

Protokoll Jahreshauptversammlung TG Römerstadt e.V.

Datum: 15.03.2013

Beginn: 19.00 Uhr

Ort: Gemeindesaal St. Sebastian, Frankfurt am Main

53 stimmberechtigte Mitglieder anwesend

Versammlungsleiter: Werner Naumann

1. Eröffnung und Begrüßung

Der Vorsitzende Werner Naumann stellt fest, dass die Einladungen zur Jahreshauptversammlung mit der Ankündigung der Wahl des geschäftsführenden Vorstands im Februar 2013 mit der 61. Ausgabe der Vereinsmitteilungen ordnungsgemäß verschickt wurden. Die Mitgliederversammlung ist beschlussfähig.

Das Protokoll der Jahreshauptversammlung 2012 wurde mit der 59. Ausgabe der Vereinsmitteilungen verschickt. Es werden hiergegen keine Einwendungen erhoben. Das Protokoll gilt damit als angenommen.

Es folgt die Erwähnung im letzten Jahr verstorbener Mitglieder.

2. Vorführung einer Gruppe

Es folgt die Vorführung einer Gruppe von Dana Soukup.

3. Berichte Vorstand / erweiterter Vorstand

Es werden Bilder aus dem Vereinsleben des letzten Jahres gezeigt.

Die Berichte aus den einzelnen Bereichen sind in den letzten Vereinsmitteilungen (Februar 2013, 61. Ausgabe) abgedruckt. Es wird die Möglichkeit gegeben, Fragen hierzu zu stellen.

Es gibt keine Fragen zu den einzelnen Berichten.

Werner Naumann teilt mit, dass der Vertrag mit den Titus-Thermen offiziell bis zum 31.12.2013 gilt, bis dahin bleiben die Preise konstant. Die TG Römerstadt muss bis Ende November 2013 gegenüber der Bäder GmbH kundtun, ob der Vertrag verlängert werden soll. Dann werden aus den Besucherzahlen der TG Römerstadt des Jahres 2013 die neuen Preise ermittelt.

4. Kassenbericht und Kassenprüfung

Zum Kassenbericht gibt es keine Fragen.

Es folgt die Kassenprüfung. Die Kassenprüfer Ute Keller und Thomas Joppen teilen mit, dass der Kassenbericht der Kassenwartin Sabine Kaak plausibel und nachvollziehbar ist. Er wurde auf Vollständigkeit und Richtigkeit geprüft, es gibt keine Beanstandungen.

5. Entlastung des geschäftsführenden Vorstandes

Thomas Joppen stellt den Antrag, den geschäftsführenden Vorstand zu entlasten. Es gibt keine Gegenstimmen zur Entlastung des geschäftsführenden Vorstands in

(Fortsetzung auf Seite 2)

Aus dem Inhalt

Vorstellung der neuen
Vorstandsmitglieder:

- ♦ Pressewartin
- ♦ Kassenwartin

Brustkrebslauf S. 3

Unsere Gruppe stellt sich vor:

Funky Jazz Dance S. 4

Winterguard und
Wandertag S. 5

Aktiv bis 100
und Volleyball S. 6

AROHA® und
Sport- und Vereinssplitter .. S. 7

Besondere Geburtstage,
Persönliches, Impressum .. S. 8

Ansprechpartner im Verein

Bitte beachten sie bei Korrespondenzen mit dem Vorstand die Vereinsanschrift:

TG Römerstadt e.V.
Werner Naumann
Neesbacher Str. 4
65597 Hünfelden
Tel.: 0 64 38 / 72 555
(Mo, Mi, Fr abends)
Fax: 0 64 38 / 92 05 38
Email: vorstand@tgroemerstadt.de

Telefonische Auskünfte in Vereinsfragen erteilt gerne (tagsüber):
Bärbel Rutkowski:

Tel. 0 61 01 / 333 27



Aktuelles Bild des geschäftsführenden Vereinsvorstands

(Fortsetzung von Seite 1)

seiner Gesamtheit. 48 Vereinsmitglieder stimmen für die Entlastung des geschäftsführenden Vorstandes. Es gibt 5 Enthaltungen. Der geschäftsführende Vorstand wurde damit entlastet.

