



44. Jahrgang

03/2010

TURNER-ZEITUNG

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



Einschulung in der Vereinsturnhalle, s. Seite 2-3

Aerobic Ballett Basketball Ballsport für Kids Bewegungsbausteine Eltern/Kinder
Fit For Fun Frauengymnastik Freizeitfußball Funktionsgymnastik
Jazztanz Judo Kinderturnen Konditionsgymnastik Krafttraining
Musikzug Osteoporosegymnastik Pilates Qi Gong
Schwimmen, Sauna Sportabzeichen Skigymnastik Sport für
Tanzsport Tischtennis Volleyball Wirbelsäulengymnastik

**Vereinsabend
anlässlich des
150-jährigen
Jubiläums am
Samstag, den
30.10.2010
Infos auf Seite 9**

Einschulung in der Turnhalle

Am 17.8.2010 um 10.20 Uhr war es endlich so weit: für die Erstklässler wurde die Klasseneinteilung in der Turnhalle bekanntgegeben.

Aber Moment - wieso in der Turnhalle??? Alles in der Reihenfolge ...

Schon im Mai hatten sich der Vorstand der Turnerschaft, des Fördervereins, des Schulleiternbeirates und die Schulleitung der Robert Schumann Schule getroffen und vereinbart, dass die Einschulung 2010 nach dem Gottesdienst in der Turnhalle stattfinden soll.

Deshalb fanden sich die fleißigen Helfer des Elternbeirates, des Fördervereins und der Turnerschaft am Abend des 16.8.2010 gegen 19.00 Uhr in der Turnhalle zusammen, um den Aufbau für diese Veranstaltung vorzubereiten. Es wurden Stühle gestellt, Bänke aufgereiht, Stehtische platziert sowie Tische für die beiden Vereine zur Verfügung gestellt. Zusätzlich wurden Vorkehrungen für die Kuchentheke und die warmen Getränke getroffen. Die Mikrofone und die Lichtanlage wurden installiert, die Treppe an die Bühne gestellt und mit Luftballons dekoriert.

Gegen 20:15 Uhr wurde schon eine erste Begutachtung durch die Teilnehmer der Konditionsgymnastik, die in den Kleinen Saal ausweichen mussten, durchgeführt und für „gut“ befunden. Der Infostand der Turnerschaft wurde mit Plakaten, Info-Flyern, Programmen, Festschriften, T-Shirts, Trainingsanzügen und einem digitalen Bilderrahmen ausgestattet.

Am 17.8.2010 kochten die Helfer schon ab 8.00 Uhr Kaffee und stellten die gespendeten Kuchen auf das Küchenbuffet. Als gegen 10:00 Uhr die ABC-Schützen mit ihren Familien eintrafen, fanden sie eine perfekt vorbereitete Halle vor, so dass die Feierlichkeit starten konnte. Nach der Begrüßung durch die Schulleiterin Frau Legner wurden vom Schulchor zwei Lieder gesungen und es konnte dann die lang erwartete Klasseneinteilung vorgenommen werden. Nachdem die Erstklässler mit ihren Klassenlehrerinnen für eine erste Stunde in das Schulgebäude gegangen waren, wurden die Eltern mit Kaffee und Kuchen versorgt. Diese Zeit nutzen die Vereine und der Schulleiternbeirat um etwas Werbung für die Arbeit der Institutionen zu machen. Aber auch an den Infoständen der Vereine wurde rege nachgefragt.

Als die Kinder nach einer Stunde wieder aus den Klassen zurückkehrten und viel zu erzählen hatten, löste sich die Veranstaltung langsam auf, wobei dann die Feiern in den Familien sehr wahrscheinlich erst begannen. Insgesamt waren alle Beteiligten mit der Veranstaltung sehr zufrieden und somit steht fest: im nächsten Jahr wird es am 2. Schultag nach den Sommerferien wieder heißen: „Willkommen in der Turnhalle zur Einschulung!“. Besten Dank an alle Helfer für die gute Zusammenarbeit!

Oliver Meffert



Die Schüler/innen einer neuen 1. Klasse sind gespannt auf ihre erste Schulstunde.



