



## Sport- und Vereinssplitter

- Dana Soukup hat für weitere zwei Jahre für ihre **Wirbelsäulenkurse** und den Kurs **Rückenfitness** vom Deutschen Sportbund das Gütesiegel **Pluspunkt Gesundheit / Sport pro Gesundheit** erhalten. Dieses Siegel für **qualifizierte Maßnahmen zur Primärprävention** bildet die Voraussetzung, dass für einen 10-wöchigen Kurs die Kursgebühren teilweise von einigen Krankenkassen übernommen werden (§ 20 SGB V).
- **Rückenfitness – starker und gesunder Rücken**  
Durch die Verbesserung von Kraft, Dehnfähigkeit und Koordination wird in diesem Kurs mit dem Gütesiegel dem Auftreten von Rückenschmerzen vorgebeugt. Der zweite Rückenfitnesskurs in diesem Jahr konnte am 15.09.2014 mit 9 Teilnehmern starten. Im Jahr 2015 wird der Kurs wieder angeboten.
- Unsere **Kinderkurse** mussten wir wegen Eigenbedarf der Römerstadtschule dort **zeitlich neu** festlegen:
  - Eltern und Kind  
16:00 – 17:00 Uhr
  - Purzelturnen  
17:00 – 18:00 Uhr
  - Kinderturnen (ab 6 J.)  
18:00 – 19:00 Uhr
- Seit dem 6. Oktober bieten wir wieder für **Jungen und Mädchen ab 10 Jahren** ein **Volleyballtraining** an. Stephan Conrad bringt den Jugendlichen die Grundlagen der Volleyballtechnik bei. Ziel ist, in einem Jahr wieder am Jugendspielverkehr des Hessischen Volleyballver-

bandes teilnehmen zu können. Die Trainingszeiten sind montags und donnerstags von 18:00 bis 19:30 Uhr in der Geschwister-Scholl-Schule. Jederzeit können Jungen und Mädchen hinzukommen und sind herzlich willkommen.

- Nach dem Sabine Jakobs als Übungsleiterin für Pilates und Yoga in unserem Verein aufgehört hat, konnten wir mit Ingrid Berger eine Nachfolgerin für die **Pilates-Kurse** finden. Immer mittwochs von 19:00 bis 20:00 Uhr finden die Kursstunden in der Hermann-Luppe-Schule statt. Für Vereinsmitglieder erheben wir für diesen Kurs keinen Zusatzbeitrag, Nichtvereinsmitglieder zahlen für einen 10-stündigen Kurs 40,- €. Der Yoga Kurs (bisher mittwochabends) findet nicht mehr statt.
- Zum 1.7.2014 hat die Stadt Frankfurt erneut die **Nutzungsgebühren** der Sporthallen um einen Euro pro Einheit erhöht und bereits zum 1.1.2015 steht die nächste Erhöhung um einen Euro pro Einheit fest.
- Da am 31.12.2014 vereinbarungsgemäß der Nutzungsvertrag für die **Titus-Thermen** ausläuft, haben wir fristgerecht die Fortsetzung des Vertrages beantragt. Wahrscheinlich werden wir im November das neue Angebot der Bäderbetriebe Frankfurt GmbH erhalten. Falls sich die Konditionen für 2015 ändern sollten, werden wir alle Nutzer der Titus-Thermen informieren. Ansonsten erhalten sie im De-

(Fortsetzung auf Seite 2)

## Aus dem Inhalt

Volleyball-Rundenstart.....	S. 2
Brustkrebslauf.....	S. 3
Volleyball auf der Wiese, Fotoshooting u. Jubiläen....	S. 4
AROHA®, Ferienzeit .....	S. 5
Wandertag und Besondere Geburtstage.....	S. 6
Übungsplan.....	S. 7
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. & Fr. nach 19:00 Uhr)  
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

## Mitglieder werben Mitglieder

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

(Fortsetzung von Seite 1)

zember die Berechtigungskarten für 2016 zugeschickt.