6. Wahl des geschäftsführenden Vorstandes

Sabine Kaak und Sigfried Osolin stellen den Wahlausschuss. (kein Stimmrecht)

a) Vorsitzende/r

Werner Naumann stellt sich zur Wahl. 50 Wahlberechtigte stimmen für Werner Naumann, es gibt 1 Enthaltung. Werner Naumann nimmt die Wahl an.

b) Stellv. Vorsitzende/r 1

Bärbel Rutkowski stellt sich zur Wahl. 51 Wahlberechtigte stimmen für Bärbel Rutkowski. Bärbel Rutkowski nimmt die Wahl an.

c) Stellv. Vorsitzende/r 2

Vera Pfeil stellt sich zur Wahl. 50 Wahlberechtigte stimmen für Vera Pfeil, es gibt 1 Enthaltung. Vera Pfeil nimmt die Wahl an.

d) Kassenwart/in

Sabine Kaak kandidiert nicht mehr. Edith Beisel stellt sich zur Wahl. 50 Wahlberechtigte stimmen für Edith Beisel, es gibt 1 Enthaltung. Edith Beisel nimmt die Wahl an.

e) Sportwart/in

Sonja Schmitt stellt sich zur Wahl. 50 Wahlberechtigte stimmen für Sonja Schmitt, es gibt 1 Enthaltung. Sonja Schmitt nimmt die Wahl an.

und Conny Muck für Öffentlichkeitsarbeit. Der erweiterte Vorstand wird in dieser Zusammensetzung mit absoluter Mehrheit bestätigt.

9. Anträge

Es sind keine Anträge beim Vorsitzenden eingegangen.

10. Verschiedenes

Der nächste Wandertag findet am 04.05.2013 statt. Die Gruppe wird zunächst bis nach Limburg fahren und dann bei Runkel wandern. Einzelheiten hierzu werden im April 2013 von Karl Schneider bekanntgegeben.

In der Geschwister-Scholl-Schule sind bei den Damen-Duschen zwei Duschen in der Temperatur nicht zu regeln. Zudem

7. Wahl der Kassenprüfer

a) Kassenprüfer 1

Ute Keller stellt sich zur Wahl.

b) Kassenprüfer 2

Thomas Joppen stellt sich zur Wahl.

Es gibt keine Gegenstimmen dazu, die Kassenprüfer gemeinsam zu wählen. 51 Wahlberechtigte stimmen für Ute Keller

und Thomas Joppen als Kassenprüfer.

Es gibt 2

Enthaltungen. Ute Keller und Thomas Joppen nehmen ihre Wahl an.



Neben dem Geschäftsf. Vorstand bilden zusätzlich diese Mitglieder den erweiterten Vorstand. Bei der Aufnahme fehlen noch Robert Pastyrik (sonst. Sportarten) und Christoph Schneider (Webmaster)

8. Bestätigung des erweiterten Vorstandes

Es gibt keine Gegenstimmen zur Bestätigung des erweiterten Vorstandes in seiner Gesamtheit.

Folgende Kandidaten stellen sich zur Verfügung:

Sigrid Schneider für den Bereich Gymnastik & Gesundheit, Wolfgang Faber für Gymnastik & Spiel, Werner Naumann und Vera Pfeil als Volleyballwarte, Robert Pastyrik für sonstige Sportarten, Christoph Schneider als Webmaster

läuft das Wasser an einem Abfluss schlecht ab. Werner Naumann wird sich darum kümmern.

Ende der Jahreshauptversammlung: 20.10 Uhr.

Vera Pfeil

(Protokoll / stellv. Vorsitzende)

Werner Naumann (Vorsitzender)

Barbara Rutkowski

(stellv. Vorsitzende)

Edith Beisel (Kassenwart)

Sonja Schmitt (Sportwartin)