Ansprachen (v.l.n.r.) Oliver Meffert (Turnerschaft), Oliver Kreiter (Förderverein) und Waltraud Legner (Schulleiterin)



Informationsstand bei der Einschulung (v.l.n.r.) Simone Glaser (Jugendwartin) und Nicole Egner – Meffert (Geschäftsstelle)

Neue Heizung für die Turnhalle

Seit über 25 Jahren sorgt die jetzige Heizungsanlage im Keller unter der Gaststätte für Wärme in der Halle und Warmwasser an den Waschbecken und Duschen. Der Vorstand hatte in den letzten Jahren immer wieder die Erneuerung wegen anderer Projekte verschoben, obwohl ein Budget vorgesehen war. Dabei musste das Risiko in Kauf genommen werden, dass die Heizung wegen eines Defektes ganz ausfällt, so dass es dann zu einer „Zwangserneuerung“ in kürzester Zeit gekommen wäre. Insgesamt war die Heizanlage in die Jahre gekommen, was sich sowohl wirtschaftlich über den Verbrauch als auch ökologisch über die Abgase zeigte.



Die Heizung

Frühzeitig waren im Januar die Anträge bei der Stadt Frankfurt, dem Landessportbund Hessen und dem Land Hessen eingereicht worden. Vorausgegangen waren Überprüfungen im Rahmen des Ökotests durch den Landessportbund Hessen und daraus resultierende Angebotseinholungen sowie die Überprüfung der unterschiedlichen Lösungen der einzelnen Anbieter.

Leider war es von zwei der vorgenannten Stellen nicht möglich, bis Juli 2010 (!) eine qualifizierte Genehmigung für den Baubeginn zu erhalten und damit verbunden eine zeitnahe Umsetzung in den Sommermonaten, in denen nur das Warmwasser abgeschaltet werden muss, zu erreichen.

Ursprünglich wollten wir den Umbau in den Sommerferien durchführen: das war nicht mehr zu halten. Ohne Genehmigung hätten wir die Zuschüsse gestrichen bekommen, so dass wir von einer vorzeitigen Umsetzung Abstand nehmen mussten. Nach mehr als halbjährlicher Vorbereitung wurde daher am Montag, dem 16.8.2010 mit der Demontage der alten Heizung durch die Firma Dresch begonnen.

Gleich am 17.8.2010 musste aber eine Zwangspause eingelegt werden, da es bei der in diesem Jahr erstmalig in der Turnhalle stattfindenden Einschulungsfeier der Robert Schumann Schule nicht



Firma Dresch in Aktion

besonders gut angekommen wäre, wenn die Redner durch Hämmern und Bohren immer wieder unterbrochen worden wären.

Für die Sportler hieß dies in der betreffenden Woche: entweder kalt oder überhaupt nicht duschen. Wie Sie den Bilder entnehmen können, war es eine wahre Sisyphos-Arbeit, alles aus dem Keller abzubauen, zu entsorgen und wieder in den Keller zu bringen und richtig zu installieren. Nun läuft aber die Anlage und wird somit hoffentlich die nächsten 30 Jahre - oder hoffentlich noch länger - für

angenehme Wärme in allen Räumen und heißes Wasser in den Duschen sorgen.

Ein herzlicher Dank geht wieder an alle, die sich an der Umsetzung beteiligt haben. Ein besonderer Dank geht an Hans Meffert, der unermüdlich bei allen Ämtern angerufen und Korrespondenzen gepflegt hat, so dass die Umsetzung nicht erst im Dezember stattfand.

Oliver Meffert

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



Versicherungspartner der Turnerschaft!

Ihr Ansprechpartner in Heddernheim:

Vereinsmitglied Peter Fackelmeyer

Tel.: 0177/5579326

169 Tage im Amt

Hallo zusammen, bei der Bundesregierung ist es ja üblich nach den ersten 100 Tagen etwas über die politischen Veränderungen zu sagen, bei uns ist das anders.

Ich wurde am 05.03.2010 von der Mitgliederversammlung als Sportwart gewählt und versuche seitdem alles Mögliche um den Sportbetrieb am Laufen zu halten. Natürlich nicht alleine, sondern in Zusammenarbeit mit der Geschäftsstelle und dem geschäftsführendem Vorstand. Alles fing damit an: Ja, ich nehme die Wahl an! War das ein Fehler? Für den Verein mit Sicherheit nicht, allerdings leidet mit jedem Ehrenamt im Verein das Familienleben.

