



46. Jahrgang

01/2012

# TURNER-ZEITUNG

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

Neue Kursangebote für 2013

Schüler-Weihnachtsfeier am 09.12.2012

Frohe Weihnachten

und ein glückliches neues Jahr 2013!

Vereinsbekleidung, Schwimmbadkarten u.v.m.

Nachfolger für den 1. Vorsitzenden gesucht!

**A**erobic **B**allett **B**allsport für Kids **B**eckenbodengymn. **B**ewegungsbaustelle **E**ltern/Kind-Turnen

**F**rauengymnastik **F**reizeitfußball **F**unktionsgymnastik **G**erätturnen **H**ui Chun Gong

**H**ip-Hop **J**azztanz **J**udo **K**inderturnen **K**onditionsgymnastik **L**eichtathletik

**M**ami-Workout mit Baby **M**usikzug **O**steoporosegymnastik **P**ilates **Q**i Gong **R**ückenfitness

**S**eniorengymnastik **S**chwimmen **S**auna **S**portabzeichen **S**ki-gymnastik **S**port für Jedermann

**T**anzsport **T**ischtennis **V**olleyball **W**irbelsäulengymnastik **Y**oga

## Liebe Mitglieder,

das Jahr 2012 neigt sich dem Ende zu und damit rückt auch die Mitgliederversammlung 2013 mit den Vorstandswahlen näher.

Ich für meinen Teil habe schon im Oktober 2011 dem gesamten Vorstand mitgeteilt, dass ich nicht für eine weitere Amtszeit zur Verfügung stehen werde. Leider hat sich bis dato noch kein Nachfolger gefunden, so dass ich an dieser Stelle verdeutlichen möchte, welche Folgen es hat, wenn sich kein neuer 1. Vorsitzender findet.

Zunächst einmal haben wir bis einschließlich zur Mitgliederversammlung am Freitag, dem 15.03.2013 Zeit, einen Nachfolger zu finden und zu wählen.

Ich appelliere daher nochmals an alle Vereinsmitglieder, sich zu überlegen wie es mit dem Verein weitergehen soll. Es ist zwingend notwendig, dass ein geschäftsführender Vorstand gewählt wird, denn sonst wird es ein so umfassendes Sportprogramm in unserem Stadtteil nicht mehr geben.

Ich ermahne Sie daher auf das Deutlichste:

## „Stellen Sie sich zur Wahl!“

Oder überlegen Sie in Ihrer Übungsstunde und mit Ihren Trainingspartnern gemeinsam, wer sich zur Wahl stellen kann. Sprechen Sie uns im geschäftsführenden Vorstand an, damit wir Ihnen



erklären können, welche Aufgaben ein Vorstand in unserem Verein hat und welche Zeitaufwendung das bedeutet. Glauben Sie bitte nicht: „es wird schon einer machen ...“. Dann werden wir sicher niemand finden! Fragen Sie sich bitte aktiv, wer die Position des 1. Vorsitzenden füllen kann. Gewählt werden kann jedes Vereinsmitglied, welches das 21. Lebensjahr vollendet hat.

Wird dann kein vollständiger Vorstand – bestehend aus 1. Vorsitzenden, 2. Vorsitzenden und Schatzmeister – auf der regulären Mitgliederversammlung gefunden, räumt das Amtsgericht Frankfurt dem Verein eine Frist ein, in der nochmals nach Kandidaten gesucht werden kann. **In dieser Zeit ist der Verein nicht handlungsfähig**, d.h. es gibt keine bevollmächtigten Personen gem. § 26 BGB bzw. Vereinsstatut § 9 Abs. 1, die notwendige Arbeiten wie Überweisungen, Bankeinzüge, Übungsleiter-/Mietverträge tätigen können. In einer sich anschließenden außerordentlichen Mitgliederversammlung muss dann ein vollständiger Vorstand gewählt werden.

Ist dies wiederum nicht der Fall, bestellt das Amtsgericht Frankfurt einen professionellen Verwalter, dessen Kosten vom Verein zu tragen sind und der dafür sorgen wird, dass der Verein - falls nötig - abgewickelt und damit aufgelöst wird.

**Das Vermögen des Vereins (Bar- und Sachmittel wie z. B. die Vereinshalle) fällt dann der Stadt Frankfurt gem. § 14 der Vereinssatzung zu.**

Ob es einen geregelten Sportbetrieb, wie er zur Zeit stattfindet, dann noch geben wird, ist ungewiss – sicher ist nur, dass das Amtsgericht **keine Ausnahmen von den gesetzlichen Regelungen machen wird.**

Ich möchte auch noch darauf hinweisen, dass der Verein für 3 Festangestellte und 45 Übungsleiter Arbeitgeber ist, so dass auch diese im Moment in

eine ungewisse Zukunft blicken werden, wenn sie diese Tätigkeit nicht nebenberuflich begleiten, sondern auf diese finanzielle Einnahme angewiesen sind.

**Ich lade Sie ein: „Arbeiten Sie aktiv an der Zukunft des Vereins mit“. Hier können Sie Demokratie direkt erleben und mitgestalten.**

Ich wünsche Ihnen eine gesegnete Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins Jahr 2013.

Oliver Meffert  
1. Vorsitzender

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



## Protokoll der ordentlichen Mitgliederversammlung vom 16.03.2012

### 1. Begrüßung

Die ordentliche Mitgliederversammlung wurde um 20:05 Uhr eröffnet.

#### 1a. Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung

Die Einberufung zur Mitgliederversammlung wurde gemäß Satzung § 7 Absatz 2 fristgerecht per Aushang in den Schaukästen ab 16.02.2012 durchgeführt und gleichzeitig im Internet veröffentlicht.

#### 1b. Anwesenheit/ Feststellung der Beschlussfähigkeit

Anwesend waren 47 Teilnehmer, davon 46 stimmberechtigte Mitglieder. Die Beschlussfähigkeit war gegeben.

#### 1c. Genehmigung der Tagesordnung

### 2. Totengedenken

### 3. Ehrungen

Geehrt wurden: **Herr Winfried Kunz** für 25 Jahre Mitgliedschaft, **Frau Margot Franz** und **Hildegard Ruthardt** für 50 Jahre Mitgliedschaft, **Herr Frank Broschat** für 60 Jahre Mitgliedschaft (viele Jahre davon war er im Vorstand für den Verein ehrenamtlich tätig) und **Herr Willi Passet** für 65 Jahre Mitgliedschaft in der Turnerschaft.

**Helmut Lehmann, Horst Depner** und **Hans-Günter Heibeck** wurden für ihr

Engagement mit der bronzenen Verdienstnadel des Vereins ausgezeichnet. **Herr Karl Heck** wurde auf Grund seiner langjährigen ehrenamtlichen Tätigkeiten zum Ehrenmitglied ernannt.

#### 4a. Berichte des Vorstandes

Die Berichte des Schatzmeisters und Berichte zu einzelnen Abteilungen lagen in schriftlicher Form vor.

#### 4b. Satzungsänderung

Die an der letzten Mitgliederversammlung beschlossene Satzungsänderung zur Aufnahme des Musikzuges in die Satzung, wurde vom Amtsgericht eingetragen.

#### 4c. Beitragserhöhung

Anfang März 2012 wurde die im letzten Jahr beschlossene Beitragserhöhung umgesetzt. Einige Mitglieder hatten die vorherigen Ankündigungen in der Turnerschaft nicht gelesen. Daher kam es zu verstärkten Nachfragen auf der Geschäftsstelle und Rückbuchungen.

Der Grund für die Erhöhung waren die gestiegenen Unterhaltungskosten, insbesondere für Strom und Gas. Die Beiträge waren 5 Jahre stabil gehalten worden.

#### 4d. Immobilie

Im März 2011 wurde ein neues Steuerelement in die Heizungs- und Lüftungsanlage eingebaut. Eine Schall- und Wärmedecke wurde im Gymnastik-

raum eingebaut. Einige Duschpaneele wurden ausgetauscht, eine neue Tür zum Keller im Treppenhaus des Kleinen Saals neu eingebaut. Der Versammlungsraum wurde teilweise neu gestrichen und neue Schränke aufgestellt. Durch die Auflösung der Räumlichkeiten des Hessischen Turnverbandes in Bad Vilbel, konnten gebrauchte Küchengeräte günstig erworben und in die Küche der Gaststätte eingebaut werden. Der Verein hat sich am Projekt des Landes Sportbundes „100 Klimaaktive Vereine“ beteiligt, um Optimierungspotentiale zu erkennen.

#### 4e. Dank

Ein Dank gilt allen Übungsleitern und Personen, die Unterstützung geleistet haben. Ein besonderer Dank gilt der Familie Meffert und Nicole Egner-Meffert für ihr Engagement auf der Geschäftsstelle, das weit über die bezahlten Stunden hinausgeht.

#### 4f. Ausblick

Der Hallenboden liegt seit mehr als 40 Jahren und muss dringend erneuert werden. Dies wird ca. 6 Wochen dauern und muss daher in den Sommerferien stattfinden, damit möglichst keine Übungsstunden ausfallen müssen. Derzeit fehlt die Genehmigung der Stadt für die Zuschüsse, solange diese nicht vorliegt, kann nicht angefangen werden. Aus diesem Grund kann noch keine Firma beauftragt werden. Dies führt zu dazu, dass der Hallenboden erst im Jahr 2013 erneuert werden kann (Zuschüsse bleiben nach Zusage auch in 2013 erhalten). Der Boden wird kom-

plett neu aufgebaut und isoliert, was wiederum Heizkosten spart.

Im Bühnenkeller werden Umkleiden für die Übungsstunden im neuen Gymnastikraum eingerichtet.

Am 09.09.2011 besuchten der Stadtrat Markus Frank und die Mitglieder des Sportausschusses der Stadt Frankfurt die Turnerschaft um zu erfahren, wie die städtischen Zuschüsse investiert wurden (Heizung, Dachdämmung Kleiner Saal, Duschen, Gymnastikraum). Man war insgesamt beeindruckt von der Umsetzung und es wurde zugesagt, dass auch weiterhin Zuschüsse gewährt werden.

Wie auch im Jubiläumsjahr fand wieder eine Familienwanderung statt. Nach Möglichkeit wird auch in diesem Jahr wieder eine Wanderung organisiert werden.

#### 4g. Statistik

Im letzten Jahr haben 38 Übungsleiter und 7 Gruppenhelfer im Verein gearbeitet (2010: 33 Übungsleiter und 5 Gruppenhelfer).

Es ist nach wie vor schwierig kompetente und gut ausgebildete Personen zu finden. Ende 2011 waren 1177 Personen Mitglied in der Turnerschaft.