Neue Beauftragte für Öffentlichkeitsarbeit stellt sich vor

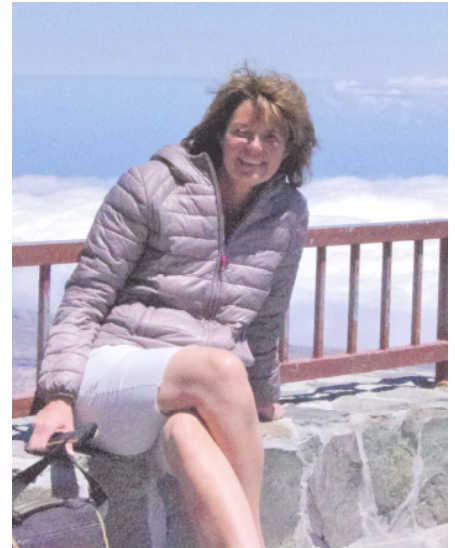
Liebe Vereinsmitglieder,

nachdem ich bei der letzten Mitgliederversammlung die Funktion als Beauftragte für Öffentlichkeitsarbeit übernommen habe, möchte ich heute die Gelegenheit nutzen mich in dieser Vereinsmitteilung vorzustellen. Mein Name ist Cornelia Muck - ich bin quasi eine waschechte Römerstädterin, da ich von Geburt an hier aufgewachsen bin und schon als Kind und Jugendliche im Verein sportlich aktiv war. Nicht zuletzt deswegen, weil meine Mutter, Brunhilde Weiß, seit Mitte der 70iger Jahre lange Jahre als Übungsleiterin der Kinderturngruppen mittwochs in der Römerstadt-Schule tätig war. Nach einigen Jahren Pause durch Wegzug aus Frank-

furt und Auslandsaufenthalten bin ich nun seit 1989 beständiges Mitglied der TG Römerstadt. Anfangs trainierte ich in der Volleyballgruppe bei Karin Damrau jetzt zusätzlich mit der Gymnastikgruppe von Dana Sokoup, sowie mit der Pilatesgruppe von Sabine Jakobs.

Zu meinen Aufgaben innerhalb unseres Vereins gehört Kontaktaufnahme zur Presse sowie die Realisation von Pressemitteilungen in regionalen Zeitungen und Zeitschriften, um den Verein und seine Angebote nach außen hin interessanter und bekannter zu machen.

Vielleicht hat ja jemand für den Bereich Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Anregungen, Rückfragen oder Wünsche!? Der kann sich gerne unter der Email-Adresse



presse@tgroemerstadt.de direkt an mich wenden.

Cornelia Muck

Vorstellung der neuen Kassenwartin

Liebe Mitglieder der TG Römerstadt,

bei der letzten Mitgliederversammlung wurde ich zur neuen Kassenwartin gewählt. Vielleicht war das leichtsinnig von Ihnen, dies zu tun, ohne mich zu kennen.

Mein Name ist Edith Beisel, ich bin 60 Jahre alt, wohne in der Nordweststadt und bin seit 1980 Vereinsmitglied. Angefangen habe ich

mit meinem Sohn in der Mutter-Kind-Gruppe, danach ging es weiter zur Vormittags-Hausfrauengymnastik bei Lotti Joppen. Später habe ich dann meinen Mann auch noch mitgeschleppt und wir sind bei Gymnastik und Spiel gelandet. Dabei haben wir viele Übungsleiter kennengelernt und immer viel Spaß dabei gehabt. Inzwischen habe ich diverse Gruppen und Sportarten ausprobiert, obwohl ich mir nach der Schule geschworen hatte „nie

mehr Sport“. Ich bin noch teilzeitberufstätig als Buchhalterin und Steuerfachgehilfin, insofern für den Posten als Kassenwart nicht ganz ungeeignet. Dies in aller Kürze, ich verspreche, kein Geld zu unterschlagen und mir auch sonst Mühe zu geben, alles richtig zu machen.

Erreichen können sie mich per Mail:

kassenwart@tgroemerstadt.de.

Edith Beisel

Lauf gegen den Brustkrebs am 29.09.2013

Kaum zu glauben, aber es ist schon wieder fast ein Jahr rum. Ich habe ja in der Oktober-Ausgabe der Vereinsmitteilungen geschrieben, daß sich im Jahr 2012 über 7500 Teilnehmerinnen und Teilnehmer beteiligt hatten. Nun will ich auch für dieses Jahr aufrufen, daß sich

möglichst viele von unserem Verein, ob Frauen, Männer, oder auch von Brustkrebs Betroffene bei mir melden mögen. Wir wollen wieder in unseren blauen T-Shirts laufen und, die meisten wissen es, wenn sich mehr als 10 Leute bei mir melden, können wir statt Euro 20,-- nur

Euro 12,-- Startgeld bezahlen. Der Lauf beginnt wieder um 10:00 h am Holbeinsteg auf der Sachsenhäuser Seite. Man kann 2 km walken (ohne Stöcke) oder 5 km joggen. Hier meine Telefon-Nr. 7 68 14 18.