Wie so ein Tag im Ehrenamt aussieht? E-Mails abrufen und die Priorität festlegen, dann nach und nach abarbeiten ohne das Monate vergehen, denn es sind viele Terminsachen dabei (z.B. Anmeldungen für Wettkämpfe). Besprechungen mit dem Vorstand/Geschäftsstelle/Übungsleitern/Eltern usw. usw.. Diese Gespräche können sehr nett sein, sind sie leider nicht immer. Die aufwendigste Arbeit ist die Suche nach Übungsleitern/innen und Helfern/innen. Aber alles zu erklären wäre zu aufwendig und wenn ich dieses alles irgendjemandem erzähle, höre ich nur: Ist mir doch egal - Hauptsache unsere Sportstunde findet statt. Ach da war doch noch was... ich hab's, ich habe ja auch noch eine Sportgruppe oder zwei? Nein, das war es nicht ... ah aber jetzt, ich wollte ja gerne auch noch Sport machen, wann denn? Nein das war es wieder nicht.....da war doch...da war doch... endlich ist es mir eingefallen,

mein Arbeitgeber hätte natürlich auch noch gerne etwas von mir. Ja so sieht das aus bei einem Ehrenamt, aber mal ganz ehrlich ich mache dieses gerne für den Verein.

Sollten Sie mal Fragen oder Anregungen haben was das Vereinsleben betrifft, können Sie sich gerne bei mir melden.

Mit sportlichen Grüßen
Euer Sportwart Klaus Eberbach

Basketball

Besser als die stille Post ist die Turnerzeitung, ich hoffe auch mit dieser Info. Wie die Betroffenen ja bereits festgestellt haben, findet momentan kein Basketball statt. Dieses bedauern wir sehr. Wir haben alle Fühler ausgestreckt, aber leider momentan noch ohne Erfolg. Seit Bekanntwerden, dass der Trainer aufhört, suchen wir über das Internet, lassen unsere Kontakte zu den Nachbarvereinen spielen, haben Steckbriefe bei den Sportverbänden ausgehängt usw. usw..

Nun habe ich das Gefühl, dass ich ein kleines Licht am Ende des Tunnels sehe, denn es hat sich eine vielversprechende Quelle aufgetan. Ich kann nur hoffen, dass das Licht immer größer wird und wir demnächst, einen neuen Trainer aufweisen können.

Bis dahin müssen wir um ihr Verständnis bitten und uns entschuldigen, dass die Kinder am ersten Trainingstag förmlich im Regen gestanden haben.

Klaus Eberbach

Neue Übungsleiterin

Nach einigen Rückschlägen bei der Übungsleitersuche, gibt es mal etwas Positives zu berichten. Wir haben für das Mädchenturnen (mittwochs von 16:00-17:00 Uhr) und das Eltern/Kindturnen (freitags 15:00-16:00 Uhr) eine neue Übungsleiterin gefunden. Hiermit darf ich Frau Bianca Krille-Mensing rechtherzlich als Übungsleiterin in unserem Verein begrüßen.

Sie hat langjährige Erfahrung im Kinderturnen und wir freuen uns, dass sie ab sofort bei uns das Training übernehmen kann. Natürlich würden wir uns auch darüber freuen, wenn Sie als Eltern die neue Übungsleiterin genauso unterstützen wie sie es bei den Vorgängerinnen gemacht haben.

Wir wünschen Frau Krille-Mensing viel Erfolg und viel Spaß bei den Übungsstunden.

Klaus Eberbach

Kreismehrkampf und Blockmehrkampf

Frankfurt am Main, am 29.08.2010

Dreikampf, Schüler M8

3. Lukas Harren	649 Punkte
5. Jonas Schmidell	355 Punkte

Dreikampf, Schüler M9

6. Arne Riestler	628 Punkte
------------------	------------

Dreikampf, Schüler M10

2. Philipp Weil	975 Punkte
4. Julian Grauel	932 Punkte
5. Philipp Dillenburger	912 Punkte
7. Daniel Harren	861 Punkte
8. Keven Viertel	704 Punkte