➤ Durch die schwere Krankheit, die Dieter Schneider in seinem

Urlaub erteilte, kann er zurzeit sein Tischtennisangebot nicht leiten. Wolfgang Reich hat sich bereit erklärt, die Gruppe in Dieters Sinn zu übernehmen. Wir

wünschen Dir, Dieter, für deine baldige Genesung alles Gute.

*Sonja Schmitt und  
Werner Naumann*

## Volleyball

Seit 6. Oktober starten wir wieder mit einer neuen Volleyballgruppe für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren.

Zweimal in der Woche werden den Jungen und Mädchen von unserem neuen Übungsleiter Stephan Conrad die Grundlagen und Techniken des modernen Volleyballs beigebracht. Es können jederzeit neue Interessierte dazu stoßen. Das Training findet immer montags und mittwochs von 18:00 bis 19:30 in der Geschwister-Scholl-Schule statt.

Die neue Spielsaison 2014/15 hat mittlerweile schon begonnen. Unsere 4 aktiven Mannschaften wa-



ren alle an ihrem ersten Spieltag erfolgreich.

Unsere Männermannschaft mit vielen jungen Spielern aus der eigenen früheren Jugendmannschaft gewann ihr erstes Auswärts-spiel bei ihrem „Angstgegner“ TG Bornheim mit 3:2.

Auch unsere 1. Frauenmannschaft, deren Mannschaftsgesicht sich durch Zu- und Abgänge geändert hat, gewann souverän mit 3:1 beim VC Liederbach.

Unsere neue 2. Frauenmannschaft, die sich aus der bisherigen Jugendmannschaft ge-

bildet hat, startete gleich mit einem Heimspiel. Gegen unseren Nachbarverein TSG Nordwest wurde ein klarer 3:0 Sieg eingefahren, im 2. Spiel gegen den SC Königstein ließen die Kräfte nach und das Spiel wurde mit 1:3 verloren. Aber für die neue Mannschaft ein gelungener Einstand.

Die Mixed-Mannschaft startete ebenfalls mit einem Sieg und einer Niederlage im ersten Heimspiel.

Unsere Seniorenmannschaft bereitet sich wieder montags und donnerstags auf die Hessischen Meisterschaften vor.

Die 2. Mixed-Mannschaft trainiert unter ihrem Trainer Stephan Conrad immer mittwochs, um in Freundschaftsspielen ihr Können zu zeigen. Gerne sind hier weitere Spielerinnen und Spieler willkommen.

*Werner Naumann*

### Volleyball-Heimspieltermine

in der Geschwister-Scholl-Schule (Hadrianstr.), die angegebenen Zeiten geben den Spielbeginn des ersten Spieles an. Unsere Mannschaften haben immer zwei Spiele nacheinander.

Sonntag, 23.11.14	14:00	Männer
Sonntag, 30.11.14	10:00	Frauen 2
Sonntag, 14.12.14	11:00	Frauen 1
Sonntag, 25.01.15	11:00	Mixed
Samstag, 07. 02.15	15:00	Frauen 2
Sonntag, 08. 02.15	14:00	Männer
Samstag, 21.02.15	15:00	Männer
Sonntag 08.03.15	11:00	Frauen 1
Sonntag 15.03.15	10:00	Frauen 2
Sonntag 22.03.15	11:00	Frauen 1

Die Mannschaften freuen sich immer über Unterstützung von zahlreichen Zuschauern bei ihren Spieltagen.