Anfang 2012: 964, Eintritte: 159, Austritte: 213, Ein- und Austritte im gleichen Jahr: 14. Somit sind 29 Mitglieder weniger im Verein als im Vorjahr.

#### 4h. Kooperation/ Veranstaltungen

Die Kooperation mit der Robert-Schuman-Schule wird weiter vorangetrie-

ben (Einschulung, Bundesjugendspiele, Schulfest). Eine Zusammenarbeit mit der Ziehenschule auf dem Sportplatz ist im Entstehen.

Der neue Verein SC Riedberg suchte Räume in der Umgebung. Die Turnerschaft bietet daher 2 Kurse an, die Mitglieder des SC Riedberg zu Mitgliederbedingungen besuchen können.

Eine Kooperation mit der Römerstadtsschule wird angestrebt. Der Verein wurde beim Straßenfest sowie den Verbänden (Sportkreis Ffm., Turngau Frankfurt, HLV), der Zuggemeinschaft und dem Vereinsring Hedderheim vertreten.

#### 4i. Kurse

20 Kurse wurden angeboten, neu dazu kam Hui Chun Gong; Tai Chi wird ab April angeboten.

#### 4j. Sportplatz

Zum neuen Sportplatz gibt es überwiegend positive Rückmeldungen. Einige Nacharbeiten stehen noch aus. Viele Gruppen trainieren dort, so dass es zeitweise sehr eng wird.

#### 4k. Arbeitssamstag

Es gab im vergangenen Jahr zwei Arbeitssamstage, an denen tatkräftig geräumt, geputzt, renoviert und aufgearbeitet wurde, was im normalen Betrieb nicht zu schaffen war.

#### 4l. Helferfest

Für sämtliche ehrenamtlichen Helfer gab es ein Helferfest in der Gaststätte.

#### 4m. SWF

Die Schülerweihnachtsfeier fand in Absprache mit den Übungsleitern unter anderen Voraussetzungen statt. Es gab keine Generalprobe und keinen Kuchenverkauf. Dadurch war die Vor- und Nachbereitungszeit deutlich kürzer.

#### 4n. Titus Thermen

Bisher liegen noch keine Informationen zu den Schwimmkarten vor. Ein Angebot muss dann ggf. geprüft werden.

#### 4o. allg. Situation

Finanziell steht der Verein gut da, personell wird es jedoch immer enger. Immer mehr Aufgaben müssen auf immer weniger Personen übertragen werden. Der Vorstand kann das nicht kompensieren, deshalb werden Aufgaben an die Geschäftsstelle abgegeben, andere Aufgaben müssen zeitweise liegen bleiben und können erst später bearbeitet werden.

#### 4p. Zeitung/Internet

Es gab 3 Ausgaben der Turnerzeitung im letzten Jahr. Für mehr Ausgaben waren nicht genügend Artikel da. Viele Artikel stammen vom Vorstand. Daher ist eine solche Zeitung vielleicht nicht mehr zeitgemäß. Eine Alternative könnte ein Infoblatt mit Angeboten zum Sportbetrieb sein. Die Internetseite wurde erneuert und ausgebaut. Sämtliche Informationen sind somit auch über das Online-Portal verfügbar.

#### 4q. Kandidatur als 1. Vorsitzender 2013

Oliver Meffert wird im nächsten Jahr nicht mehr als 1. Vorsitzender kandidieren. Er bekräftigte seine Aussage, dass er auf keinen Fall dieses Ehrenamt weiterhin begleiten wird. Er steht aber selbstverständlich weiterhin beratend dem Vorstand zur Seite.

#### 5a. Bericht des Schatzmeisters

#### 5b. Bericht der Abteilungsleiter

Die Berichte der Abteilungsleiter lagen, soweit vorhanden, allen Anwesenden in gedruckter Form vor und wurden nicht verlesen. Die Möglichkeit direkt den Mitgliedern Bericht zu erstatten nutzte Martin Fergenbauer für die Ballsporthabteilung und Frank Broschat für die Tischtennisgruppe. Die Volleyballer spielen nach einem Jahr Pause wieder im Ligabetrieb und haben nur noch einen Trainingstermin pro Woche. Die Tischtennisgruppe verzeichnet derzeit eine rege Beteiligung. Sie nimmt demnächst mit 10 Teilnehmern an einem Turnier teil.

#### 5c. Bericht der Kassenprüfer

Thorsten Göbel verlas den Bericht der Kassenprüfer. Es gab keine Beanstandungen. Die Kassenprüfer schlugen der Versammlung die Entlastung des Schatzmeisters vor.

#### 5d. Aussprache über die Berichte

Es gab keine Fragen oder weitere Anmerkungen.

#### 6a. Entlastung des Schatzmeisters

Der Schatzmeister wurde entlastet.

#### 6b. Entlastung des Vorstandes

Der Vorstand wurde einstimmig entlastet.

#### 7. Genehmigung des Jahresetats 2012

Der Jahresetat wurde einstimmig verabschiedet.

#### 8. Wahlen der Kassenprüfer

Als neue Kassenprüfer wurden Helmut Bloß und Helge Harren von der Versammlung vorgeschlagen und einstimmig gewählt.

Dr. Thorsten Göbel und Dr. Hamid Heydarian bleiben ein weiteres Jahr im Amt.

#### 9. Verschiedenes

Es lagen keine Anträge vor. Fragen aus der Versammlung:

#### 9a. Zukunft - Wie geht es im nächsten Jahr weiter?

Seit Oktober wird überlegt, wer im nächsten Jahr kandidieren könnte. Bisher konnte kein Interessent gefunden werden. Es wird eine ordentliche Mitgliederversammlung stattfinden. Sollte sich an dieser niemand zur Wahl stellen, wird einige Wochen später eine außerordentliche Mitgliederversammlung einberufen. Kann auch dann kein neuer Vorstand gewählt werden, wird vom Amtsgericht Frankfurt ein bezahlter Vorstand eingesetzt, der über den Fortbestand oder die Auflösung des Vereins bestimmen wird.

**9b. Infoblatt**

Wie soll das Infoblatt aufgebaut sein? In dem Infoblatt könnten kleinere Artikel aber auch Infos zu den Sportangeboten sein. Sind genügend Artikel vorhanden, kann die Zeitung weiter herausgegeben werden. Sie wird jedoch nicht durch Artikel des Vorstandes gefüllt werden.

**9c. Vorstand**

Kann jemand aus dem Verein Geld für die Vorstandsarbeit bekommen? Dies ist nicht möglich, da es sich um ein Ehrenamt handelt und der Verein

dadurch seine Gemeinnützigkeit verlieren würde. Es kann jedoch vom Vorstand ein Geschäftsführer bestellt und bezahlt werden.

**9d. Aufwandsentschädigung**

Ist eine Aufwandsentschädigung möglich?

Dazu gibt es strenge Auflagen, die erfüllt werden müssen, um die Gemeinnützigkeit nicht zu verlieren.

**9e. Ende der Mitgliederversammlung**

Die ordentliche Mitgliederversammlung wurde um 21:30 Uhr geschlossen.

**Wir bedanken uns bei der Firma Maler Meister Marco – Marco Ferreira & Marco Goncalves Veiga GbR für die großzügige Geldspende.**

Durch diese Spende konnten Schokoladen-Nikoläuse gekauft werden, die an die mitwirkenden Kinder und Jugendlichen des Festprogramms an der Vereins-Weihnachtsfeier verteilt werden.



**MMM**  
**MalerMeisterMarco**

*Beratung Gestaltung Betreuung*

**Ferreira, Marco & Goncalves Veiga, Marco GbR**

Handy: 0176/10027956

Handy: 0176/10447766

MalerMeisterMarco@Hotmail.de

Frankfurt am Main

## Schüler-Weihnachtsfeier 2012 am Sonntag, dem 9. Dezember 2012

**Beginn 14:30 Uhr**  
**Einlass ab 14:00 Uhr**

Eintritt: 2,50 Euro  
Kinder (ohne Sitzplatzanspruch) frei

Wir bieten ein buntes Programm, in dem sich viele unserer Kinder- und Jugendgruppen präsentieren.

Wie im letzten Jahr werden wieder platzbezogene Eintrittskarten verkauft. Verzichten Sie nach Möglichkeit auf Sitzplätze für die Kinder und Jugendlichen, die am Programm mitwirken. Diese können auf bereitgestellten Bänken sitzen. Größere Geschwisterkinder können ebenfalls auf den Sitzbänken Platz nehmen.

Nehmen Sie nach Möglichkeit auch die Kleinkinder auf den Schoß.

Wir haben nur eine begrenzte Anzahl an verfügbaren Sitzplätzen. Eine Nachbestuhlung ist aus Sicherheitsgründen nicht mehr möglich!!!

Der Kartenvorverkauf **beginnt am 13.11.2012 und ist immer dienstags oder donnerstags von 16:00 bis 18:00 Uhr** in unserer Geschäftsstelle. Da wir

in den vergangenen Jahren bereits im Kartenvorverkauf fast sämtliche Eintrittskarten verkauft hatten, ist es sehr wahrscheinlich, dass es keine Tageskasse geben wird.

Unverbindliche Reservierungen von Sitzplätzen sind nicht möglich - Eintrittskarten gibt es nur gegen Barverkauf!!!



Bitte beachten Sie, dass es auch in diesem Jahr keinen Kuchen- und Würstchenverkauf gibt, sondern lediglich eine Getränketheke, an der Sie Kaffee, Tee und Kaltgetränke kaufen können.

Plätzchen, Stollen und Kuchen für den Eigenverzehr müssten Sie sich selbst mitbringen.

Wir wünschen sämtlichen Besuchern und Mitwirkenden einen schönen Adventsnachmittag.

## Hip Hop

Tamara Krivaja bietet in der Turnerschaft 1860 Frankfurt/M.-Heddernheim seit Ende August diesen Jahres die Übungsstunde „Hip Hop“ an. Sie bringt viel Erfahrung aus ganz unterschiedlichen Tanzbereichen mit und hat außerdem als Choreographin gearbeitet.



Frau Krivaja freut sich Ihr Wissen über „Old school - Hip Hop“ an die Tanzteilnehmer weitergeben zu können. Sie macht dies voller Überzeugung, ehrenamtlich und mit viel Leidenschaft. Die Übungsstunde findet immer donnerstags, im Gymnastikraum, in der Zeit von 18:00 bis 19:30 Uhr statt. Willkommen sind Mädchen (und auch Jungen) ab 11 Jahren. Im Moment probt die Gruppe für die bevorstehende Kinder-Weihnachtsfeier des Turnvereins am 09. Dezember 2012.