Blockwettkampf Lauf, Schüler M12

1. Tobias Harren	1557 Punkte
------------------	-------------

Dreikampf, Schülerinnen W8

2. Ella Firlé	594 Punkte
---------------	------------

Dreikampf, Schülerinnen W9

8. Meret Knichel	595 Punkte
------------------	------------

Dreikampf, Schülerinnen W10

4. Paula Essel	815 Punkte
----------------	------------

Dreikampf, Schülerinnen W10

11. Mia Firlé	880 Punkte
---------------	------------

Dreikampf, Schülerinnen W12

4. Sophie Balling	1046 Punkte
5. Fiona Löw	736 Punkte

Dreikampf, Schülerinnen W12

2. Aylin Viertel	915 Punkte
------------------	------------



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

 **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

 **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

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

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



Seit 1935 Fachgeprüfte Bestatter

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



PIETÄT SCHÜLER

Andreas Schüler GmbH
In der Römerstadt 8-10,
60439 Frankfurt am Main
Heerstraße 28,
60488 Frankfurt am Main

Besuchen Sie uns im Internet: www.schueler-pietaet.de Telefon: **57 22 22 und 57 30 40**

**Vereinsabend
zum Abschluss des Vereinsjubiläum**

Am Samstag, dem 30. Oktober 2010 findet ab 19.00 Uhr zum Abschluss unseres Vereinsjubiläums der Vereinsabend unter anderem mit Vorführungen unserer Tanzgruppen statt. Zusätzlich wird Edeltraut Broschat mit ihrem Tanzpartner eine Tanzeinlage zeigen.

Zum Tanz spielt die Show-Band „The Diamonds“ auf.

Der Kartenvorverkauf zum Preis von 5,- Euro startet im Oktober 2010

auf der Geschäftsstelle zu den bekannten Öffnungszeiten (genauer Zeitpunkt wird per Aushang bekannt gegeben).

Wir würden uns über Ihr Kommen freuen.

Termine Termine Termine Termine

24.09.2010 Redaktionsschluss nächste Turnerzeitung

5.12.2010 Schülerweihnachtsfeier

12.12.2010 Hedderheimer Weihnachtsmarkt

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



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 - 18:30 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
Do. 18:30 - 20:30 Uhr	Kalbach
Sportabzeichen	Sportplatz
Do. 18:30 - 20:30 Uhr	Blau-Gelb

Tanzen

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

Ballsport

Ballsport 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	
Basketball	ab 10 Jahre
findet z. Zt. nicht statt	
Tischtennis I	ab 7 Jahre
Mi. 17:00 - 18:30 Uhr	RSS

Tischtennis II	ab 9 Jahre
Fr. 18:00 - 20:00 Uhr	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

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
Männer	
Mi. 21:00 - 22:00 Uhr	Gr. Saal
Bodystyling	
Mi. 19:30 - 20:30 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

Judo

Training Gürtelprüfung

Do. 16:30 - 18:00 Uhr Gr. Saal

Schüler/innen 6 - 10 Jahre

Fr. 17:00 - 18:30 Uhr Gr. Saal

Jugend & Erwachsene ab 13 Jahre

Di. 18:00 - 20:00 Uhr Gr. Saal

Jugend & Erwachsene ab 13 Jahre

Fr. 18:30 - 20:00 Uhr Gr. Saal

Kurse

Osteoporose

Mi. 08:30 - 09:15 Uhr Kl. Saal

Mi. 09:30 - 10:15 Uhr Kl. Saal

Mi. 10:30 - 11:15 Uhr Kl. Saal

Rückenfitness

Mo. 19:00 - 20:00 Uhr Kl. Saal

Qi Gong Basiskurs

Do. 18:00 - 19:30 Uhr Kursraum

Qi Gong Anfängerkurs

Do. 19:45 - 21:15 Kursraum

Pilates am Vormittag

Do. 10:00 - 11:15 Kl. Saal

Pilates am Abend Anfänger

Mi. 18:30 - 19:30 Uhr Kl. Saal

Pilates am Abend Basiskurs

Mi. 18:30 - 19:30 Uhr Kl. Saal

Yoga am Vormittag

Fr. 10:00 - 11:30 Uhr Kl. Saal

Wirbelsäulengym., Yoga und Entspannung

Do. 19:30 - 21:00 Uhr Kl. Saal

Yoga Basiskurs

Do. 18:00 - 19:30 Uhr Kl. Saal

**Aktuelle Informationen zu den Kursen
finden Sie auf den Seiten 16-18**

WIR LEISTEN VIEL MEHR ALS NUR DRUCK

Entwurf mit Druck	Stanzan mit Druck
Satz mit Druck	Wir drucken auch
Falzen mit Druck	für Sie. Sogar mal
Heften mit Druck	unter Zeit-Druck.
Nuten mit Druck	