## Brustkrebslauf am 28. September



Es hat sich gelohnt! Bei mir haben sich 21 Walker/-innen gemel-

det, die ich dann Online angemeldet habe. Davon waren 3 Brustkrebsbetroffene „Survivors“ mit pinkfarbenen T-Shirts, die anderen liefen in unseren blauen Vereins-T-Shirts, um nebenbei ein bißchen Reklame für unseren Verein zu machen. In diesem Jahr waren es fast 7000 Walker und Jogger,

darunter auch einige betroffene Männer. Das Wetter spielte mit. Es war trocken, sonnig, fast wolkenlos. Nach dem Lauf war am Main, in der Nähe des Holbeinstegs, noch ein großes Event, mit Würstchenverkauf, Getränke usw. Auch Los-Tombola, Musikgruppen und ein Zelt für die Brustkrebsbetroffenen waren vorhanden. Manche von uns stürzten sich in das „Gewusel“, andere zogen es vor, schnell nach Hause zu kommen. Es war ein gelungener Tag und – „nächstes Jahr sind wir wieder dabei“.

*Sigrid Schneider*

## 15. KOMEN Race for the Cure

Brustkrebs Benefizlauf am 28.09.2014 am Museumsufer

Der Wettergott hat es mit den Survivors und allen, die „Für's Leben gerne Laufen“ gut gemeint. Eine sehr emotionale Sache.

Ich möchte mich heute nach diesem Erlebnis bei einer Person be-

### Mitglieder werben Mitglieder

Werben Sie neue Mitglieder für die TG Römerstadt, ES ZAHLT SICH AUS.

Für jedes neue Mitglied schreiben wir dem Werber 10,- € bei der nächsten Abbuchung gut. Dazu muß das neue Mitglied den Namen des Werbers auf dem neuen Anmeldeformular auf Seite 2 unten aufzuführen. Die Werbepremie erhalten alle beitragszahlenden Vereinsmitglieder.

**Achtung! Die 10,- € werden auch für die Werbung von Fördernden Mitgliedern vergütet. Deren Monatsbeitrag beträgt lediglich 3,- € und kostet keine Aufnahmegebühr. Helfen Sie also mit, daß unser Verein größer wird!**

danken - bei unserer Sigrid Schneider, die jedes Jahr für unseren Verein mit so viel Einsatz und Engagement die Organisation dieses Laufes übernimmt. Von Werbung bis zu den Kontakten zu der gemeinnützigen Organisation Susan G. KOMEN Deutschland e.V., die Vereinsläufer in blauen TGR T-Shirts, die Survivors in PINK.

Sigrid – ein Dankeschön von uns allen!

Anbei ein Foto – 3 Frauen – die gleiche Diagnose – ein Verein. Und wir haben uns versprochen, nächstes Jahr wieder dabei zu sein. Wir kämpfen weiter!

*Dana Soukup*



**Ziehen Sie demnächst um?  
Ändert sich Ihre Bankverbindung?  
Haben Sie eine neue E-Mail-Adresse?  
Bitte teilen Sie uns rechtzeitig Ihre neue Anschrift, Ihre Kontoverbindung bzw. Ihre E-Mail-Adresse mit.**

**Vielen Dank!**

## Volleyball auf der Wiese

Sooo schlecht war der Sommer nicht! Fürs Volleyballspiel auf der Wiese sogar recht angenehm: nicht zu heiß und kaum Regen. Nur ein Spielabend fiel buchstäblich ins Wasser und an einem zweiten Abend war die Wiese nach einem regnerischen Tag noch zu feucht, um gefahrlos zu spielen.

Ein neues Netz und ein freundlicher Platzwart, der die größten Un-

ebenheiten mit einer Ladung Sand ausgeglichen hatte, verhiessen beste Voraussetzungen für fröhliche Ferienspiele.

Leider ließ der Zuspruch zu wünschen übrig. Es lag sicherlich nicht daran, dass die ortsansässigen Maulwürfe ihr Heimrecht verteidigten, indem sie von Mal zu Mal versuchten, mit neuen Erdhügeln die alte Buckelpiste wieder herzustellen.

len. Lag es vielleicht doch am Wetter?