Neu interessierte Teilnehmer können jederzeit zu einem Probetraining vorbeikommen.

## Was ist eigentlich Hip Hop?

Hip Hop beinhaltet die Elemente, Breakdance, Rap, Graffiti und DJ-ing. Alle zusammen ergeben ein Lebensgefühl, Hip Hop!

Hip Hop so wie wir es heute kennen kam als Ganzes aus den USA, schwappte dann auch nach Europa und entwickelte sich in Paris, London oder Dortmund immer etwas anders.

Hip Hop ist eine Jugendkultur: Wann genau Hip Hop sich in den USA entwickelte, ist nicht wirklich auszumachen. Es begann einfach irgendwann mit einer dieser Blockpartys, die ein paar Jugendliche in der Bronx veranstalteten, weil sie kein Geld hatten, um Eintritt für die teuren Clubs zu zahlen. Man traf sich in einem der vielen Hinterhöfe, zapfte eine Straßenlaterne an, um an Strom zu kommen und schon begann Jemand die Platten aufzulegen, es wurde getanzt und gerappt. Wenn man nicht an Strom kam, imitierten die Beatboxer, die Beats eben mit dem Mund und schon konnten die Rapper loslegen. Sie konnten anfangen ihre Geschichte zu erzählen und sich so Gehör verschaffen.

Den Jugendlichen aus der Bronx schenkte bis dahin ja niemand Aufmerksamkeit, sie kamen nur in den Verbrechenstatistiken der Polizei vor. Durch ihre Raps konnten sie ihre Erlebnisse verarbeiten und der Öffentlichkeit wirklich erzählen, wie es in den Ghettos von New York, Brooklyn oder Queens

war. Sie konnten versuchen, die Missverständnisse, die durch die Schreckensszenarien der Hollywood-Filme hervorgerufen wurden, zu beseitigen.

Da die Leute nicht von alleine zu Hip Hop kamen musste Hip Hop eben zu ihnen kommen. Die Jugendlichen machten mit großen Bildern (Graffiti), spektakulären, akrobatischen Bewegungen (Breakdance) und den wirklichen Geschichten der Ghettokids, (Raps die auf durchdringenden Beats basierten), auf sich aufmerksam. So wurden diese Gruppierungen dann auch in den Medien bekannt.

Mit „Old School - Hip Hop“ ist der Anfang der Entwicklung der Jugendkultur Hip Hop in Deutschland gemeint. Mit Old Schoolern, sind die Leute gemeint, die eben von Anfang an dabei waren. Die Leute, die sich alles noch irgendwie selbst beigebracht haben, weil sie ja nur die Filme kannten und sonst keinerlei Anhaltspunkte hatten. Nach dem ersten großen Hype um Hip Hop blieben die Personen übrig, die Hip Hop wirklich leben. Hip Hop ist ein besonderes Lebensgefühl - es zu beschreiben ist schwierig, man muss es sich ansehen, um es zu verstehen.

Nicole Egner-Meffert

## Mein Yoga

von Angela Feuerbach

Seit 2004 unterrichte ich Yoga in der Turnerschaft Heddernheim. Meine erste Begegnung mit Yoga ist schon etwas länger her. Bereits mit 18 Jahren lernte ich Hatha-Yoga im Rahmen einer Meditationslehrausbildung kennen. Hatha-Yoga ist der Teil im umfassenderen Yoga-System, der sich mit Körperübungen beschäftigt. Neben Yoga haben mich meine Leidenschaft und Begeisterung für Tanz in viele Tanz- und Turnräume geführt. Dort „durfte“ ich leider immer wieder am eigenen Leib die körperlichen Folgen von anatomisch nicht günstigen Bewe-



gungsausführungen erleben. Diese Erfahrungen haben mich auf der Suche nach „meiner“ Hatha-Yoga-Richtung zur Schule von B.K.S. Iyengar geführt. Die Bodenständigkeit und Klarheit der Übungsprinzipien dieser Schule überzeugt mich immer wieder neu und ich freue mich, sie in meinen Kursen bei der Turnerschaft vermitteln zu können.

Und wie geht es den meist langjährigen Teilnehmern damit? Dazu zum Abschluß einige persönliche Kommentare:

*„Ich mache Yoga zur Dehnung meiner verkürzten Muskulatur, bei gleichzeitig den Bewegungen angepasster Atemtechnik. Hinzu kommt die Tatsache, dass ich durch den Yoga-Kurs von dem*

davor stattgefunden Arbeitstag entsprechend besser und schneller Abstand nehmen kann.

Nach dem Yoga habe ich jedes Mal wieder ein positiv verändertes Körperbewusstsein, und mein Kreislauf ist angenehm stimuliert, was dann auch eine wieder gesteigerte Leistungsfähigkeit zur Folge hat. Natürlich ist es auch beim Yoga generell wie bei sonstigen sportlichen Betätigungen, man ist nach der „Trainingseinheit“ froh sich wieder ein weiteres Mal bewegt zu haben!“

(Lorenzo Zanella)

„Seit Jahren betreibe ich mit wachsender Begeisterung Yoga und fühle mich am Ende der Übungseinheit gerade nach anstrengenden Tagen sehr viel besser. Yoga erhält mir meine Beweglichkeit, erhöht mein Gleichgewichtsgefühl und verbessert vor allem meine Haltung. Yoga ist Klasse.“ (Anne D.)

„Beim Yoga suche ich Entspannung, Ruhe, mehr Körper- u. Geistes- Kontrolle, Beweglichkeit. Nach dem Yoga fühle ich mich wohler, geistig fitter, motivierter und lustvoller.“

(Dr. Hamid Heydarian)

„1. Ich betreibe seit vielen Jahren recht intensiv Radsport (Rennrad), also Ausdauersport. Dabei wird die Muskulatur nur einseitig belastet. Yoga stellt für mich hier einen guten Ausgleich dar, da hier im Laufe eines Kurses so gut wie alle Muskulaturen beansprucht werden. Hinzu kommt die gezielte Belastung einzelner Körperteile.

2. Was ich auch sehr schätze ist die Intensität der Übungen, die - entgegen dem ersten Eindruck - eine anspruchsvolle Belastung darstellen.

3. Auch die Ausgewogenheit der Übungen durch die Aufeinanderfolge von Bewegung/Belastung und Gegenbewegung/Gegenbelastung finde ich sehr gut. Es kommt so nicht zu einseitigen Belastungen.

4. Nach dem Ende der Yogastunde fühle ich zwar die Anstrengung, bin aber auch sehr entspannt.“ (Manfred Diehl)

„Ich gehe seit vielen Jahren in die Gymnastik am Mittwoch, habe aber das Bedürfnis, etwas zusätzlich zu machen und finde dafür Yoga geeignet.“

(Margarete Pommerening)

## Mami Workout mit Baby

Mein Name ist Claudia Karstedt, ich bin 43 Jahre alt und war bis zur Geburt meines zweiten Kindes als medizinisch-kaufmännische Assistentin und Arzthelferin tätig. Seit August 2012 gehöre ich zum Trainerteam der Turnerschaft 1860 Frankfurt/M. - Heddernheim. Bereits in meiner Kindheit trieb ich regelmäßig Sport, zuerst Gerät-Turnen und später Leichtathletik. Danach standen der Besuch von Fitness-Studios und die häufige Teilnahme an deren Kursangeboten, sowie Tennis und Mountainbiken im Vordergrund.

Nach der Geburt meiner beiden Kinder (7 und 10 Jahre alt) konnte ich aus zeitlichen Gründen nicht mehr regelmäßig zum Sport, da ein Babysitter fehlte. Freunde brachten mich auf die Idee Fitnesskurse für Mütter mit Kind anzubieten. Ich absolvierte meine B-Lizenz in Group Fitness, dann folgte die



„BuggyFit“ - Lizenz. Seit diesem Zeitpunkt bin ich „BuggyFit“-Gebietsleiterin für den Raum Frankfurt und in vielen verschiedenen Frankfurter Parks mit Müttern und Babys anzutreffen. Zur weiteren Spezialisierung absolvierte ich zusätzlich den Kursleiter: „Fit durch die Schwangerschaft, Training in der Schwangerschaft und nach der Geburt“. Mein Hobby wurde zu meinem neuen Beruf. Es macht mir viel Spaß mit Müttern Sport zu treiben, sie wieder fit zu machen oder fit zu halten, ihnen einfach die Möglichkeit zu geben auch mit Kind Sport zu treiben.

Das Angebot der Turnerschaft 1860 Frankfurt/M.-Heddernheim hat mich sehr angesprochen, ein Mix aus Outdoor- und Indoortraining, einfach perfekt. Die erste Kursrunde im Verein ist nun vorbei und ich freue mich riesig auf neue Mütter und ihre Babys.



**Alfons Dresch Haustechnische Anlagen GmbH**  
**Spenglerei - Installation - Gas - Wasser - Kanal**  
**Sanitär - Heizung - Lüftung - Solaranlagen**

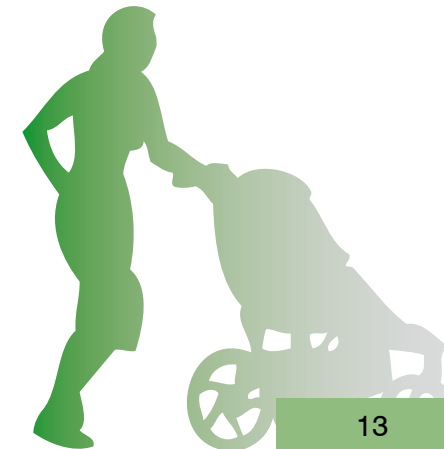
Höhenstraße 45 60585 Frankfurt am Main  
 Tel.: 43 14 17 E-Mail: alfonsdresch@web.de

**25 Jahre**  
**Handarbeits-Ecke**  
 Alexandra Krieger

Kurzwaren  
 Textilwaren  
 Wolle  
 Strümpfe  
 Nähzubehör  
 Stick-Zubehör

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

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



## Mädchen-Turnen / Eltern-Kind-Turnen

Guten Tag und hallo zusammen, mein Name ist Emanuel Rauber. Seit April 2012 leite ich als neuer Übungsleiter für die Turnerschaft 1860 Frankfurt/Main - Heddernheim e.V. die beiden Mädchen-Turngruppen mittwochs (Mädchen I: 16.00 – 17.00 Uhr und Mädchen II: 17:00 – 18.00 Uhr, jeweils in der Vereinsturnhalle) und das Eltern-Kind-Turnen freitags ( 15.00 – 16.00 Uhr, in der Vereinsturnhalle).