Sigrid Schneider

Unsere Gruppe stellt sich vor **Funky Jazz Dance**

Du suchst eine neue Herausforderung, bist motiviert und hast Spaß an Bewegung und Tanz? Wir suchen Anfänger und Fortgeschrittene für unsere zwei Tanzgruppen „Funky Moves“ (12-15 J.) und „Impulse“ (ab 16 J.) der Turngemeinschaft Römerstadt e.V.!

Funky Jazz Dance

vereint Elemente aus Jazz, Hip Hop und Modern Dance!

Funky Jazz Dance ab 16 J.
(Fr 16.30-18.30 Uhr ERS Gym)

„Impulse“ besteht seit 2008 aus jungen Frauen im Alter von 16 – 19 Jahren. Die Gruppe übt jedes Jahr an einer neuen Choreographie (Bewegungsabfolge) für den jährlich stattfindenden DTV Nachwuchswettbewerb der TSC Schwarz Weiß Gold und konnte seit ihrer ersten Teilnahme im Jahr 2010 ihren Erfolg in jedem Jahr steigern. Das Training beginnt mit Aufwärm- und Dehnübungen für den Hauptteil, der aus dem Lernen neuer Schrittkombinationen und Technikübungen zur korrekten Ausführung von z.B. Körperhaltung, Sprüngen oder Drehungen, besteht. Das Training findet freitags von 16.30-18.30 Uhr in der Gymnastikhalle der Ernst-Reuter-Schule statt.

Impulse hat keine Altersbeschränkung nach oben und auch Anfänger sind herzlich willkommen!

Funky Jazz Dance von 12-15 J.
(Mo von 18.30-19.30 Uhr ERS 1)



Unsere Nachwuchsgruppe „Funky Moves“ besteht seit 2011 aus 6 Mädchen im Alter von 12-15 Jahren und soll im nächsten Jahr in die Fußstapfen von Impulse treten und ebenfalls am Turnier starten. Das Training findet montags von 18.30-19.30 Uhr in Halle 3 der Ernst-Reuter-Schule statt. Tanzerfahrung ist keine Voraussetzung, komme uns einfach besuchen!

Die Trainerinnen

Ricarda Jordan ist am 19.09.1989 in Frankfurt am Main geboren und seit ??? Mitglied im Verein der TG Römerstadt e.V.. Nach ihrem Abitur im Jahre 2008 absolvierte Ricarda eine dreijährige schulische Ausbildung zur Physiotherapeutin. Seit 2011 arbeitet sie in der physiotherapeutischen Praxis mit Kindern, Erwachsenen und Senioren. Ricarda erlangte im Jahr 2010 ihre Trainerlizenz C im Bereich Gymnastik, Rhythmus, Tanz. Sie tanzt seit ihrem 6. Lebensjahr, angefangen von Kreativem Kinder-

tanz, Showtanz, Standard und Latein bis hin zum Funky Jazz Dance. Seit 2001 ist sie Mitglied der Erfolgsgruppe „Blackfire“ und trainiert nun selbst, zusammen mit ihrer Partnerin Patricia Pistarà, zwei Tanzgruppen in der Turngemeinschaft Römerstadt e.V.. Ricarda kann ihr Wissen in den Bereichen Sport, Trainings- und Bewegungslehre, Gesundheit und Therapie als auch ihre langjährige Tanzerfahrung bewusst in das Training einbringen.

Patricia Pistarà ist am 10.09.1988 in Frankfurt am Main geboren. Nach ihrem Abitur im Jahr 2008 und einem Freiwilligen Sozialen Jahr in der offenen Kinder- und Jugendarbeit absolvierte Patricia 2012 das Studium B.A. Soziale Arbeit. Während ihres Studiums arbeitete sie im Hort an der Heinrich Kromer Schule des Caritasverbandes, in dem sie ebenfalls eine Tanz AG leitete. Patricia erlangte im Jahr 2010 ihre Trainerlizenz C im Bereich Gymnastik, Rhythmus, Tanz. Sie tanzt seit ihrem dritten Lebensjahr beginnend mit Kreativem Kindertanz, Showtanz, Hip Hop bis hin zum Funky Jazz Dance. Seit 2009 ist sie Mitglied der Erfolgsgruppe „Blackfire“ und trainiert zusammen mit ihrer Partnerin, Ricarda Jordan, nun selbst zwei Tanzgruppen in der Turngemeinschaft Römerstadt e.V.. Mit theoretischem Wissen aus dem Studium der Sozialen Arbeit und der praktischen Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit, sowie langjähriger Tanzerfahrung kann Patricia das Training mit pädagogischer Sichtweise ergänzen und das Beste aus jedem Gruppenmitglied herausholen.