Einen sonnigeren Sommer und eine große Schar von Mitspielern und Mitspielerinnen, jung und alt, wünschen sich für 2015

*Wolfgang Faber  
und Bärbel Rutkowski*

## Sport „Ü“60 sich durch Sport körperlich und geistig fit halten

Fotoshooting - Was für eine spannende und interessante Woche

Ricarda, Studentin für Kommunikationsdesign mit Schwerpunkt Fotografie (Hochschule Darmstadt) hat sich in ihrem aktuellen Thema mit Menschen über 60 beschäftigt, die sich durch Sport körperlich und geistig fit halten. Es sollten dabei Portraits aus so vielen Sportarten wie möglich entstehen.

In der Woche ab 15.09.2014 hat ein Fotoshooting stattgefunden. Von Montag bis Donnerstag wurde ich bei allen Trainingseinheiten von Ricarda begleitet. Ich war sozusagen

das „Objekt“ – eine 69-jährige Rentnerin, die die letzte Phase ihres Lebens sehr aktiv dem Sport widmet, und keinesfalls Langeweile hat, die sich und ihre Schützlinge im Verein TG Römerstadt mit ihren Sportangeboten fit hält.

Für diese schöne, spannende und sehr interessante Woche habe ich mich bei Ricarda schon bedankt. Auf die Ausstellung im Oktober in der Hochschule in Darmstadt Mathildenhöhe, freue ich mich jetzt schon und bin ganz gespannt. Es

werden Semesterarbeiten von 13 Studenten aus einem Fotokurs gezeigt bzw. ausgestellt. Es war für mich eine große Bereicherung, Ehre und Freude, diese Studentin kennen lernen und bei diesem Projekt mitwirken zu dürfen.

Auf diesem Wege auch ein Dankeschön an Gabi Gumprecht (meine ehemalige Arbeitskollegin und jetzige Sportmitstreiterin), die den Kontakt zu Ricarda geknüpft hat.

*Dana Soukup*

## Vereinsjubiläen im Jahr 2014

Auch dieses Jahr betrifft es wieder eine ganze Anzahl Mitglieder, worüber wir uns natürlich sehr freuen und sie recht herzlich beglückwünschen:

**40 Jahre** – Heidemarie Trautmann

**25 Jahre** – Marlies Badjlan, Zelimir Brodnik, Ingrid Klingelhöfer, Hildegard Korzus, Erika Kröll, Michaela Lipieta, Zdena Moldovan, Cornelia Muck, Sigrid Ring, Helga Schlitt, Dana Soukup, Dagmar von Jan, Ursula Wagenhaus, Brunhilde Zankel.

**[www.tgroemerstadt.de](http://www.tgroemerstadt.de)**

- Aktuelle Informationen,
- das aktuelle Sportprogramm,
- Anfahrtsbeschreibungen,
- Formulare zum Download,
- aktuelle Spielberichte und Ergebnisse unserer Volleyballer
- Vereins-Terminkalender mit Veranstaltungshinweisen
- Bilder-Alben, uvm.

Auf unserer Webseite! Schauen Sie doch mal wieder rein!

**[www.tgroemerstadt.de](http://www.tgroemerstadt.de)**

## **AROHA® bei TG Römerstadt in Frankfurt am Main** **AROHA – body – mind – soul** **AROHA – Liebe, Sympathie**

Ab 15.09.2014 laufen in unserem Verein die letzten Kursrunden in diesem Kalenderjahr mit dem AROHA® Ganzkörpertraining für mehr Vitalität und mehr Wohlbefinden. Insgesamt 70 Teilnehmer (verteilt auf 3 Gruppen) tanzen sich fit mit dem Kriegstanz der Maoris aus Neuseeland.