In den darauf folgenden Jahren habe ich weitere Erfahrungen in Sportvereinen, der Freizeitpädagogik, Kinderanimation und diversen Projekten gesammelt. Seit meiner Ausbildung zum Zirkuspädagogen und einem Sommer im Kinderzirkus gebe ich auch Zirkus AGs an Schulen.

Seit Herbst 2011 studiere ich Soziale Arbeit und erfreue mich an einer sehr angenehmen Zeit in Frankfurt/Main. Aktuell arbeite ich an der Realisierung einer „mobilen Lebensschule für Kinder“ und hoffe mehr und mehr meine Konzepte im Frankfurter Raum umsetzen zu können.

Vor ca. 10 Jahren habe ich meine Ausbildung zum Übungsleiter C in Bonn gemacht und für 1 Jahr während dem Abitur im Sportverein Bonn Süd 3 Kindersportgruppen betreut.

Danach habe ich meinen Zivildienst in einer Schule und einem Kinder-Kulturprojekt in Bolivien geleistet. Mein erstes Studium war Lehramt Sport/ Informatik, was ich aber aufgrund von veralteten Lehrinhalten und Methoden nicht beendete.



**GaWaSan**  
.....  
Sanitär- und Heizungstechnik  
Komplettbäder mit Ideen

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

## Die neue Bewegungsbaustelle stellt sich vor

Es gibt:

Zwei erfahrene und gutgelaunte Trainer

die immer **montags von 17.00 bis 19.00 Uhr** in der Turnhalle der Robert-Schumann-Schule...

**Cooler Spiele (wie Pömpel-Hockey...)**

und

**100% Spaß mal ganz ohne Handy**

für

**Jungen und Mädchen von der 1.-6. Klasse**

anbieten.

Kommt einfach mal mit Sportbekleidung, **Hallenturnschuhen**, Pausengetränken und viel Spaß an Spielen und Bewegung vorbei.

Wir freuen uns

Das „Baustellen-Team“ (Sandrina und Christpoher Eberbach)



## Turnen

|                           |                |
|---------------------------|----------------|
| <b>Eltern-Kind</b>        | bis 3 Jahre    |
| Fr. 15:00 - 16:00 Uhr     | Gr. Saal       |
| <b>Kleinkinder</b>        | 3 - 5 Jahre    |
| Mi. 14:30 - 15:30 Uhr     | Gr. Saal       |
| <b>Mädchen I</b>          | 6 - 8 Jahre    |
| Mi. 16:00 - 17:00 Uhr     | Gr. Saal       |
| <b>Mädchen II</b>         | 9 - 11 Jahre   |
| Mi. 17:00 - 18:00 Uhr     | Gr. Saal       |
| <b>Mädchen III</b>        | ab 12 Jahre    |
| Do. 17:00 - 18:30 Uhr     | Gr. Saal       |
| <b>Jungen I</b>           | ab 6 Jahre     |
| Fr. 16:30 - 18:00 Uhr     | RSS            |
| <b>Bewegungsbaustelle</b> | 1. - 6. Klasse |
| Mo. 17:00 - 19:00 Uhr     | RSS            |

## Leichtathletik

|                              |                |
|------------------------------|----------------|
| <b>Athletik for Kids</b>     | 4 - 6 Jahre    |
| Di. 16:30 - 18:00 Uhr        | Gr. Saal       |
| <b>LA - Schüler/innen I</b>  | 7 - 10 Jahre   |
| Mo. 16:00 - 17:15 Uhr        | Gr. Saal       |
| <b>LA - Schüler/innen II</b> | 10 - 13 Jahre  |
| Mo. 17:15 - 18:30 Uhr        | Gr. Saal       |
| <b>LA - Jugend/Aktive</b>    | ab 14 Jahre    |
| Mo. 18:30 - 20:00 Uhr        | Gr. Saal       |
| Do. 18:30 - 20:30 Uhr        | LA-Halle Kalb. |
| <b>Sportabzeichen</b>        | 9 - 99 Jahre   |
| Do. 18:30 - 20:30 Uhr        | Gr. Saal       |

## Tanzen

|                             |              |
|-----------------------------|--------------|
| <b>Jazztanz Mädchen I</b>   | 6 - 9 Jahre  |
| Sa. 10:00 - 11:00 Uhr       | Kl. Saal     |
| <b>Jazztanz Mädchen II</b>  | 8 - 11 Jahre |
| Sa. 11:00 - 12:00 Uhr       | Kl. Saal     |
| <b>Ballett Mädchen I</b>    | 3 - 5 Jahre  |
| Fr. 15:00 - 16:00 Uhr       | Kl. Saal     |
| <b>Ballett Mädchen II</b>   | 5 - 10 Jahre |
| Fr. 16:00 - 17:00 Uhr       | Kl. Saal     |
| <b>Ballett Mädchen III</b>  | ab 10 Jahre  |
| Fr. 17:00 - 18:00 Uhr       | Kl. Saal     |
| <b>Ballett Mädchen IV</b>   | 5 - 10 Jahre |
| Mo. 15:30 - 16:30 Uhr       | Kl. Saal     |
| <b>Ballett Mädchen V</b>    | ab 10 Jahre  |
| Mo. 16:30 - 17:30 Uhr       | Kl. Saal     |
| <b>Hip Hop</b>              | ab 11 Jahre  |
| Do. 18:00 - 19:30 Uhr       | Gym. Raum    |
| <b>Tanzsport für Paare!</b> |              |
| Do. 20:30 - 22:00 Uhr       | Gr. Saal     |

## Ball sport

|                              |             |
|------------------------------|-------------|
| <b>Ball sport für Kinder</b> | ab 5 Jahre  |
| Fr. 15:30 - 16:30 Uhr        | RSS         |
| <b>Hobby-Kicken I</b>        | ab 18 Jahre |
| Mo. 20:00 - 22:00 Uhr        | RSS         |
| <b>Hobby-Kicken II</b>       | ab 18 Jahre |
| Mi. 20:00 - 22:00 Uhr        | RSS         |
| <b>Freizeitfußball</b>       | ab 18 Jahre |
| Mi. 18:30 - 20:00 Uhr        | RSS         |

|                       |            |
|-----------------------|------------|
| <b>Tischtennis</b>    | Jugend     |
| Fr. 18:00 - 20:00 Uhr | RSS        |
| <b>Tischtennis</b>    | Jedermann  |
| Fr. 20:00 - 22:00 Uhr | RSS        |
| <b>Volleyball</b>     | Mixed Liga |
| Di. 20:00 - 22:00 Uhr | Gr. Saal   |
| <b>Volleyball</b>     | Jedermann  |
| Fr. 20:00 - 22:00 Uhr | Gr. Saal   |

## Musik - Fanfarenzug

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

## Gymnastik

|                             |          |
|-----------------------------|----------|
| <b>Konditions- Skigymn.</b> |          |
| Mo. 20:15 - 21:15 Uhr       | Gr. Saal |
| <b>Aerobic</b>              |          |
| Di. 19:30 - 20:30 Uhr       | RSS      |
| <b>Seniorinnen</b>          |          |
| Mi. 18:00 - 19:00 Uhr       | Gr. Saal |
| <b>Frauen I</b>             |          |
| Mi. 19:00 - 20:00 Uhr       | Gr. Saal |
| <b>Frauen II</b>            |          |
| Mi. 20:00 - 21:00 Uhr       | Gr. Saal |
| <b>SIE + ER Gymnastik</b>   |          |
| Mi. 21:00 - 22:00 Uhr       | Gr. Saal |
| <b>Bodystyling</b>          |          |
| Mo. 20:15 - 21:15 Uhr       | Kl. Saal |
| <b>Funktionsgymnastik</b>   |          |
| Do. 09:00 - 10:00 Uhr       | Gr. Saal |
| <b>Seniorengymnastik</b>    |          |
| 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**

|                                |             |
|--------------------------------|-------------|
| <b>Schüler/innen</b>           | 6 -10 Jahre |
| Fr. 17:00 - 18:30 Uhr          | Gr. Saal    |
| <b>Jugend &amp; Erwachsene</b> | ab 13 Jahre |
| Di. 18:00 - 20:00 Uhr          | Gr. Saal    |
| <b>Jugend &amp; Erwachsene</b> | ab 13 Jahre |
| Fr. 18:30 - 20:00 Uhr          | Gr. Saal    |

**Kurse**

|                                     |                    |
|-------------------------------------|--------------------|
| <b>Osteoporose-Gym</b>              |                    |
| Mi. 08:30 - 09:15 Uhr               | Kl. Saal           |
| Mi. 09:30 - 10:15 Uhr               | Kl. Saal           |
| Mi. 10:30 - 11:15 Uhr               | Kl. Saal           |
| <b>Rückenfitness</b>                |                    |
| Mo. 19:00 - 20:00 Uhr               | Kl. Saal           |
| <b>Beckenbodengymn.</b>             |                    |
| Di. 10:30 - 11:30                   | Kl. Saal           |
| <b>Qi Gong Basiskurs</b>            |                    |
| Do. 18:00 - 19:30 Uhr               | Kursraum           |
| <b>Qi Gong Anfängerkurs</b>         |                    |
| Do. 19:45 - 21:15 Uhr               | Kursraum           |
| <b>Hui Chun Gong</b>                |                    |
| Sa. 10:30 - 11:30 Uhr               | Gym. Raum          |
| <b>Pilates am Vormittag</b>         |                    |
| Do. 10:00 - 11:15 Uhr               | z.Zt. kein Angebot |
| <b>Pilates Matwork Intermediate</b> |                    |
| Mi. 18:30 - 19:30 Uhr               | Kl. Saal           |

|  |                     |
|--|---------------------|
| <b>Pilates Basic</b>                                 |                     |
| Mi. 19:30 - 20:30 Uhr                                | Kl. Saal            |
| <b>Wirbelsäulengym., Hatha-Yoga, und Entspannung</b> |                     |
| Do. 19:30 - 21:00 Uhr                                | Kl. Saal            |
| <b>Iyengar-Yoga I</b>                                |                     |
| Mo. 16:30 - 18:00 Uhr                                | Gym. Raum           |
| <b>Iyengar-Yoga II</b>                               |                     |
| Mo. 18:15 - 19:45 Uhr                                | Gym. Raum           |
| <b>Tai Chi</b>                                       |                     |
| Mo. 19:45 - 21:15                                    | Gym. Raum           |
| <b>Mami Workout mit Baby</b>                         |                     |
| Do. 10:30 - 12:00 Uhr                                | Kl. Saal/ im Freien |

**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.M.B.H.  
TALSTRASSE 49  
60437 FRANKFURT

TELEFON 0 69/9 5 04 84-0  
TELEFAX 0 69/9 5 04 84- 18



**über 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 **vollständig** und **leserlich** in Druckschrift aus!

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

\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_  
Kursnummer Name des Kurses / Workshop

per Lastschriftverfahren\* vom meinem Giro-Konto einzuziehen.