Wir freuen uns auf Euch!

Neue Winterguard-Gruppe belegt erfolgreich den 2. Platz

24.04.2013 - Eemnes, 22.43 Uhr. Der Puls der drei Tänzer der neuen Winterguard-Abteilung der TG Römerstadt schnellte in die Höhe als der Turnierleiter verkündet: "On second Place, with 62 Points, from Germany Frankfurt Fireflies". Die Freude über das Erringen des zweiten Platzes bei den europäischen Meisterschaften für Individuals & Ensembles des CGN ist riesig. Dies ist ein Turnier für Solisten und kleine Gruppen. Die harte Arbeit an der diesjährigen Show "Bolero 13" hat

sich gelohnt. Die Frankfurt Fireflies haben sich erfolgreich gegen ein europäisches Starterfeld durchgesetzt. Dies ist der erste Erfolg der jungen Gruppe auf den weitere folgen sollen.

Nun starten die Vorbereitungen für die nächste Show unserer Winterguard. Winterguard ist eine Tanzsportart aus den USA, bei der mit verschiedenen Equipments wie z.B. Fahnen getanzt wird.

Um unser großes Ziel, die Teilnahme an einer Winterguard Saison

des Verbandes Colorguard Nederlands, zu erreichen benötigen wir noch weitere Tänzerinnen und Tänzer. Wenn du Interesse an einer neuen Tanzsportart hast, die tänzerische Elemente mit und ohne Equipment verbindet, dann schau einfach dienstags 19:30 in der Turnhalle der Hermann-Luppe-Schule vorbei. Weitere Infos sowie Bilder und Videomaterial findest du unter www.facebook.com/frankfurtfireflies.

Robert Forler

Lahntal... „das ist aber schön!“

20. Vereinswandertag am 04.05. in Runkel/Lahn

So war die übereinstimmende Reaktion bei unserer 20. Vereinswanderung am 04.05.13, bei der immerhin 52 Teilnehmerinnen und Teilnehmer dabei waren, obwohl eine ganze Anzahl Mitglieder aus unterschiedlichen Gründen absagte hatten.

Gießen, Wetzlar, Braunfels, Weilburg, Limburg – das hatten die meisten von uns schon mal besucht. Aber eine durchgehende fast 1stündige Zugfahrt von Gießen bis nach Runkel, das war für fast alle neu, trotz der relativen Nähe zu Frankfurt.

Dank Hessenticket ist eine solche Reise einschließlich der Rückfahrt über Limburg natürlich sehr preiswert und bei Unterhaltungen bzw. Gegendbetrachten vergeht die Zeit in einer Gruppe generell wie im Flug.

Ausgangspunkt unserer 10 km-Wanderung war also Runkel. Von hier aus gingen wir direkt an der Lahn entlang bis Kerkerbach und von dort dann durch das Kerkerbachtal bis zur „Hofener Mühle“.

Insgesamt kann man von einer wunderschönen Gegend sprechen,

ruhig und ohne Autoverkehr, in der grünenden und blühenden Frühlingszeit; hinzu kam an dem Tag optimales Wetter. So konnten wir bei milden Temperaturen unsere Mittagspause im Freien verbringen. Ein Grillgericht mit Steak, Bratwurst, Kartoffel- und gemischtem Salat, sowie frischem Brot vom Dorfbäcker, alternativ eine gute Kartoffelsuppe mit Wursteinlage oder auch etwas Vegetarisches; da brauchte keiner zu verhungern. Trotzdem fanden etwas später auch neben Kaffee die angebotenen Kuchen noch genügend Abnehmer.

Dazwischen gab Herr Dorn, der heutige Mühlen-Besitzer einer langen Ahnentafel, in begeisterten und interessanten Worten einen Überblick aus der Mühlengeschichte, ergänzt mit einer kurzen Führung durch das Anwesen. Ansonsten lud eine große Wiese am Haus zum Sonnenbaden ein oder auch einfach nur zum Betrachten der Natur, wo ein vielstimmiges Vogelgezwitscher nicht fehlen durfte.