Ich danke allen, die von Anfang an (vom Juni 2013) dabei sind, für ihre Treue und ich heiße alle Neumitglieder des Vereines bzw. AROHA® Kursteilnehmer herzlichst in unseren Stunden willkommen. Und eine Empfehlung an alle, die mehr über AROHA® und über den Erfinder und Entwickler dieses wunderbaren Gruppenfitnessprogramms – Bernhard Jakszt – und über die Phi-

losophie und Hintergründe des Programms erfahren möchten – bestellt Euch das Buch von Bernhard „Ein Krieger sein“ (bei Aroha Academy).

Zitat aus dem Buch:

„...ein Krieger sein, einmal in die Rolle einer Kriegerin oder eines Kriegers schlüpfen, sich aufrichten und die Kraft, die in uns schlummert, nach außen dringen lassen, Druck von den Schultern nehmen und das Gefühl bekommen, sich wehren zu können. Das wollte ich durch das Programm erreichen. Ein Gefühl aufkommen lassen, wie „hier bin ich“, jede und jeder ist individuell wertvoll. Und jeder kann

darin teilnehmen, weil es nicht kompliziert ist und Bewegungen oft wiederholt werden...“

Und schon ist das Gänsehautgefühl da und ich freue mich auf jede neue Stunde mit Euch, mit Euch in die Rolle der Krieger oder der Tiger zu schlüpfen, die Größe der Bären zeigen oder das Nachahmen von anderen Tieren in verschiedenen Angriffs- und Verteidigungsposen erleben. Es erwarten uns sicherlich wunderbare Stunden. Ich freue mich auf die nächsten Wochen. Ich freue mich auf Euch alle!

*Dana Soukup*

### „Unsere Gruppe stellt sich vor“ **FERIENZEIT**

Wie in jedem Jahr hat der Becken-Boden-Kurs auch in 2014 wieder einen gemeinsamen Ausflug geplant und durchgeführt.

Am 18.08. haben wir uns im Nordwestzentrum vor dem Rewe-Center getroffen und trotz schlechtem Wetter mit 10 Teilnehmern die U9 nach Kalbach genommen. Der starke Regen ließ uns ein halbe Stunde am Zielort Kalbach verweilen, bevor wir uns dann bei leichtem Nieselregen Richtung Bonameser Flughafen aufmachten.

Am dortigen Parkplatz kamen 3 weitere Teilnehmer hinzu.

Hoherfreut wurden wir im Tower-Café empfangen, da diese wohl nicht damit rechneten, dass wir den vorbestellten Tisch auch tatsächlich in Anspruch nehmen würden.

Die Speisekarte erfüllte all unsere Wünsche von Schnitzel, Gemüse-Burger und Gemüsepfanne.

Und der Nachtisch „Hessisches Tiramisu“ war sensationell.



Die Zeit wurde mit lustigen und interessanten Gesprächen überbrückt, Koch- und Gartentipps wurden ausgetauscht, aber auch über bereits absolvierte bzw. bevorstehende Urlaubsreisen gesprochen.

Gut gestärkt machten wir uns dann bei tatsächlich vorhandenem Sonnenschein entlang der Nidda wieder Richtung Nordwestzentrum auf den Weg.

Dieser schöne Spaziergang im Grüngürtel Frankfurt rundete unseren Ausflug perfekt ab.

Urlaubsbedingt wird die Gruppe trotz Feriende bis zum Kursstart am 06.10.2014 zu Hause üben und dabei an unseren Ausflug denken müssen.

Bis zur Weihnachtsfeier stehen dann wieder die Übungseinheiten an, auf die sich alle bereits schon freuen.