Nachname, Vorname \_\_\_\_\_

Wochentag, Uhrzeit \_\_\_\_\_

Kursleiter \_\_\_\_\_ Kursgebühr \_\_\_\_\_

Telefonnummer (bei Rückfragen) \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

E-Mail Adresse (bei Rückfragen) \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

Name des Kontoinhabers: \_\_\_\_\_

Kontonummer: \_\_\_\_\_

Bankleitzahl: \_\_\_\_\_

Geldinstitut: \_\_\_\_\_

\*) Bei Rückbuchungen entstehen zusätzliche Bearbeitungskosten von 10,00 €.

\_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift für die Anmeldung und den Lastschrifteinzug

**Teilnahmebedingung**

Eine Teilnehmerberücksichtigung 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. **Qualitätskriterium für den Erhalt einer Kursbescheinigung ist eine regelmäßige Teilnahme (mindestens 80%) am Präventionsangebot. Auf Wunsch, können Sie jedoch auch bei einer geringfügigeren Teilnahme eine Kursbescheinigung ausgestellt bekommen.**

**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

## Neue Vereinsbekleidung

Die Serie unserer Vereinsbekleidung ist bei Jako dieses Jahr ausgelaufen. Wir haben uns die neue Serie „Jako Champion“ aus dem Sortiment ausgesucht.

Die Bestellung der Artikel geht über das Bestellformular oder über [bestellung@turnerschaft-heddernheim.de](mailto:bestellung@turnerschaft-heddernheim.de). Die Bezahlung muss per Lastschrift im Voraus erfolgen.

Im Internet unter: „[http://www.jako.de/silver.econtent/catalog/jako/teamline/champion/\(colour\)/06](http://www.jako.de/silver.econtent/catalog/jako/teamline/champion/(colour)/06)“ können Sie sich die einzelnen Bekleidungsstücke ansehen.

Bitte beachten Sie, dass die Jako Größen von den normalen Größen abweichen. Hier finden Sie eine Tabelle: „[http://www.jako.de/jako\\_site\\_germany/service/groessen](http://www.jako.de/jako_site_germany/service/groessen)“.

Für die Kindergrößen bieten wir nur die Größen 116, 128, 140, 152 sowie 160 an.

### T-Shirt

116 - 164 15,00 Euro  
S - 3XL 18,00 Euro

Information: Das T-Shirt ist nicht aus der Jako Kollektion.  
Material: 100% Baumwolle

### Funktions-T-Shirt

128 - 164 24,00 Euro  
S - 4XL 28,00 Euro (Herren)  
34 - 44 28,00 Euro (Damen, taillierter Schnitt)

Information: Besonders trageangenehm durch baumwollartige Innenseite und Flatlock-Nähte, atmungsaktives Polyester und Mesh-Einsätze für direkten Feuchtigkeitstransport Raglan-Schnitt für optimale Bewegungsfreiheit  
Material: 100% Polyester, Polyester-Mesh

**Shorts** (die Größen fallen kleiner aus, Jako Größe 6 = M)  
2 - 4 13,00 Euro  
5 - 10 18,00 Euro

Information: Leichtes Funktionspolyester für angenehmen Tragekomfort, modischer, knielanger Schnitt, mit Innenslip, Seitentaschen mit Reißverschluss  
Material: 100% Polyester, Polyester-Twill

### Trainingsjacke

128 - 164 30,00 Euro  
S - 3XL 37,00 Euro

Information: Robustes Funktionsmaterial für optimalen Einsatz im Training,

atmungsaktiv, strapazierfähig und pflegeleicht, Seitentaschen mit Reißverschluss, Zippergarage  
Material: 100% Polyester, Heavy-Polyester-Interlock

### Trainingshose

128 - 164 18,00 Euro  
S - 3XL 22,00 Euro

Information: Robustes Funktionsmaterial für optimalen Einsatz im Training, atmungsaktiv, strapazierfähig und pflegeleicht, Seitentaschen mit Reißverschluss, elastischer Beinabschluss mit

Ripp und Reißverschluss  
Material: 100% Polyester, Heavy-Polyester-Interlock

### Allwetterjacke

128 - 164 38,00 Euro  
S - 3XL 45,00 Euro

Information: Wasserabweisendes Funktionsmaterial, schützt optimal vor Wind und Wetter, verschweißte Schulternähte erhöhen den Witterungsschutz, atmungsaktiv, robust und formbeständig, Kapuze in Kindergrößen mit Gummizug und Klett statt Kordelzug,

## Bestellformular für Vereins – Bekleidung

Hiermit bestelle ich:

**Artikel:**  T-Shirt  Trainingsjacke  Regenjacke  
 Funktions-T-Shirt  Trainingshose  Kapuzenjacke  
 Shorts  Allwetterjacke

**Größe:** \_\_\_\_\_

**Abteilungs-**  \_\_\_\_\_  Ich möchte keinen Abteilungsaufdruck haben  
**Aufdruck:**  Leichtathletik  Turnen  Sportabzeichen  
 Volleyball  Judo  Tischtennis  
 Übungsleiter  Übungsleiterin  
 Kursleiter  Kursleiterin

Um Sie über die Bestellung zu informieren oder bei Nachfragen benötigen wir noch:

**Name:** \_\_\_\_\_  
**Telefon:** \_\_\_\_\_ **E-Mail:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_ **Unterschrift:** \_\_\_\_\_  
(ggf. Erziehungsberechtigte)



offener Jackenschnitt mit Tunnelzug und Kordelstopper, Zippergarage  
Material: 100% Polyamid, Innenfutter: 100% Polyester, Nylon-Tafetta

### Regenhose

116 - 164 Preis auf Anfrage  
S - 3XL Preis auf Anfrage

Information: Atmungsaktives Funktionsmaterial mit wasserabweisender PU-Beschichtung, sehr robust und pflegeleicht, Seitentaschen, Bündchen am Beinabschluss

Material: 100% Polyester, Polyester-Popeline

### Kapuzenjacke

128 - 164 38,00 Euro  
S - 4XL 45,00 Euro

Information: Funktionsmaterial für höchsten Tragekomfort, weiches, wärmendes Microfleece auf der Innenseite, robust und pflegeleicht, Seitentaschen mit Reißverschluss, Zippergarage  
Material: 100% Polyester, Bonded-Polyester-Jersey

## Kennen Sie schon unser Kooperationsangebot mit den Titus Thermen?

Wir bieten unseren Vereinsmitgliedern eine Jahreskarte für die Titus Therme an. Sie können entweder in das Schwimmbad, in die Sauna oder beides miteinander kombinieren - für insgesamt 120 Minuten Aufenthalt, montags bis freitags (nicht an den gesetzlichen Feiertagen), in der Zeit von 9:00 bis 16:00 Uhr. Eine Zuzahlung zu den Konditionen der Titus Therme für einen längeren Aufenthalt ist jederzeit möglich.

Das Angebot kostet 180,- Euro.

Benutzen Sie bitte unser entsprechendes Anmeldeformular, da wir die Kos-

ten für die Jahreskarte per Lastschriftverfahren / über eine von Ihnen erteilte Einzugsermächtigung von Ihrem Konto einziehen möchten. Die Karten werden nach entsprechender Bearbeitung per Postweg versendet.

Die Karte ist nicht übertragbar: Es werden der Name des Karteninhabers, der Geburtstag und die Adresse auf der Karte vermerkt. Die Angaben werden von den Bäder-Betrieben-Frankfurt verlangt und geprüft, um einen eventuellen Missbrauch vorzubeugen.

**Für bisherige Karteninhaber gilt: Möchten Sie von dem Titus-Thermen-Ange-**

**bot keinen Gebrauch mehr machen, müssen Sie dies bis zum Jahresende schriftlich auf der Geschäftsstelle mitteilen, sonst verlängert sich die Eintrittskarte um ein weiteres Jahr.**

Der Einzug für die Gebühr für das Kalenderjahr 2013 erfolgt dann automatisch und die neue Karte wird Ihnen Anfang Januar zugestellt.

Der aktuelle Vertrag mit den Bäder-Betrieben-Frankfurt läuft noch bis Ende 2013. Eine Verlängerung ist abhängig

von einem kostendeckenden Verkauf an Jahreskarten. Bisher haben wir die Differenz selbst getragen, da wir das Sportangebot für unsere Vereinsmitglieder ermöglichen wollten. Sollten sich im kommenden Jahr keine zusätzlichen Interessenten finden, müssen wir die Wirtschaftlichkeit des Angebots überprüfen.

## Einzugsermächtigung\* für Sauna- und Schwimmkarten

Hiermit ermächtige ich die Turnerschaft 1860 Frankfurt am Main Heddernheim e.V. die Kosten der Sauna- / Schwimmkarte von meinem Giro-Konto einzuziehen.

Name: \_\_\_\_\_

Kartenkosten: 180,- €

Telefonnummer (bei Rückfragen) : \_\_\_\_\_

Kontonummer: \_\_\_\_\_

Bankleitzahl: \_\_\_\_\_

Geldinstitut: \_\_\_\_\_

Name des Kontoinhabers: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Datum)


\_\_\_\_\_  
(Unterschrift)

\*) Bei Rückbuchungen entstehen zusätzliche Bearbeitungskosten von 10,00 €.

Die Einzugsermächtigung verlängert sich automatisch, wenn nicht bis zum 15. Dezember des entsprechenden Jahres gekündigt wird.

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

### 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](http://www.schueler-pietaet.de)**

Versicherungsbüro Beckmann e.K.  
Versicherungsmakler  
Bahnstr. 4, 65205 Wiesbaden  
Tel.: 0611/97729-0  
[info@beckmann-vm.de](mailto:info@beckmann-vm.de)  
[www.beckmann-vm.de](http://www.beckmann-vm.de)



## Der Versicherungspartner der Turnerschaft Heddernheim!

Seit über 40 Jahren bieten wir kompetente, verlässliche und  
freundliche Betreuung von Privat- und Firmenkunden.

## Neuer Hallenboden in der Turnhalle

Nach langer Planung hat der Vorstand beschlossen, den alten Boden der Turnhalle durch einen neuen Sportboden zu ersetzen.