Anschließend tat der „Verdauungsspaziergang“ zum et-



wa 4 km entfernten Bahnhof in Kerkerbach richtig gut.

Das hinderte aber viele von uns nicht, bei der 40minütigen Umstiegspause in Limburg in einer nahe gelegenen Eisdiele noch für etwas Umsatz zu sorgen.

So konnten wir den letzten durchgehenden Zug nach Frankfurt benutzen, wo wir dann bereits um 19:30 h wieder eintrafen.

Alles in allem haben unsere Leute von einem sehr schönen und gelungenem Tag gesprochen, was natürlich auch den Organisator freut.

Karl Schneider

Aktiv bis 100

Bewegung im Alter wird immer notwendiger!

Unter diesem Motto beginnen wir im September mit einem neuen Angebot.

Ziel des Bewegungsprogramms ist, die Selbstständigkeit im Alltag durch Muskeltraining der Arme und Beine zu erhalten.

Das Programm **Aktiv bis 100** bietet den Teilnehmern

- Spaß an Bewegung mit Gleichaltrigen zu erleben
- Schulung der Sicherheit durch Gleichgewichtsübungen
- Gehtraining, das mobiler macht
- Stärkung der Muskulatur durch Kräftigungsübungen
- Koordinationsübungen, die Geist und Körper fördern

Termin: Mittwochs, ab 4. Sept. 2013
11.00 bis 12.00 Uhr

Ort: Christ König-Gemeinde, Damaschkeanger 156, Praunheim
Gymnastikraum (ebenerdig zu erreichen)

Kosten: Keine Kosten im ersten halben Jahr, anschl. 7,00 € im Monat, jederzeit zum Monatsende kündbar, ab 90 Jahre kostenlos

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich

- Dehnübungen um die Beweglichkeit zu erhöhen
- Lebenslust durch Bewegung zu Musik

Durch Stärkung der Beweglichkeit können Stürze vermieden werden und eine Pflegebedürftigkeit kann zeitlich verschoben oder sogar verhindert werden.

Gehbehinderte mit Stock und Rollatoren und auch Rollstuhlfahrer sind herzlich willkommen!

Auch der Spaß kommt nicht zu kurz!

Ihre Übungsleiterin Sigrid Schneider freut sich auf Sie und beantwortet gerne Fragen unter der Telefonnummer: 069 - 768 14 18.

Volleyball-Herren „fusionieren“ mit männlicher U18-Jugend

Nachdem mehrere Spieler der Volleyball-Herren aufgrund beruflicher Verpflichtungen die Mannschaft verlassen hatten, war das weitere Bestehen der Mannschaft aufgrund der geringen Zahl der verbliebenen Mitglieder fraglich. Da es auch im Bereich der männlichen Jugend personell gesehen eher schlecht aussah, entschied sich der Verein auf Anregung der beiden Mannschaften und ihrer Trainer dafür beide Mannschaften zusammenzulegen.

Schule, um die Jugendspieler sowohl zu integrieren als auch zu fördern. Weiterhin nimmt die Mannschaft in der kommenden Zeit vermehrt an Freundschaftsspielen teil, um möglichst viel Spielpraxis für alle Mannschaftsmitglieder zu erreichen.

Natürlich freut sich die Mannschaft weiterhin über Neuzugänge. Wer also Lust hat mit der Mannschaft zu trainieren und sie in der kommenden Saison unterstützen möchte, kann einfach mal im Trai-

schafft trainiert dienstags von 20.30-22.00 Uhr und donnerstags von 19.45-22.00 Uhr in der Geschwister-Scholl-Schule unter der Leitung von Trainer Bernd Erlenbach. Wer möchte, kann einfach mal mittrainieren!

Die neue Saison beginnt mit dem 1. Spieltag am 21./22. Sept.. Die Heimspieltermine werden rechtzeitig auf der Homepage veröffentlicht.

*Vera Pfeil und
Werner Naumann*

Einige Termine in nächster Zeit

08.07. – 16.08. Sommerferien (alle Hallen grundsätzlich geschlossen)
12.10. Vereinswanderung (Näheres folgt in der gewohnten Form)

Mitglieder werben Mitglieder

Werben Sie neue Mitglieder für die TG Römerstadt und erhalten Sie **10,- € Werbungsprämie** auf ihren Mitgliedsbeitrag.