DRUCKEREI
MÜNKER & SCHMIDT G MBH
TALSTRASSE 49 TELEFON 0 69 / 9 5 0 4 8 4 - 0
60437 FRANKFURT TELEFAX 0 69 / 9 5 0 4 8 4 - 18

Parkplatzprobleme

Jeder Hedderheimer kennt die Parkplatzprobleme hier im Stadtteil. Da dreht man schon ein paar Runden bis man einen einigermaßen guten Parkplatz ergattert hat. Zuvor ist man aber an den zu kleinen Lücken verzweifelt oder an der Einfahrt, die nicht zugeparkt werden darf. Das ist alles sehr ärgerlich, wenn man in seine Übungsstunde möchte.

Aber was weitaus ärgerlicher ist: die Autofahrer, die aus Bequemlichkeit vor der Zufahrt neben unserem Sportlereingang in der Severusstraße parken oder ein Stück weiter vorne, einfach auf dem Bürgersteig. Als Fußgänger kommt man gerade noch an dem Auto vorbei, wenn der Aussenspiegel eingeklappt ist. Mit einem Kinderwagen, muss man auf die Straße ausweichen. Auch der Zaun an der Ecke Habel-, Severusstraße ist nicht dafür vorgesehen, um Fahrräder daran anzuschließen. Es ist schon überraschend, dass sich die Anwohner noch nicht darüber beschwert haben. Im Bereich vor dem Haupteingang in der Habelstraße

besteht Parkverbot und dies wird auch regelmäßig kontrolliert.

Wir hoffen, dass dieser kleine Appell ankommt und man sich auch einmal überlegt, ob man nicht auch zu Fuß oder mit dem Rad zu seiner Übungsstunde kommen kann.

Der Vorstand

Kelterei Walther

Wir sind umgezogen!

Unser neuer Standort
ist nur 2 min. entfernt,
in der Kastellstraße 19
60439 Frankfurt.

Telefon: 069 - 57 19 65



GaWa:San

Sanitär- und Heizungstechnik
Komplettbäder mit Ideen

GaWaSan GmbH Tel.: 069 / 95 10 98 70
Alt Hedderheim 11 Fax.: 069 / 95 10 98 777
60439 Frankfurt a/M www.gawasan.de

Wochenendausflug der Sportabzeichengruppe

vom 25.06.2010 bis 27.06.2010 nach Berghausen



Berghausen wird im Jahr 1260 erstmals urkundlich erwähnt. Die Grafen von Katzenelnbogen waren bis 1479 Landesherren der Untergrafschaft Katzenelnbogen und damit auch Berghausens. Größter Grundherr in Berghausen war bis zur Säkularisation das Ferrutiusstift in Bleidenstadt. Seit 1806 gehörte der Ort zum Herzogtum Nassau, ab 1866 zu Preußen. Seit 1946 ist Berghausen Teil des damals neu gegründeten Landes Rheinland-Pfalz. 1973 kam es im Zuge einer Verwaltungsreform zur Bildung der Verbandsgemeinde Katzenelnbogen, der die Ortsgemeinde Berghausen angehört.

Metzgerei Gustav Hesselbach

Frankfurt a/M - Hedderheim
Mark-Aurel-Straße 18
empfiehlt seine Fleisch- und Wurstwaren
nach Hausmacherart
Telefon: 57 21 66

Wo liegt denn nun Berghausen? Es liegt im nordwestlichen Teil des Taunus, etwa 15 km südlich von Limburg, gehört aber nicht mehr zu Hessen sondern zu Rheinland Pfalz. Es ist ein Dorf, das im Jahre 2010 ca. 330 Einwohner zählt. Es hat bis heute seinen dörflichen Charakter behalten. So viel für die, die nicht mit dabei waren.

Dabei waren 31 Personen, die trotz Fußballweltmeisterschaft es sich nicht haben nehmen lassen mit der Gruppe zwei Tage zu entspannen und um etwas anderes zu sehen. Dazu hatten die Organisatoren keine Mühen gescheut alles bis ins Kleinste vorzubereiten.

Wer sind denn die Organisatoren, die immer nur mit Ha, He, Ho sich zu erkennen geben? Hier die Aufklärung: Hans Meffert (Ha), Heinz Küchler (He) und Horst Depner (Ho). Wer bei unserer Sportabzeichengruppe mitmacht kennt sie.