**Gründe:** Der Unterbau wurde nach der Kriegszerstörung der Halle teilweise in Eigenhilfe mit damaligen Werkstoffen hergestellt. Darüber liegen eine Bitumenschicht und ein Linoleumboden. Der Boden ist eigentlich nicht für einen normalen Sportbetrieb geeignet weil er naturgemäß sehr hart, unnachgiebig und kalt ist. Außerdem ist er an manchen Stellen rissig, sodass die Linoleum-Schicht nicht mehr hält.

**Baumaßnahme:** Der alte Boden mit Unterbau wird komplett abgetragen. Ein neuer Unterbau mit Estrich wird erstellt. Darauf kommt ein spezieller, elastischer Sportboden der Fa. HARO. Der Sportboden besteht aus einer 15 mm dicken Elastikschicht darüber eine Sperrholzkonstruktion mit einem Sportbelag aus Linoleum. Hülsen und Halter für Reck und Volleyballnetze müssen schon im Unterbau berücksichtigt werden. Installiert werden sie zum Schluss von unserer Sportgerätefirma.

**Finanzierung:** Die Gesamtkosten betragen laut Angeboten über 90.000,00 Euro. Finanziert wird das Ganze durch Zuschüsse vom Land Hessen, der Stadt Frankfurt und durch Eigenmittel des Vereins.

**Termine:** Im Oktober fand eine Besprechung mit allen am Bau beteiligten Firmen und dem Bauausschuss statt. Wir werden die Aufträge vergeben und unsere Terminvorstellungen nennen. **Baubeginn ist voraussichtlich der 01. Juli 2013. Ein Woche vor den Sommerferien. Somit haben wir ca. 8 Wochen Zeit für die Maßnahme.** Das ist trotzdem knapp, weil man unter anderem eine gewisse Trocknungszeit für den Estrich einrechnen muss.

**Sportbetrieb:** Der Große Saal ist während der Bauzeit nicht benutzbar. Ausweichmöglichkeiten sollten jetzt schon gesucht werden.

Hans Meffert

 **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

## Liebe Vereinsmitglieder,

bitte beachten Sie Folgendes:

1. Wenn Sie Ihre Vereinsmitgliedschaft kündigen möchten, müssen Sie eine Kündigungsfrist bis zum 15. November 2012 einhalten. Die Kündigung muss schriftlich erfolgen. Mündliche Abmeldungen werden nicht anerkannt! Kündigungen, die nach dem oben benannten Termin eingereicht werden, können bei dem Beitragslauf für das Jahr 2013 nicht mehr berücksichtigt werden. Eine Kulanzregelung ist nicht möglich. Dies ist in unserer Satzung eindeutig geregelt, so dass dem Vorstand kein Handlungsspielraum zur Verfügung steht. Hier nochmals der eindeutige Hinweis: Für Personen, die ihre Kündigung zu spät einreichen, besteht die Mitgliedschaft sonst bis zum 31.12.2013 und erst dann erlischt die mit der Mitgliedschaft verbundene Einzugsermächtigung für den Vereinsbeitrag!

2. Kinder ab 4 Jahre sind beitragspflichtig! Es wird automatisch auf den Beitragsatz für Einzelmitgliedschaft umgestellt, sofern die Kinder nicht in einer Familienmitgliedschaft eingebunden sind. (Dies erfolgt Anfang des kommenden Jahres für sämtliche Kinder, die im Lauf des Jahres 2013 vier Jahre alt werden, also vor dem Beitragseinzug!)

3. Bei den Familienmitgliedschaften ist zu beachten dass für Jugendliche ab dem 18. Lebensjahr unaufgefordert jährlich ein Schul- oder Ausbildungsnachweis vorzulegen ist, sonst erfolgt die Umstellung auf Einzelmitgliedschaft! Dadurch kann sich der Beitrag für die anderen Familienmitglieder eventuell ebenfalls ändern! Ab dem 27. Lebensjahr fallen Jugendliche grundsätzlich aus dem Beitragsschema für Familienmitglieder heraus.

In Ihrem eigenen Interesse bitte ich Sie den oben aufgeführten Punkte Beachtung zu schenken. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Nicole Egner-Meffert  
Geschäftsstelle

**Am Sonntag, dem 16.12.2012** findet wieder der traditionelle **Weihnachtsmarkt** auf der Heddernheimer Landstraße statt. Kernpunkt bildet der Karl-Perott-Platz an dem auch der Wochenmarkt stattfindet. Die Heddernheimer Vereine bieten allerlei Leckereien und Kleinigkeiten zum Verschenken an. Die Vereine freuen sich auf zahlreiche Besucher.

**In der Zeit vom 17.12.2012 bis zum 13.01.2013** bleibt die **Geschäftsstelle für den Publikumsverkehr geschlossen**. Termine werden nur nach Absprache vergeben. Es werden Jahresabschlussarbeiten getätigt.

Ab Dienstag, dem 05. Januar 2013 sind wir wieder für Sie zu den gewohnten Büro-Öffnungszeiten erreichbar.

**Während der Weihnachtsferien findet kein Sportbetrieb statt.**

**15.03.2013 Mitgliederversammlung mit Wahl des ersten Vorsitzenden**

## mixtum compositum

**Sonder-  
und Restposten**

Weissware, Fernseher u.a.  
Oliver Hussock  
Tel. 0170 / 182 90 15  
repoha@email.de

**Bürobedarf  
PC-Druckerzubehör**

Katharina Hussock  
Tel. 069 / 53 42 35  
Fax 069 / 95 11 55 12  
katharina.hussock@web.de

Am Forum 7 · 60439 Frankfurt / Main  
www.mixtum-compositum.de



Turnerschaft 1860  
Frankfurt am Main-Heddernheim e.V.  
Habelstraße 11, 60439 Frankfurt a/M

## Let's move ...

**Bewegung ist Gesundheit**



Kurs-Programm 1. Halbjahr 2013, Januar - Juni

Die neue Kursbroschüre ist dieser Vereinszeitung beigelegt. Sie können aber auch gerne ein weiteres Exemplar auf der Geschäftsstelle erhalten.

## Sport für alle Kinder: Spenden und damit Gutes tun ...

Liebe Vereinsmitglieder,

besondere Anlässe bieten eine ideale Möglichkeit, Ihr soziales Engagement zu zeigen. Unsere bevorstehende Vereins-Weihnachtsfeier am 09. Dezember 2012 ist solch ein Anlass. Nutzen Sie die Gelegenheit und helfen Sie mit, Kindern und Jugendlichen aus sozial schlechter gestellten Familien Sport in unserem Verein zu ermöglichen.

Durch eine Geldspende in unser Sparschwein schenken Sie diesen Kindern eine sportliche und auch soziale Perspektive.

Ihre Spende wird für Beiträge zur Vereinsmitgliedschaft, für die Teilnahme an besonderen Veranstaltungen (z. B. Trainingscamps, Wettkämpfe), für die Anschaffung individueller Ausrüstung für den Sport, für Bewegungsangebote und pädagogische Angebote im Kinder- und Jugendbereich in unserem Sportverein eingesetzt.

Spenden Sie einfach einen beliebigen Betrag und übernehmen damit eine „Paten-schaft“. Sie erhalten dann selbstverständlich von uns eine Spendenquittung. Unser Sparschwein finden Sie bei der Getränkeausgabe.

### Fundkiste

Hilfe! Unsere Fundkiste quillt wieder fast über. In den letzten Wochen ist so einiges an Kleidungsstücken liegengeblieben. Bitte schauen Sie doch mal Ihre Kleiderschränke durch oder fragen Sie Ihre Kinder. Sofern Sie etwas vermissen sollten, können Sie in unserer Fundkiste, die im Eingangsbereich zur Vereinsturnhalle steht, nachschauen. Kleidungsstücke, die länger als ein halbes Jahr bei uns im Verein nicht abgeholt werden, werden von uns zur Altkleidersammlung gegeben.

Beratung  
Planung  
Einrichtung

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

**elektro-hannappel**  
MEISTERBETRIEB

## Ausflug mit der Sportabzeichengruppe nach Alken



Wo liegt denn nun Alken? Habe noch nie etwas davon gehört. Dem Bild nach zu urteilen liegt dieser Ort am Rhein oder an der Donau in der Wachau, dort gibt es auch Burgen und Weinberg. Sicherlich sind Sie bereits in Alken gewesen oder zumindest durchgefahren und haben den Ortsnamen nur verdrängt oder vergessen.

Alken liegt an der Mosel, ca. 15 km von Koblenz entfernt. Es ist ein verschlafenes altes Städtchen, das durch den Tourismus neu zum Leben erweckt wurde.

Wie kamen wir ausgerechnet auf Alken? Ganz einfach, die Sportabzeichenabteilung unseres Vereins gestaltet jedes Jahr einen mehrtägigen Vereinsausflug, bei dem sich die Akteure nicht nur beim Sport oder bei schweißtreibenden Aktionen sehen. Nein hier herrscht eine entspannte und freundschaftliche Atmosphäre.

Das Ganze muss ja auch geplant und durchorganisiert werden und dazu haben sich drei Mann der Sportabzeichengruppe gefunden, die seit Jahren die Sache fest im Griff haben.

Diese Drei organisieren, planen, machen Vorfahrten und tüfteln bis ins Kleinste alles aus, so dass wir uns nur ins gemachte Nest zu setzen brauchen. Die Drei halten uns ständig auf dem laufenden und zeichnen mit Ha-He-Ho.

Unter diesen Kürzeln verbergen sich die aktiven Sportabzeichen-Mitglieder und auch Wanderfreunde:

Hans Meffert – Heinz Küchler – Horst Depner

Freitag 22. Juni

Doch nun der Reihe nach. Es hatten sich 33 Teilnehmer für diesen Ausflug gemeldet, die sich pünktlich um 12.45 Uhr am U-Bahnhof in Hedderheim eingefunden hatten, um in unserem dort wartenden Reisebus Platz zu nehmen. Das Wetter war durchwachsen, der Himmel war bedeckt und es hatte noch am Vortag geregnet. Für die Jahreszeit war es zu kühl. Eine Strickjacke war angebracht. Immerhin hatten wir den 22. Juni 2012. Alle Teilnehmer waren super pünktlich, so dass wir uns zur vorgeschriebenen Zeit um 13.00 Uhr in Richtung Alken in Bewegung setzten.

