Auftritt – „Wild Wild West“. Auch hier war wochenlanges Training notwendig gewesen und bis zum letzten (Donners-) Tag war noch unklar,

wer alles mitmachen würde. Aber auch dies lief doch tatsächlich ohne große Probleme und zeigte, dass mit dem notwendigen Adrenalin alle zu Höchstleistungen fähig sind. Wieder wurde fleißig getanzt oder wer bis jetzt noch nichts gegessen hatte (damit es für den Auftritt nicht schwer im Magen liegt) schlug nun zu.



Zur Geisterstunde – und auch noch Halloween – betrat acht zwielichtige Gestalten (mit Sonnenbrillen) den (dunklen) Saal. Die Tanzfläche war mit acht kleinen Kästen bestückt, auf die diese acht Gestalten zuliefen. Nach einem kurzen aber unvollständigen Strip begann eine mörderische Step-Choero nach Musik von Queen. Die Gestalten nutzen danach noch die Chance, die Tanzfläche mit den vielen anderen zu teilen, um dann noch den Time Warp (Rocky Horror Picture Show) zu tanzen. Kurz darauf war auch

die Darbietung der Diamonds zu Ende und der Abend klang aus. Hier und da wurde noch etwas getrunken und gebabbel ...

11:00 Uhr am nächsten Morgen (zum Glück 12:00 Uhr nach Sommerzeit) war Aufmarsch der Abbau-Fraktion. Knapp 20 Erwachsene und 2 Kinder räumten die Tische und Stühle, sowie die zahlreiche Deko wieder zusammen und verwandelten den Saal wieder in eine Turnhalle.

Helge Harren

Termine Termine

11.3.2011 Mitgliederversammlung
20:00 Uhr im Kleinen Saal

PIETÄT SCHÜLER

Erd-Feuer-Seebestattungen
Überführungen vom Sterbeort zu
allen Friedhöfen im In- und Ausland,
Bestattungsvorsorge

seit 1936

Andreas Schüler GmbH
In der Römerstadt 8-10
60439 Frankfurt am Main

Telefon: 57 22 22 und 57 30 40

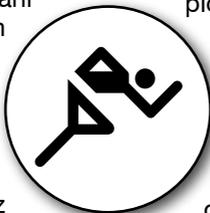
Besuchen Sie uns im Internet: www.schueler-pietaet.de

Alle Jahre wieder ...

nein das ist nicht der Text für das Weihnachtslied, sondern der Bericht von der Sportabzeichengruppe, denn diese hat sich zum Saisonabschluss und zur Übergabe des Deutschen Sportabzeichens wie jedes Jahr in gemütlicher Runde getroffen und gefeiert. Aber ich glaube, ich fange mal von vorne an! Unsere diesjährige Saison begann etwas anders als die Jahre zuvor, denn unser Sportplatz wurde saniert und war für uns nicht zu nutzen. Also haben wir uns auf die Suche gemacht, wo wir denn dieses Jahr unser Sportabzeichen machen können. Nach längerer Suche und zahlreichen Telefonaten mit Nachbarvereinen, hat sich Blau-Gelb Ginnheim bereit erklärt, den Platz mit uns zu teilen. Da wir ja nur Gäste auf dem Platz waren, mussten wir unsere Trainingszeiten total umstellen.

Hier noch mal ein Dankeschön an die Teilnehmer, die ihren Terminkalender umgekrempelt haben. Ja und dann verlief eigentlich alles wie immer, es wurde losgelaufen, um die Bestzeiten des letzten Jahres noch zu verbessern und die anderen Disziplinen (Hochsprung, Weitsprung, Kugelstoßen) wurden genauso ernst genommen wie jedes Jahr. Gelegentlich kamen auch einige angehende Sport-

studenten vorbei und haben gedacht, denen zeigen wir mal wie man 3000m läuft. Doch hier hatten sie die Rechnung ohne unsere Teilnehmer gemacht, denn die waren in einigen Zeiten besser als die Sportstudenten. Weil alles so gut lief waren wir auch etwas früher mit allen Disziplinen fertig und konnten somit schon vor den Herbstferien die Hallensaison wieder eröffnen. Natürlich gehört zu dem Sportabzeichen auch etwas Bürokratie, aber die ist mir sehr leicht gefallen als ich die Leistungen meiner Teilnehmer nochmal auf den Laufkarten gesehen habe. Und plötzlich war es auch schon wieder November und jeder fieberte der Übergabe entgegen.



An dieser Stelle noch mal ein HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH von mir für Eure hervorragenden Leistungen. Vielleicht hat der eine oder andere Leser jetzt mal Lust bekommen, uns zu besuchen und das Deutsche Sportabzeichen zu machen. Jeder ist herzlich willkommen vorbei zu schauen und mitzumachen. Ich stehe jedem mit Rat und Tat zur Seite. Über den Winter halten wir uns mit Kraft/Ausdauer und kleinen Spielchen fit und freuen uns besonders auf die nächste Saison auf dem neu angelegten Sportplatz.

Mit sportlichen Grüßen
Klaus Eberbach

Fit für die Zukunft

Heddernheim Turnerschaft feiert Jubiläum

Von Andreas Müller, FR

Mit einem musikalisch-tänzerischen Abend von Jazz über Cha-Cha-Cha bis Rock'n Roll endete am Samstagabend der Veranstaltungsreigen zum 150-jährigen Jubiläum der Turnerschaft Heddernheim. Vor knapp 200 bestens gelaunten Gästen demonstrierte der Jubilar in seiner Halle an der Habelstraße, dass er für die Zukunft bestens gerüstet ist.