Die „neue“ Mannschaft trainiert jetzt unter dem Trainergespann Karsten Eicher, Carolina Pawera und Christoph Schneider montags und mittwochs mit verlängerten Trainingszeiten von 19.00-22.00 Uhr in der Geschwister-Scholl-

ning vorbeischaun.

Dies gilt auch für die Damen-Mannschaft, die sich derzeit verstärkt auf die neue Saison in der Kreisliga vorbereitet, um möglichst gleich wieder den Aufstieg in die Bezirksliga zu schaffen. Die Mann-

Die TG Römerstadt e.V. startet ein neuartiges Fitnessprogramm

AROHA® – das Ganzkörpertraining für Körper, Geist und Seele

AROHA® ist ein Fitnessprogramm, bei dem sich die Teilnehmer tanzend fit machen, angelehnt an einen alten Kriegstanz der Maoris, vielen als HAKA bekannt.

AROHA® wurde von Sportwissenschaftlern, Sportärzten und Physiotherapeuten entwickelt. Es bietet Gruppen ein effektives und funktionelles Fitnessprogramm im ¾ Takt, das sich durch besondere Harmonie in den Bewegungsabläufen auszeichnet. Starke, kraftbetonte Abläufe folgen weichen Bewegungen, die intensiv und leicht nachvollziehbar, jedoch schonend für die Gelenke sind.

Zugleich sollen die Fettverbrennung angekurbelt und Muskeln gestärkt werden. Vor allem große Muskelgruppen wie Beine und Po werden fokussiert.

Es werden auch Emotionen angesprochen, die Teilnehmer sollen zugleich alle Sinne spüren. So dient der Fitnesskurs zum Abbau von Aggressionen und Stress durch Entspannung, während auf der andern Seite das Selbstbewusstsein und Mobilität gefördert werden.

Der Fitnesskurs kann als eine Mischung aus HAKA, Kung Fu und Tai Chi beschrieben werden, bei dem der sportliche Aspekt im Vordergrund steht, Ausdauer trainiert wird und auspowern möglich ist.

Die Musik wurde speziell für das Fitnessprogramm komponiert und fördert eine außergewöhnliche Atmosphäre.

Die TG Römerstadt e.V. startet mit ihrem neuen Kurs am 03. Juni 2013. Der Kurs findet an 10 Terminen jeweils montags von 19.00 – 20.00 Uhr in der Ernst-Reuter-Schule, Halle 1 statt. Ein späterer Einstieg ist möglich.

Nichtmitglieder zahlen für den Kurs 40,00 Euro, Mitglieder 10,00 Euro

Kursanmeldung: direkt bei Dana Soukup – AROHA®-Instructorin (ausgebildet und zertifiziert von AROHA ACADEMY INTERNATIONAL – Deutsches Präventions- und Gesundheitssport Institut in Kooperation mit DTB-Akademie), Tel.-Nr. 069 / 58 75 13 oder per E-Mail: dana.soukup@web.de.

Sport- und Vereinssplitter

- Die Freizeitvolleyballer spielen in den Sommerferien wie jedes Jahr bei schönem Wetter montags und donnerstags um 19.00 Uhr auf den Niddawiesen gegenüber des Minigolfplatzes Volleyball. Los geht es am Montag, den 08.07.2013. Am Donnerstag, den 15.08.2013, ist unser letzter Spieltag, bevor es wieder in die Halle geht. Weitere Informationen sind bei Wolfgang Faber, Tel. 069/ 57 47 23 zu erfahren
- Die neu gegründete Gruppe Winterguard sucht dringend noch weitere Tänzer zur Unterstützung. Alle, die Lust auf Tanzen haben, sind dienstags ab 19.30 Uhr in der Hermann- Luppe Schule herzlich willkommen.
- Dana Soukup hat ihre Ausbildung als Aroha Instructorin erfolgreich abgeschlossen. Dazu gratulieren wir recht herzlich. Alle, die Aroha einmal näher kennenlernen möchten, sind zum kostenlosen Workshop am 01.06.13 um 11.00 Uhr in der Geschwister-Scholl-Schule herzlich eingeladen.
- Ein Aroha Kurs mit 10 Einheiten wird ab dem 03.06.13 von 19.00-20.00 Uhr in der Ernst-Reuter-

Schule 1 von Dana angeboten. Die Kosten hierfür betragen für Mitglieder 10,00 €, für Nichtmitglieder 40,00 €. Ein späterer Einstieg ist möglich.