Die Fahrstrecke Frankfurt – Alken wurde mit 2 Stunden angegeben und unser Busfahrer schaffte diese Zeit trotz Verkehrsstau im Hunsrück. Wir hielten vor unserem Hotel „Burg Cafe“ in Alken, nahmen unsere Koffer in Empfang und bezogen unsere Zimmer. Es war noch Zeit bis zum Begrüßungstrunk, der um 18.30 Uhr angesetzt wurde. Wir wollten uns etwas die Beine vertreten und mussten aber an einem Kuchen- und Torten-Buffer vorbei und es hat herrlich nach Kaffee gerochen. Nach dem Kaffeetrinken erkundeten wir die nähere Umgebung vor unserem Hotel. Vor uns lag die Mosel aber hinter unserem Hotel war die Altstadt. Eine knappe Stunde blieb uns. Danach nahmen wir im Speiseraum Platz, wo uns die Wirtin mit einem Moselwein begrüßte und uns herzlich willkommen hieß. Im Anschluss gab es Abendessen. Immerhin lief die Europameisterschaft im Fußball und die Wirtin hatte vorgesorgt. Die Fußballbegeisterten konnten in der Weinlaube auf einem Großbildschirm das Geschehen unserer Fußballer miterleben. Es ging uns also nichts verloren.

Samstag 23. Juni

Nach einem reichlichen Frühstücksbuffet wurden wir um 9.15 Uhr von einem Fremdenführer vor unserem Hotel erwartet, der uns durch Alken führte und alle Sehenswürdigkeiten zeigte. Wir erfuhren von ihm, dass Alken auf keltischen und römischen Grundmauern steht. Immerhin hat Alken seit 1332 die

Stadtrechte, Frankfurt a.M. aber erst 14 Jahre später. Die Burg Thurant, die über Alken thront, wurde im Jahre 1198 vom Pfalzgrafen Heinrich errichtet. 50 Jahre später wurde diese Burg von den beiden Erzbischöfen von Trier und von Köln belagert. Nach der Eroberung (Aushungerung) wurde die Burg durch eine Trennmauer in zwei Teile geteilt. Jedes Teil erhielt einen Turm. So wird heute der linke Turm als Kölner Turm, der rechte als Trierer Turm bezeichnet. Wir wanderten weiter durch die Altstadt, sahen das erste Schulgebäude und das Krankenhaus, alles noch im Urzustand. Es war sehr interessant und man hatte die vielen Sehenswürdigkeiten nicht erwartet.

Die alte St. Michaelskirche von 1015 war bis 1849 Pfarrkirche von Alken. Unter der Kirche ist heute noch das Gebeinhaus zu sehen. Da die Kirche noch im Urzustand ist, sind Balken und Fußbodendielen noch Originale. Im Laufe der Jahrhunderte sind die Holzdielen des Fußbodens geschrumpft. Durch die breiten Ritzen im Boden kann man die Gebeine darunter erkennen.





Im Anschluss an die „Stadtführung“ wanderten wir zur Burg Thurant. Ein gut zu laufender Weg zwischen den Weinbergen. Das Wetter war ausgezeichnet, die Sonne schien und es wurde richtig sommerlich warm.



Der Blick auf die Mosel und das Städtchen Alken ist von der Anhöhe besonders schön. Betritt man die Burg durch das alte Burgtor so erkennt man noch die alten eisernen Torbeschläge. Der erste Turm den wir passierten ist der Trierer Turm. Dieser Turm dient heute als Wasserturm und ist für eine Besichtigung nicht freigegeben. Der Kölner

Turm konnte von uns erklommen werden. Über treppenähnliche Gebilde konnte man den Bergfried bezwingen. Von hier oben hatte man natürlich einen besonders schönen Blick.

Wir waren ganz oben und haben einen der letzten Feuerkörbe gesehen. Die waren dazu da, um die Soldaten in Alken zu alarmieren, wenn ein Feind gesichtet wurde.



Es war etwas nach 13 Uhr, als wir wieder in unserem Hotel eintrafen. Unsere Wirtin hatte ein Eintopfessen für uns vorbereitet, das vorzüglich schmeckte. Um 17.00 Uhr war eine Weinprobe vorgesehen. Sie fand in den uralten Keller gewölben des Hauses statt. Hier wurde nicht nur Wein verkostet, sondern auch über das Anlegen eines Weinberges, den Schnitt der Reben bis zur Ernte alles erklärt. Der Hintergedanke einer Weinprobe ist doch der Weinverkauf, einige von uns haben auch Wein eingekauft.

Um 19.00 Uhr stand ein Winzerbuffet (kalte und warme Speisen) mit Live-Musik und Tanz auf dem Programm. Das Buffet war ganz toll zubereitet und

aufgebaut und jeder, der ein Foto dabei hatte mußte zunächst Aufnahmen machen. So etwas schönes sieht man so schnell nicht wieder.



Auch geschmacklich war es einwandfrei und dazu noch ein trockener Moselwein, damit sollte so ein Abend nie zu Ende gehen.

Sonntag, 24. Juni

Unser letzter Tag: Um 10 Uhr war eine Moselfahrt angesagt aber wir mußten vorher unsere Koffer packen und das Zimmer für die nächsten Gäste räu-

men. Wir hatten unser Frühstück eingenommen und brachten unsere Koffer in die Weinlaube. Dort waren sie sicher aufgehoben bis wir sie nach dem Mittagessen für die Heimfahrt wieder brauchten.

Wir gingen nach draußen und schlenderten an der Mosel entlang und warteten auf unser Schiff, das uns 2 Stunden die Mosel zeigen sollte. Wir setzten uns auf das Oberdeck, denn von dort hat man den besten Rundumblick. Es war eine schöne Fahrt vor allen Dingen hat das Wetter mitgespielt, es blieb schön. Nur der Wind frischte etwas auf aber es gab keinen Regen.

Um 12 Uhr bekamen wir unser Mittagessen und man hatte das Gefühl die Stimmung war etwas gedrückt. Die schönen Tage und das abwechslungsreiche Programm ist vorbei. Alle gingen nach draußen vor das Hotel. Man hatte das Gefühl, sie wollten Abschied nehmen. Auf's Zimmer konnte ja keiner mehr.



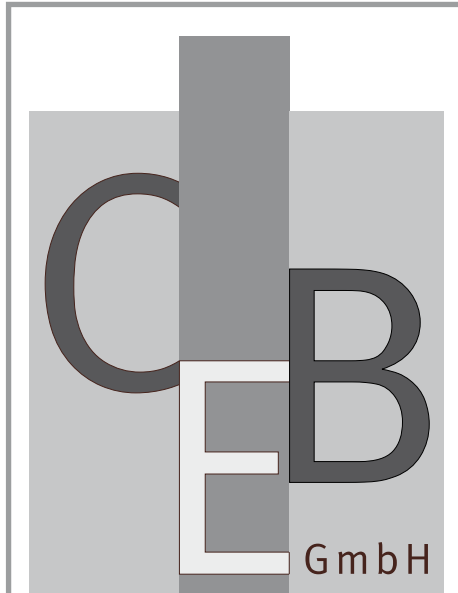


Unsere Wirtin kam dazu, die sich bei uns und bei Horst Depner ganz herzlich bedankte. Horst hatte die ganze Sache angekurbelt und durchgezogen.

Pünktlich um 16.00 Uhr holte uns unser Bus vor dem Hotel ab. Die Heimfahrt verlief reibungslos. Ein paar schöne Uraubstage mit der Sportabzeichen-gruppe gingen zu Ende. Danke an die Mannschaft Ha – He – Ho . Wir haben uns gut aufgehoben und geborgen gefühlt wie die jungen Schwäne auf der Mosel.



Frank Broschat



STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT

Einkommensteuer  
Immobilienbesteuerung  
Vermögensverwaltung  
Erbchaftsteuer- 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

## Sportabzeichen 2012

Wie in den vergangenen Jahren, haben auch dieses Jahr wieder einige Vereinsmitglieder ihr Deutsches Sportabzeichen abgelegt.

Insgesamt haben 27 Erwachsene das Sportabzeichen wiederholt, 1 Erwachsener hat es zum 1. Mal in Bronze erworben. 8 Kinder/Jugendliche haben es zum 1. Mal in Bronze, 3 Jugendliche in Silber und 1 Jugendlicher in Gold erworben. Also insgesamt haben 40 Vereinsmitglieder ihr Sportabzeichen im Jahr 2012 bekommen. Ein Vereinsmitglied hat das Deutsche Leichtathletik-Abzeichen erworben. Weiterhin haben auch noch 13 Erwachsene das Bayerische-Sport-Leistungs-Abzeichen erworben, das es dieses Jahr vermutlich zum letzten Mal gibt, da die Bayern ihr Abzeichen einstellen. Also von meiner Seite erst mal HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH.

Natürlich findet auch dieses Jahr eine offizielle Übergabe mit gemütlichem Beisammensein statt.

Im nächsten Jahr hat das Deutsche Sportabzeichen Jubiläum und zwar wird es 100 Jahre alt. Da ändert sich einiges nicht nur für die Teilnehmer! So werden aus 5 Disziplinen nur noch 4. Schwimmen ist keine Einzeldisziplin mehr, sondern muss nur noch alle 5 Jahre abgelegt werden.

Und dann gibt es noch ..., naja wenn ich alles aufzählen würde, könnte es ein abendfüllendes Programm werden.

Eine Sache verrate ich Ihnen aber doch noch. Es gibt ein Punktesystem. Dieses bedeutet: hat man genügend Punkte, kann man gleich beim ersten Mal das Sportabzeichen in Gold bekommen.

Für den Prüfer ändert sich natürlich auch einiges. Ich kann nur hoffen, dass wir dazu noch Unterstützung vom Sportkreis Frankfurt bekommen werden. Haben Sie jetzt Lust bekommen das Sportabzeichen im Jubiläumsjahr abzulegen???

Dann kommen Sie doch einfach nach den Osterferien 2013 auf den Sportplatz Brühlwiese (Mo. 18:00 - 20:00 Uhr) und versuchen Sie es doch einfach mal.

Wer natürlich schon im Winter etwas dafür machen möchte, kann gerne zu unserer Sportabzeichen- Gruppe kommen (Do. 18:30 - 20:30 Uhr), denn ab 1. Januar kann man auch schon einige Disziplinen in der Halle ablegen.

So das war es erst mal wieder, spätestens nächstes Jahr hört Ihr wieder etwas von mir. Bis dahin wünsche ich Euch eine schöne Adventszeit, schöne Weihnachten und einen Guten Rutsch ins Jahr 2013.

Euer  
Klaus Eberbach  
Sportwart

## Leichtathletikabteilung Saison 2012

Sehr gut besuchtes Training in den Übungsstunden bei den Schülern und Jugendlichen waren wieder bemerkenswert in diesem Jahr bei den Leichtathleten. Für die Jugendlichen haben wir zusätzlich wieder ein Training in der Leichtathletikhalle / Kalbach angeboten. Dort fanden auch die Kreishallenmeisterschaften statt, an denen wir erfolgreich teilnahmen. Nach den Osterferien ging es wieder ab auf den Sportplatz und bei viel Sonnenschein übten die Kinder das Laufen, sowohl Ausdauer, als auch Sprint, Weitsprung und Werfen.