*Bis dahin, Eure  
Elke Jordan*

## 23. Vereinswanderung am 11.10.14 in Lorch/Rhein



Beim Erscheinen dieser Vereinsmitteilungen wird der Tag hinter uns liegen. Nach den Planungen konnten wir auch beim jetzigen Angebot wieder einige andere Akzente setzen: Neben einem sehr schönen „Weinbergwanderweg“ mit ständig wechselndem wunderbaren Ausblick auf das Mittel-Rheintal, ist auch die Mittagsrast im

„Weinhaus“ vom „Freistaat Flaschenhals“ nichts Alltägliches. Damit es zumindest einem Teil unserer Wanderer mit dem Rückweg nicht zu anstrengend wird, nutzen wir später einen Sonderbus zur Anlegestelle der Köln-Düsseldorfer in Lorch, um dann mit einem Schiff knapp 1 Stunde nach Assmannshausen zu fahren. Hier bleibt uns noch etwas Zeit, um uns in diesem alten Weindorf die „Füße zu vertreten“ oder die Zeit anderweitig zu genießen. Die Heimfahrt ist dann mit dem letzten durchgehenden Zug nach Frankfurt vorgesehen, wo wir plan-

mäßig kurz nach 20:00 Uhr wieder eintreffen werden.

Einige unerwartete Schwierigkeiten konnten wir in der Vorbereitungsphase zum Glück ausräumen. Somit bleibt noch ein kleines „Restrisiko“, nämlich das Wetter (wie immer bei Angeboten im Freien), das hoffentlich wenigstens einigermaßen erträglich sein wird. Eine gewisse Unsicherheit besteht allerdings noch bis zum Schluß durch die von der Gewerkschaft „GDL“ angekündigten Streiks, wo sich leider immer erst kurzfristig entscheidet, wann, wo und wie lange keine Züge fahren. Hoffen wir das Beste!

Auch dieses Mal werden wieder etwa 60 Teilnehmer dabei sein.

*Karl Schneider*

## „Besondere Geburtstage“

Am Beginn steht dieses Mal ein Dankeschön. Unser Ehrenmitglied Brigitte Breitenstein ist vor vielen Jahren mit ihrem Mann zu ihrer Tochter Connie und Familie nach Kanada ausgewandert. Wie in den letzten Vereinsmitteilungen erwähnt, hat Frau Breitenstein am 15. August den 80. Geburtstag gefeiert und aus diesem Anlaß viele Glückwünsche von Vereinsmitgliedern der TGR erhalten. Ihre Freude und Dankbarkeit sei hiermit kundgetan, die uns per Mail erhielt:

Es war sehr schön, so viele Glückwünsche per Post, E-Mail und Telefon zu erhalten. Ich habe mich über die vielen guten Wünsche zu meinem 80. Geburtstag sehr gefreut.

Herzlichen Dank und liebe Grüße aus Canada sendet

*Brigitte Breitenstein*



**Ihnen allen herzlichen Glückwunsch und unsere besten Wünsche für die folgende Zeit. Das gilt aber auch für diejenigen, die nicht genannt werden wollten.**

Anzeige:



**SPORT**  
IN DEUTSCHLAND

[www.dosb.de](http://www.dosb.de)

@dosb

#sportdeutschland



### 1.) Breitensport

#### – Kinder und Jugendliche –

##### **Eltern und Kinder / bis 3 Jahre:**

- Mi. 16:00 - 17:00 Röm Sarah Wolf / Kai Bechtel

##### **Purzelturnen / 3 bis 6 Jahre:**

- Mi. 17:00 - 18:00 Röm Sarah Wolf / Kai Bechtel

##### **Kinderturnen / 6 bis 10 Jahre:**

- Mi. 18:00 - 19:00 Röm Sarah Wolf

##### **Kreativer Kindertanz / 5 - 8 Jahre:**

- Di. 17:30 - 18:15 Riedb Franziska Gansen

##### **Kreativer Kindertanz / ab 8 Jahre:**

- Di. 18:15 - 19:00 Riedb Franziska Gansen

#### – Jugendliche und Erwachsene –

##### **HAP Ki Do – Selbstverteidigung / ab 12 Jahre:**

- Mi. 19:00 - 20:30 Ebelf J. Bach / L. Müller
- Fr. 19:00 - 20:30 Ebelf J. Bach / L. Müller
- Fr. 20:30 - 22:00 Ebelf J. Bach / L. Müller