Wir kamen gut nach Berghausen, die Häuser waren geschmückt, Fahnen hingen an den Masten und aus manchen Fenstern. Solch eine Begrüßung hatten wir uns nicht vorgestellt. Alles für die 31 Hedderheimer? Immerhin stellten wir doch 10% der Einwohner Berghausens. Aber wir wurden eines Besseren belehrt. Berghausen feierte seine 750 Jahrfeier. 750 Jahre und noch ein Dorf. Da es ein Bauerndorf geblieben ist, zeigte es sich von seiner schönsten Seite.

Ha, He, Ho hatten alles im Griff und versorgten jeden von uns mit einem bis ins Kleinste ausgedrucktem Programm für die 2½ Tage. Und so ging es los: Am Anknunftstag, also am Freitag, begannen wir um 16.00 Uhr mit einer Rundwanderung um das Dorf Berghausen. Unser Dorf liegt vor einer bewaldeten Anhöhe und so

wanderten wir zur Anhöhe, streiften durch den Wald und man erklärte uns, daß sich hier Hügelgräber befinden. Es sind Begräbnisstätten der Bronzezeit (2000 – 800 v. Chr.) Das bedeutet, daß das heutige Berghausen vermutlich viel älter ist als 750 Jahre. In Berghausen sahen wir ein Musterfeld, das die Bauern bestellt hatten, auf dem unterschiedliche Getreidesorten standen, auch solche, die im Mittelalter bevorzugt angebaut wurden. Es war eine interessante Wanderung. Kurz vor dem Abendessen erreichten wir wieder unser Hotel. Wir machten uns frisch und setzten uns an eine gedeckte Tafel zum Abendessen.

Am anderen Morgen trafen wir uns nach dem ausgiebigen Frühstück um 9.00 Uhr an unseren Autos. Wir fuhren mit 8 Fahrzeugen nach Katzenelnbogen, um von dort weiter mit dem Bus nach Limburg zu fahren. Der Bus war bestellt und so warteten wir an der verabredeten Einstiegsstelle. Der Bus kam, wir stiegen ein, während Horst den Fahrpreis beim Fahrer für uns entrichtete, hielt hinter uns ein Sonderbus. Dieser Bus wollte uns transportieren, hatte aber keine Genehmigung die Landesgrenze zu überschreiten. Wir befanden uns ja in Rheinland Pfalz und Limburg liegt in Hessen. Damit war wieder alles klar.

In Limburg angekommen erwarteten uns zwei Fremdenführer. Wir teilten uns auf und hatten bis zum verabredeten Mittagessen ca. 2 Stunden Zeit. Unser Fremdenführer zeigte uns die Sehenswürdigkeiten der Altstadt und so erfuhren wir einiges über die Fachwerkhäuser aus dem 15. und 16. Jahrhundert und wie die Kaufleute ihre Fuhrwerke durch die engen Gassen manövierten. Den Dom erklärte man uns von außen. Die Zeit ging

schnell vorbei und man erwartete uns bereits in der Obermühle zum Mittagessen. Das Essen war bereits vorbestellt, so daß wir pünktlich um 13.00 Uhr das Fahrgastschiff „Wappen von Limburg“ zu einer Lahnfahrt besteigen konnten.

Wir saßen auf dem sonnigen Oberdeck und haben die Fahrt auf der Lahn bis Balduinstein bei herrlichem Wetter genossen. Wir sahen das Schloß Oranienstein, Diez, und die ehemaligen Steinbrüche. Auch Marmor wurde an der Lahn gebrochen und verschifft. Diese Steinbrüche liegen heute brach, auch der industrielle Schiffsverkehr wurde eingestellt. In Balduinstein war Endstation es war etwa 15.15 Uhr. Wir genehmigten uns in einem schattigen Gartenlokal in der Nähe des Bahnhofes einen Apfelwein bis uns ein Zug um 16.00 Uhr wieder zurück nach Limburg brachte.

Hier stiegen wir wieder in unseren Bus, der uns nach Katzenelnbogen fuhr. Nach dem Abendessen in unserem Hotel machten wir einen Verdauungsspaziergang durch das Dorf. Immerhin begannen am Samstag die Feierlichkeiten zur 750 Jahrfeier. In einem Festzelt präsentierten sich auf einer kleinen Bühne die ortsansässigen Vereine und zeigten ihr Können. Der eigentliche Festumzug sollte am Sonntag sein.