Im Jahr 2012 haben wir an den Meisterschaften des Leichtathletikkreises Frankfurt sowie auf dem Lohrberg, Gaukinderturnfest, Feldberg und Loreleybergturnfest mit viel Spaß teilgenommen.

Auf dem Feldbergfest wurde nach langer Zeit zum ersten Mal wieder gezel-

tet. Während am Samstag die Schüler an lustigen „Highland Games“ teilnahmen, probierten sich die Älteren am Steinstoßen. Nach einer Nachtwanderung unter sternklarem Himmel ging es in die Schlafsäcke. Am nächsten Morgen fanden dann die Wettkämpfe statt. Diese wurden mit sehr guten Ergebnissen abgeschlossen.

2013 wird das Loreley-Bergturnfest wohl zum letzten Mal stattfinden. Das Gelände des Turn- und Jugendhauses Loreley wurde verkauft.

Seit über 30 Jahren besucht unser Verein das Loreley-Sportfest und jeder, der schon mal da war, hat eine eigene „Loreley-Geschichte“. Ich hoffe, dass nächstes Jahr nochmals viele zum Rheinfelsen pilgern und dem Sportfest einen würdigen Abschied geben werden.

Zum Schluss ein großes Dankeschön an sämtliche Trainer, Helfer, Kampfrichter und Eltern, die mit ihrem engagierten Einsatz dazu beitrugen, dass wir mit Spaß am Training und erfolgreich bei Wettkämpfen die Saison 2012 abschließen konnten.

Thorsten Barufke-Schmidtell



## Sportveranstaltungen in Frankfurt 2013

| Datum                           | Veranstaltung                                   | Sportart                  | Ort                                   | Informationen unter:   |
|---------------------------------|---|---------------------------|---------------------------------------|--|
| Mo 11.03.2013                   | 11. Lufthansa Marathon                          | Laufen                    | Commerzbank Arena                     | <a href="http://www.spiridon-frankfurt.de">www.spiridon-frankfurt.de</a>       |
| Mi 01.05.2013                   | Rund um den Finanzplatz Eschborn-Frankfurt      | Radsport                  | Alte Oper Frankfurt                   | <a href="http://www.eschborn-frankfurt.de">www.eschborn-frankfurt.de</a>       |
| Sa 04.05.2013                   | 11. Down-Sportlerfestival                       |                           | Sport- und Freizeitzentrum Kalbach    | <a href="http://www.down-sportlerfestival.de">www.down-sportlerfestival.de</a> |
| Fr 10.05.2013 bis So 12.05.2013 | Internationale 3 Etappen Rundfahrt              | Radsport                  |                                       | <a href="http://www.int3etappen.de">www.int3etappen.de</a>                     |
| Sa 11.05.2013                   | Hessen tanzt                                    | Tanzen                    | Eissporthalle                         | <a href="http://www.hessen-tanzt.de">www.hessen-tanzt.de</a>                   |
| Mi 12.06.2013                   | J.P. Morgan Corporate Challenge                 | Laufen                    | Frankfurt Innenstadt                  | <a href="http://www.jpmtcc.de">www.jpmtcc.de</a>                               |
| Fr 28.06.2013 bis So 07.07.2013 | RBB Europa-meisterschaft                        | Rollstuhlbasketball       | Eissporthalle Frankfurt               | <a href="http://www.dr-rolstuhlbasketball.de">www.dr-rolstuhlbasketball.de</a> |
| So 07.07.2013                   | 12. Frankfurter Sparkasse IRONMAN Europ. Champ. | Triathlon                 |                                       | <a href="http://www.ironmanfrankfurt.com/de">www.ironmanfrankfurt.com/de</a>   |
| Mo 15.07.2013 bis Fr 19.07.2013 | American Sport Summer Lacrosse Festival         | Football, Rugby, Lacrosse | SC Frankfurt 1880, Feldgerichtstr. 29 | <a href="http://www.wardcarr.com">www.wardcarr.com</a>                         |



## Internationales Deutsches Turnfest 18.-25. Mai 2013 Metropolregion Rhein-Neckar

### Der Countdown läuft...

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Sportbegeisterte, die Olympischen Spiele in London haben es wieder auf eindrucksvolle Weise unter Beweis gestellt: Turnen fasziniert. In all seinen Facetten. Das klassische Gerätturnen genauso wie die Leichtathletik oder die Rhythmische Sportgymnastik.

Doch Turnen ist mehr als olympischer Hochleistungssport und Jubel über deutsche Medaillen. Turnen ist beliebter Breitensport – und das, in einer Vielzahl attraktiver Disziplinen. Das **Internationale Deutsche Turnfest** ist die größte Breitensportveranstaltung der Welt. Vom 18. bis zum 25. Mai 2013 werden mehr als 80.000 Aktive die Metropolregion Rhein-Neckar zum Turn-Mekka machen – mit Wettkämpfen und Mitmachangeboten für jede Altersgruppe.

Erstmals in seiner Geschichte wird das **Internationale Deutsche Turnfest** nicht in einer Stadt, sondern einer Region ausgetragen. Mannheim, Heidelberg und Ludwigshafen haben als Turnfestzentren thematische Schwerpunkte.

Mannheim steht für die Eröffnungs- und Abschlussfeier, die Festmeile sowie zahlreiche hochwertige Abendveranstaltungen und Finals in

den Olympischen Sportarten. Mannheim ist zentraler Treffpunkt des Turnfestes mit den Themenwelten: Tuju-Club, Kinderturn-Land, Turn-Arena und GYMWELT.

Heidelberg setzt als Standort für die Turnfest-Akademie auf das Thema Bildung und lädt ein Know-how zu gewinnen, zu vertiefen und neue Sportarten auszuprobieren bzw. als Trends aufzunehmen.

In Ludwigshafen werden Gruppen die Vielfalt der Sportarten in Shows und Vorführungen präsentieren.

Letztendlich gibt es in den drei Turnfestzentren ein ganztägig abwechslungsreiches Programm nach dem Turnfestmotto: „Leben in Bewegung“.

Wer sich über dieses Breitensportevent informieren möchte, kann unter der Internet-Adresse: [www.turnfest.de](http://www.turnfest.de) Anregungen, Tipps und das gesamte Angebotsprofil finden.

Auf der Geschäftsstelle liegen außerdem als Belegexemplar das Programmheft der Turnfest-Akademie und die Ausschreibung mit Informationen zum Meldeverfahren vor. Die Anmeldungen werden hier gerne entgegen genommen und bearbeitet. Auch unser

Sportwart Klaus Eberbach und Hans Meffert aus dem erweiterten Vorstand sind bei Fragen rund um das Turnfest behilflich.

Der Countdown zu diesem Ereignis läuft und die Vorfreude auf meiner Seite ist groß. Ich hoffe, dass sich wieder vie-

le Vereinsmitglieder für das **Internationale Deutsche Turnfest** interessieren und für diverse Wettkämpfe anmelden werden.

Nicole Egner-Meffert  
Geschäftsstelle

### Das Turnfest ist für...

- Teilnehmer, die sich in einer Sportart wie z.B. Turnen, Leichtathletik oder Volleyball mit anderen messen möchten.
- Schlachtenbummler, die unsere aktiven Teilnehmer anfeuern.
- Besucher, die bei den Leistungssportlern bei den Deutschen Meisterschaften, Pokal- und Fachwettkämpfen als Zuschauer dabei sind.
- Jugendliche: Der Tuju-Club wird zentraler Ausgangspunkt für sämtliche Aktivitäten sein.
- Ältere, die sich auf Aktivitäten mit Gleichgesinnten in der Gemeinschaft freuen und dabei zeigen, wie fit und aktiv sie sind.
- Freizeitgruppen, die unter den Mitmachangeboten Neues entdecken und ausprobieren können.
- Spielmannszüge, die Lust auf den Leistungsvergleich haben und gemeinsam feiern wollen.
- Kinder, die sich im Kinder-Turnland richtig austoben wollen.
- Übungsleiter und Trainer, die viel Neues in der Turnfest-Akademie lernen, ihre Gruppen/Wettkämpfer begleiten und bei den Wettkämpfen betreuen.
- Vereinsführungskräfte/ehrenamtliche Helfer, denen der Zusammenhalt ihrer Vereinsgruppen und die Bindung an den Verein wichtig sind und die sich gerne vom Turnfestfieber anstecken lassen wollen.

**7 Tage Spielen, bewegen, ausprobieren, kreativ sein, Neues entdecken und, und, und ... Für alle gilt: die Region entdecken, mit Gleichgesinnten aktiv sein und mit Freunden feiern.**



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:** Nicole Egner-Meffert

**Layout, Satz:** Petra Kreß, Dipl. Designerin (FH), [www.petrakress-grafikdesign.de](http://www.petrakress-grafikdesign.de)

**Copyright:** Verein, Logos: 1976 by ERCO

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

**Internet:** [kontakt@turnerschaft-heddernheim.de](mailto:kontakt@turnerschaft-heddernheim.de)  
[www.turnerschaft-heddernheim.de](http://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                   | <a href="mailto:judo@turnerschaft-heddernheim.de">judo@turnerschaft-heddernheim.de</a>                       |
| Leichtathletik: Julian Metzler        | <a href="mailto:leichtathletik@turnerschaft-heddernheim.de">leichtathletik@turnerschaft-heddernheim.de</a>   |
| Musikzug: Michael Reinhardt           | <a href="mailto:musikzug@turnerschaft-heddernheim.de">musikzug@turnerschaft-heddernheim.de</a>               |
| Sportabzeichen: Klaus Eberbach        | <a href="mailto:sportabzeichen@turnerschaft-heddernheim.de">sportabzeichen@turnerschaft-heddernheim.de</a>   |
| Turnen: Thorsten Barufke-Schmidtell   | <a href="mailto:2.vorsitzender@turnerschaft-heddernheim.de">2.vorsitzender@turnerschaft-heddernheim.de</a>   |
| Jugendausschuss: Dennis Hesse         | <a href="mailto:jugendausschuss@turnerschaft-heddernheim.de">jugendausschuss@turnerschaft-heddernheim.de</a> |
| Sportwart: Klaus Eberbach             | <a href="mailto:sportwart@turnerschaft-heddernheim.de">sportwart@turnerschaft-heddernheim.de</a>             |
| Geschäftsstelle: Nicole Egner-Meffert | <a href="mailto:kontakt@turnerschaft-heddernheim.de">kontakt@turnerschaft-heddernheim.de</a>                 |