##### **Ju Jitsu – Selbstverteidigung / Anfänger:**

- Di. 19:00 - 20:30 Riedb Wolfgang Plenz

##### **Ju Jitsu – Selbstverteidigung / ab 12 Jahre:**

- Mi. 20:00 - 21:30 GSS alt Wolfgang Plenz

##### **Tischtennis / Erwachsene und Jugend ab 16 Jahre:**

- Mo. 18:00 - 20:00 GSS alt W. Reich / D. Schneider

#### – Erwachsene –

##### **Tanzen:**

- Di. 20:00 - 21:30 HLS Birgit Weinert
- Fr. 20:00 - 21:30 HLS freies Training

##### **Let's dance – Lass uns tanzen und bewegen:**

- Do. 18:00 - 19:30 GSS alt Dana Soukup

##### **AROHA:**

- Mo. 19:00 - 20:00 ERS 1 Dana Soukup
- Mi. 17:45 - 18:45 ERS 2 Dana Soukup
- Mi. 18:45 - 19:45 ERS 2 Dana Soukup

##### **Wassergymnastik:**

- Mi. 12:00 - 12:45 Titus Ingrid Berger

##### **Perfect Balance (body conditioning)**

(mit je 1/3 Aerobic, Kräftigung und Dehnung):

- Mo. 20:30 - 22:00 ERS 1-Gym Zdena Moldovan

##### **Problemzonentraining (Bauch – Beine – Po):**

- Mo. 19:00 - 20:30 ERS 1-Gym Zdena Moldovan

##### **Fitness-Gymnastik:**

- Di. 17:30 - 18:30 Ebelf Ingrid Berger

##### **Bodystyling:**

- Do. 19:00 - 20:30 ERS1-Gym Lena Beitler

##### **Freizeit-Volleyball / Frauen und Männer:**

- Mo. 20:30 - 22:00 ERS 1 Ulrike Stehl
- Do. 20:00 - 22:00 ERS 1 Wolfgang Faber
- Do. 20:30 - 22:00 GSS alt Karin Damrau
- Fr. 20:30 - 22:00 ERS 3 Helmut Bill

Unsere Volleyball-Wettkampfmannschaften finden Sie auf der Rückseite links oben!

##### **Gymnastik und Volleyball / Frauen:**

- Mo. 20:00 - 22:00 GSS alt Bärbel Rutkowski

##### **Gymnastik / Frauen:**

- Mi. 09:00 - 10:00 St.Seb. Karin Eberbach
- Mi. 10:00 - 11:00 St.Seb. Karin Eberbach

##### **Gymnastik / Frauen und Männer:**

- Do. 19:30 - 20:30 GSS alt Dana Soukup

##### **Gymnastik & Spiel / Frauen und Männer:**

- Di. 20:00 - 22:00 ERS 2 Fritz Ehmig

##### **Gymnastik mit Musik / mittleres Alter:**

- Mo. 17:30 - 18:30 Chr.K. Sigrid Schneider

##### **Gymnastik mit Musik für junge Ältere:**

- Mi. 09:00 - 10:00 Chr.K. Sigrid Schneider

##### **Gymnastik für Ältere / Frauen und Männer:**

- Mi. 10:00 - 11:00 Chr.K. Sigrid Schneider
- Do. 09:30 - 10:30 St.Seb. Margret Reich
- Do. 10:30 - 11:30 St.Seb. Margret Reich

##### **Gedächtnistraining:**

- Mi. 09:30 - 11:30 St. Seb. Cäcilie Schell

##### **Aktiv bis 100:**

- Mi. 11:00 - 12:00 Chr.K. Sigrid Schneider

##### **Körperschulung / Yoga:**

- Di. 09:30 - 10:30 St.Seb. Sylvia Uhlmann
- Di. 10:30 - 11:30 St.Seb. Sylvia Uhlmann