Zurück im Hotel tranken wir noch ein Gläschen Wein und begaben uns auf unsere Zimmer, denn es war ein ereignisreicher Tag mit vielen Sehenswürdigkeiten, und wir hatten die nötige Bettschwere. Am Sonntag nach dem Frühstück zahlten wir unsere Zimmer und fuhren in einem Konvoi zur Burg Hohlenfels. Dort parkten wir unsere Fahrzeuge und machten einen Spaziergang von ca. 4 km rund um

die Burg. Auch hier gab es viel zu sehen, vorbei an 3 – 4 m abgesackten Erdformationen, die abgesperrt waren und mit Warnschildern das Betreten der Grube untersagten. Und das mitten im Wald. Vermutlich befinden sich unterirdisch große Hohlräume. Den Gesteinsarten zu folgern können sich auch unterirdische Tropfsteinhöhlen befinden, die neu erschlossen werden müssen. In ferner Zukunft wird Hohlenfels vielleicht um eine Touristenattraktion reicher sein.

Nach dem Spaziergang um Burg Hohlenfels fuhren wir zum Mittagessen ins Restaurant auf die Burg Schwalbach. Hier war für uns bereits im Rittersaal gedeckt, denn es war alles für uns zum Mittagessen um 12.30 Uhr vorgebucht. Die Speisekarte war umfangreich und jeder konnte nach seinem Geschmack essen und trinken. Es war ein gelungener Abschluß und rundete den Wochenendausflug der Sportabzeichenabteilung harmonisch ab. Heinz Küchler sprach abschließende Worte und wünschte allen eine gute Heimreise.

Hier möchte ich mich bei Ha, He, Ho für die geleistete Arbeit bedanken. Sie haben alles organisiert von der Hotelbuchung über Bus- und Schiffsreservierung bis hin zur Gaststättenauswahl. Immerhin waren wir eine stolze Gruppe von 31 Personen. Alles mußte abgeklärt und minutiös abgestimmt werden. Selbst die Fahrpläne der Züge und Busse waren in unserem Zeitplan angegeben. Wir fühlten uns wie bei Müttern, so richtig aufgehoben.

Ich sage einfach danke, es war ein schönes Wochenende!

Euer Frank

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.

Anfängerkurs

Wann: an 6 Terminen jeweils donnerstags, Uhrzeit: 19.45 - 21.15 Uhr
11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12. und 16.12.2010

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

Basiskurs

Wann: an 15 Terminen jeweils donnerstags, Uhrzeit: 18.00 - 19.30 Uhr
19.08., 26.08., 02.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.2010
Es findet kein Qi Gong am 09.09., 14.10. und 21.10.2010 statt!!!

Kosten: für Mitglieder 120,- , für Nichtmitglieder 225,- 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 Fitnessstraining für den Rücken mit einem hohen Gesundheitswert.

Wann: an 12 Terminen jeweils montags, Uhrzeit: 19.00 - 20.00 Uhr
23.08., 30.08., 13.09., 20.09., 27.09., 04.10., 25.10., 01.11., 08.11., 15.11., 22.11. und 29.11.2010

Es findet keine Rückenfitness statt am 06.09.2010 und während der hessischen Herbstferien.

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

Mindestteilnehmer: 5 Personen, maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen

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

Allgemeine Information zu den Kursen auf den Seiten 20 - 22

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.

P 1 Neues Kursangebot - Pilates am Vormittag (Anfänger und Fortgeschrittene)

Wann: an 12 Terminen jeweils donnerstags, Uhrzeit: 10.00 - 11.15 Uhr
26.08., 02.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11. und 02.12.2010
Kein Pilates am 09.09.2010 und Pause während der Herbstferien.

Kosten: für Mitglieder 72,- Euro, für Nichtmitglieder 144,- 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.

P 2a Pilates am Abend Anfängerangebot:

Wann: an 2 Terminen Einführung für Anfänger mit der Möglichkeit dann am Basiskurs (10 Einheiten) teilzunehmen
Mittwochs, Uhrzeit: 18.30 - 19.30 Uhr
01.09. und 15.09.2010 + Termine Basiskurs

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

P 2b Pilates am Abend Basiskurs:

Wann: an 10 Terminen jeweils mittwochs, Uhrzeit: 18.30 - 19.30 Uhr
22.09., 29.09., 06.10., 27.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11., 01.12., 08.12.2010

Es findet kein Pilates während der hessischen Herbstferien statt.