- Yoga bei Sabine Jakobs wird bei Interesse wieder nach den Sommerferien angeboten. Interessenten melden sich bitte bei Sonja Schmitt unter sportwart@tgroemerstadt.de oder 069/585065.
- Der nächste Rückenfitness- Kurs unter der Leitung von Dana Soukup findet ab dem 23.9. bis 9.12.2013 montags von 19.00-20.00 Uhr in der Ernst-Reuter-Schule Halle 1 statt. Die Kurskosten belaufen sich auf 35,00 € für Mitglieder und 75,00 € für Nichtmitglieder. Der Kurs hat das Qualitätssiegel „Sport Pro Gesundheit“ und steht somit für eine hohe und gleich bleibende Qualität des Angebots. Viele Krankenkassen haben das Siegel als qualifizierte Maßnahme zur Primärprävention anerkannt. Kursteilnehmer haben die Möglichkeit, sich über § 20 SGB V einen Teil der Kurskosten von der Krankenkasse rückerstatten zu lassen.
- Die TG Römerstadt ist jetzt auch auf Facebook zu finden.

Bilder aus dem Vereinsleben



Das Lahntal bei der 20. Vereinswanderung (oben, mitte), Gruppenbilder von Funky Jazz Dance: FunkyMoves (links oben) und Impulse (links unten) und der Brustkrebslauf (unten mitte)



So schön kann auch bei älteren Menschen ein „besonderer“ Geburtstag sein, wie z.B. beim 85. Geburtstag unseres Ehrenmitglieds Lotti Joppen.

Persönliches

Am 16.05. erblickte unser ‚Volleyballer-Nachwuchs‘ Ben Pascal Schneider das Licht der Welt. Seine Eltern Caro Pawera und Christoph Schneider sind seit über 16 Jahren in unserer Volleyball-Abteilung als Spieler und seit 3-5 Jahren auch als Trainer aktiv und feierten bspw. gerade gemeinsam die Meisterschaft mit unserer männl. Jugend. Christoph, der bereits seit Kindheitstagen im Verein dabei ist, hat sich darüber hinaus seit seiner Jugend auch in div. Vorstands-Funktionen (Mitgliederverwaltung, Webmaster, Volleyballwart) im Verein, aber auch auf Verbandsebene (aktuell als Klassenleiter und Regionalliga-Schiedsrichter) engagiert.



Leider sind in letzter Zeit auch wieder einige **langjährige Vereinsmitglieder verstorben**. Dazu zählt

Frau Irmgard Kirsch mit 97 Jahren, die uns am 22.02. als zu diesem Zeitpunkt ältestes Mitglied verlassen musste. Bis zum 88. Lebensjahr nahm sie regelmäßig an den Sportstunden bei Sigrid Schneider teil.

Gestorben ist am 17.02. Frau Margarete Kirchhöfer im Alter von 77 Jahren, die 1990 bei uns eingetreten war.

Ferner ist Frau Hildegard Wende zu nennen, die zum Zeitpunkt ihres 90. Geburtstages starb. Sie kam mit 70 Jahren zu uns und hat bis vor wenigen Jahren aktiv am

Vereinsleben teilgenommen. Jozef Gilany ist am 26. Juni im Alter von 71 Jahren verstorben ist. Er war 40 Jahre Mitglied im Verein.

Allen Angehörigen sprechen wir auch hiermit unsere Anteilnahme aus.

Impressum:

Redaktions- und Anzeigenschluss:

Freitag, 20. September 2013

Artikel und Leserzuschriften bitte an:

Karl Schneider
Alt Praunheim 27
60488 Frankfurt a.M.
Tel./Fax: 0 69 / 768 14 18
ehrevorsitzender@tgroemerstadt.de

Herausgeber:

TG Römerstadt e.V.
Vorsitzender
Werner Naumann
Neesbacher Str. 4
65597 Hünfelden
vorstand@tgroemerstadt.de

Die TGR im Internet:

<http://www.tgroemerstadt.de>

Satz und Layout:

Christoph Schneider, 14.06.13
webmaster@tgroemerstadt.de