##### **Körperschulung / T'ai Chi für Fortgeschrittene:**

- Mi. 18:15 - 19:45 GSS alt Karin Thalheimer / Frank Schünke

##### **Wirbelsäulengymnastik:**

- Di. 16:30 - 17:30 St.Seb. Dana Soukup
- Di. 17:30 - 18:30 St.Seb. Dana Soukup
- Di. 18:30 - 19:30 St.Seb. Dana Soukup
- Di. 19:30 - 20:30 St.Seb. Ingrid Berger



## Persönliches

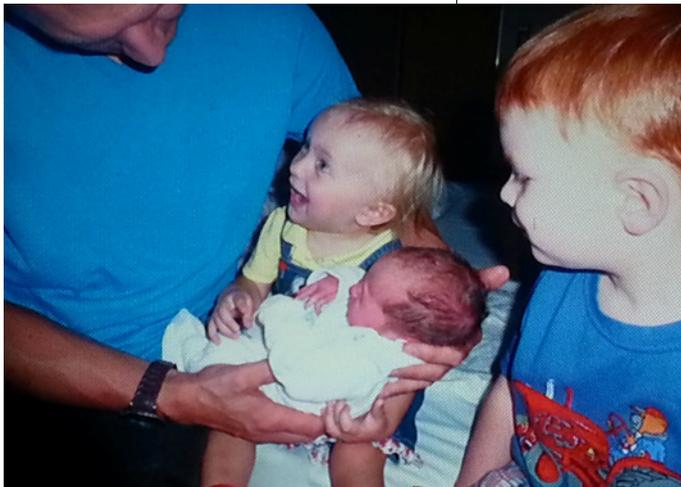


bei der Geburt ihrer Tochter Helena Hedwig Martina.



Auch dieses Mal gibt es wieder **erfreuliche Dinge zu berichten**. Einmal hat unser langjähriger Trainer bei Ju Jitsu, **Wolfgang Plenz mit seiner Frau Hannelohre**, am 26.06. nach 50 Ehejahren die **Goldene Hochzeit gefeiert**, von der diese Aufnahme stammt.

„**Wir sind zu Viert**“ konnte der seit vielen Jahren in verschiedensten Funktionen unseres Vereins tätige Christoph Schneider und seine Frau Caro geb. Pawera, die beide



vor allem im Volleyball „groß“ geworden sind, melden. Das Kind heißt Hannah Mila und wurde am 12.06. geboren. Das Interessante dabei ist, daß hiermit in der gesamten Familie Schneider nach **11 Männern erstmals ein Mädchen** das

Ich weiß nicht, ob man heutzutage noch von einer **kinderreichen Familie** spricht, wenn das 3. Kind ankommt. Jedenfalls erging es so unserem langjährigen Volleyballspieler und Trainer der Männermannschaft, **Karsten Eicher und seiner Frau Uschi**, am 6. August

Licht der Welt erblickte.

Wenn das alles keine **erfreulichen Meldungen sein sollten – was dann?**

Allerdings gibt es im gleichen Zeitraum auch immer wieder **traurige Ereignisse**. Dazu gehören 2 **Sterbefälle**, und zwar einmal **Frau Waltrudi Ender** am 06.06. im Alter von 83 Jahren, die 28 Jahre Vereinsmitglied bei uns war, sowie **Frau Johanna „Boba“ Mink**, die am 21.06. mit 85 Jahren und nach 15jähriger Mitgliedschaft verstarb.

Den Angehörigen sprechen wir auch an dieser Stelle noch einmal unser herzliches Beileid aus.

*Karl Schneider*

### Impressum:

#### Redaktions- und Anzeigenschluss:

Dienstag, 20. Januar 2015

#### Artikel und Leserzuschriften bitte an:

Karl Schneider  
Alt Praunheim 27  
60488 Frankfurt a.M.  
Tel./Fax: 0 69 / 768 14 18  
ehrenvorsitzender@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, 09.10.14  
webmaster@tgroemerstadt.de