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

Y 1 Yoga am Vormittag

Wann: an 10 Terminen jeweils freitags,
Uhrzeit: 10.00 - 11.30 Uhr

24.09., 01.10., 08.10., 29.10., 05.11.,
12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12.2010
Keine Übungseinheit am 15.10.2010 und
22.10.2010 (Hess. Herbstferien)

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

Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen,
maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen

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



Y 3 Wirbelsäulengymnastik, Yoga und Entspannung

Wann: an 12 Terminen jeweils donnerstags, Uhrzeit: 19.30 - 21.00 Uhr
26.08., 02.09., 16.09., 23.09., 30.09.,
07.10., 28.10., 04.11., 11.11., 18.11.,
25.11. und 02.12.2010

Es findet kein Yoga am 09.09.2010 und während der hessischen Herbstferien statt.

Kosten: für Mitglieder 72,- Euro, für Nichtmitglieder 144,- Euro

Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen,
maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen

Kursleitung: Frau Renate Rost, fachlich ausgebildete Sportwissenschaftlerin



150 Jahre
Turnerschaft 1860
Frankfurt am Main - Heddernheim e. V.

Habelstraße 11 60439 Frankfurt / Main
Telefon: 069 / 57 75 33 Fax: 069 / 69 59 89 40
E-Mail: kontakt@turnerschaft-heddernheim.de



Anmeldung
Kurs / Workshop

Bitte füllen Sie das Formular leserlich in Druckschrift aus.

Hiermit ermächtige/n ich / wir die Turnerschaft 1860 Frankfurt am Main Heddernheim e.V. die Teilnahmegebühr einmalig für den Kurs / Workshop

_____ Name des Kurses / Workshop
per Lastschriftverfahren* vom meinem/ unserem Giro-Konto einzuziehen.

Name des Kontoinhabers: _____

Kontonummer: _____

Bankleitzahl: _____

Geldinstitut: _____
*) Bei Rückbuchungen entstehen zusätzliche Bearbeitungskosten von 10,00 €.

Name des Kursteilnehmers _____

Wochentag, Uhrzeit _____

Kursleiter/in _____ Kursgebühr _____

Telefonnummer (bei Rückfragen) _____

E-Mail Adresse (bei Rückfragen) _____

_____ Datum _____ Unterschrift für die Anmeldung und den Lastschrifteinzug

Bei Nicht-Mitglieder benötigen wir zusätzlich noch Name und Anschrift:

Name, Vorname _____

Anschrift _____

Teilnahmebedingung

Eine Teilnahmeberücksichtigung erfolgt in der Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen bis zur vorgesehenen höchsten Teilnehmerzahl. Sollte der von Ihnen gewünschte Kurs bereits belegt sein, setzen wir uns mit Ihnen in Verbindung. Sie erhalten (soweit möglich) ein Alternativangebot oder Sie können Ihren Namen auf die entsprechende Warteliste setzen lassen. Ein späterer Einstieg kann nur nach Absprache mit dem Kursleiter erfolgen. Die Kursgebühr wird dann anteilig erhoben. Die Anmeldung ist verbindlich. Die Kursgebühr muss vor Beginn per Einzugsermächtigung über die Geschäftsstelle bezahlt werden.

Rücktritt

Bei Nichterscheinen, Rücktritt am 1. Veranstaltungstag oder im Laufe der Veranstaltung wird die volle Kursgebühr einbehalten.

1. Vorsitzender Oliver Meffert Vereinsregisternummer: 73 VR 5374 Amtsgericht Frankfurt / Main
Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:
Dienstag 16.00 Uhr - 18.00 Uhr Mittwoch 10:30 - 13:00 Uhr Donnerstag 16.00 Uhr - 18.00 Uhr
Bankverbindung: Frankfurter Sparkasse v. 1822 Konto Nr. 255 696 BLZ 500 502 01

Beratung Planung Einrichtung

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

elektro-hannappel
MEISTERBETRIEB



Absender: Turnerschaft 1860
Frankfurt/M.-Heddernheim e.V.
Habelstraße 11
60439 Frankfurt/Main
Tel.: 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 00

Copyright: Verein

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