„Wir sind gut aufgestellt“, betonte Erster Vorsitzender Oliver Meffert mit Blick auf räumliche und personelle Voraussetzungen. Seitdem der 41-jährige Banker vor fünf Jahren das Steuer von Thomas Rauberger übernahm, gewann die Turnerschaft mehr als 150 Sportbegeisterte hinzu. Zurzeit zählt der Verein knapp 1100 Mitglieder. Fast die Hälfte ist nicht älter als 18 Jahre. Das liegt auch an der engen Kooperation mit der benachbarten Robert-Schumann-Schule. Sie soll weiter intensiviert werden, um noch mehr Grundschüler für Sport und Spiel zu animieren. Der neueste Trend: Parallel zu den klassischen Abteilungen werden zunehmend Kurse etwa in Yo-ga und Qi Gong offeriert. Damit reagieren die Heddernheimer auch auf Forderungen ihrer Mitglieder nach mehr Flexibilität. Bestes Beispiel dafür ist das jüngste Pilates-Angebot donnerstags zwischen 10 und 11.15 Uhr. „Für Mütter, die gerade ihren Nachwuchs in den Kindergarten oder in die Schule gebracht haben, ist das ein idealer Zeitpunkt“, weiß Meffert. Schon jetzt nutzen zehn Teilnehmerinnen das Angebot.

Damit das Spektrum noch weiter aufgefächert werden kann, haben die Heddernheimer ihre Kapazitäten erweitert. Zwar bildet die große Halle, die nach der Zer-

störung im Zweiten Weltkrieg dank des großartigen Einsatzes der Mitglieder im Herbst 1950 wieder öffnen konnte das Zentrum des Sportbetriebs. Daneben aber wurden zusätzliche Übungsräume erschlossen, indem ein Teil der Küche abgetrennt und umgebaut wurde und hinter der Bühne ein Gymnastikraum entstand. Ganz nach dem Motto „Fit für die Zukunft“ unterzog sich der Sportverein kürzlich einem „Energie-Check“. Konsequenzen daraus: Die Beleuchtung wurde auf einen preiswerteren Modus umgestellt und die veraltete Heizung in der Turnhalle wurde durch eine neue ersetzt. An den Kosten beteiligte sich auch die Stadt Frankfurt.

Das größte kommunale Geburtstagsgeschenk stellten jedoch die knapp drei Millionen Euro dar, die in den Sportplatz Brühlwiese flossen. Dort wurde der Rasenplatz erneuert, der Tennen in einen Kunstrasenplatz verwandelt, es entstand ein neues Funktionsgebäude und eine moderne Weit- und Hochsprunganlage sowie zwei Tartanbahnen.

„Nun freuen wir uns schon aufs Frühjahr, um dort für das Sportabzeichen zu trainieren“, sagt das Ehepaar Depner. 23 Mal errangen die beiden das Abzeichen bereits. Um ihre Mitglieder gezielt darauf vorzubereiten, riefen die Heddernheimer schon vor mehr als 30 Jahren eine spezielle Abteilung ins Leben. Aktuell gehören ihr unter der Regie von Übungsleiter Klaus Eberbach rund 35 Sportler an. Kein Wunder, dass die Turnerschaft Heddernheim beim „Deutschen Sportabzeichen“ stadtweit mit den Ton angibt.



Alfons Dresch Haustechnische Anlagen GmbH

Spenglerei - Installation - Gas - Wasser - Kanal

Sanitär - Heizung - Lüftung - Solaranlagen

Höhenstraße 45 60585 Frankfurt am Main
Tel.: 43 14 17 E-Mail: alfonsdresch@web.de



Absender: Turnerschaft 1860
Frankfurt/M.-Heddernheim e.V.
Habelstraße 11
60439 Frankfurt/Main
Tel.: 069 / 57 75 33

IMPRESSUM

Herausgeber: Turnerschaft 1860 Frankfurt/M.- Heddernheim e.V.,
Habelstraße 11, 60439 Ffm.

Geschäftsstelle: Vereinsturnhalle, 1. Stock, Eingang Severusstraße

Öffnungszeiten: Dienstag und Donnerstag von 16.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch von 10:30 - 13:00 Uhr

Telefon: 069 / 57 75 33

Fax: 069 / 69 59 89 40

1. Vorsitzender: Oliver Meffert

Redaktion: Gregor Hinkel

Layout, Satz: Petra Kreß, Dipl. Designerin (FH), Tel.: 95 73 85 02

Copyright: Verein, Logos: 1976 by ERCO

Druck: Gemeindebriefdruckerei, Martin-Luther-Weg 1, 29393 Groß-Oesingen

Internet: kontakt@turnerschaft-heddernheim.de
www.turnerschaft-heddernheim.de

Bankverbindung: Frankfurter Sparkasse, Konto Nr. 255696, BLZ 500 502 01

Namentlich gekennzeichnete Artikel stellen die Meinung des Autors, nicht aber unbedingt die Meinung des Vorstandes dar. Der Bezugspreis ist im Vereinsbeitrag enthalten.

Judo: Klaus Herleth	judo@turnerschaft-heddernheim.de
Leichtathletik: Dennis Hesse	leichtathletik@turnerschaft-heddernheim.de
Musikzug: Michael Reinhardt	musikzug@turnerschaft-heddernheim.de
Sportabzeichen: Klaus Eberbach	sportabzeichen@turnerschaft-heddernheim.de
Turnen: Thorsten Barufke - Schmidtell	2.vorsitzender@turnerschaft-heddernheim.de
Jugendausschuss: Dennis Hesse	jugendausschuss@turnerschaft-heddernheim.de
Sportwart: Klaus Eberbach	sportwart@turnerschaft-heddernheim.de
Geschäftsstelle: Nicole Egner-Meffert	kontakt@turnerschaft-heddernheim.de
Pressewart: Gregor Hinkel	presse@turnerschaft-heddernheim.de