

# SPORTFREUND

VEREINSNACHRICHTEN



Leuchtende Kinderaugen...



... auf der Nikolausfeier der TSG



Fragen Sie jetzt nach dem  
aktuellen Zinsangebot in Ihrer  
Sparkasse. Es lohnt sich!

DYNAMIK TRIFFT ELEGANZ.  
DER NEUE WHIZZER 3000.



## Lässt Wünsche schneller wahr werden: der Sparkassen-Privatkredit.

Günstige Zinsen. Flexible Laufzeiten. Faire Beratung.

 Sparkasse  
Rhein-Nahe

Machen Sie Ihren Wunsch zur Wirklichkeit. Der Sparkassen-Privatkredit ist die clevere Finanzierung für Autos, Möbel, Reisen und vieles mehr. Mit günstigen Zinsen, kleinen Raten und einer schnellen Bearbeitung gehen Ihre Träume leichter in Erfüllung. Infos in Ihrer Geschäftsstelle und unter [www.sparkasse.net](http://www.sparkasse.net).  
**Wenn's um Geld geht - Sparkasse.**

## Sehr geehrte Mitglieder, Freunde und Förderer der TSG Schwabenheim

Das Jahr 2011 geht nun mit großen Schritten dem Ende zu. Die Weihnachtszeit hat uns alle umfasst und in manchen, wenn auch evtl. seltenen Momenten, besinnen wir uns auf das Gewesene.

Wir, die TSG, möchten daher noch mal all unsere Veranstaltungen Revue passieren lassen.

Angefangen vom Fußball Jugend-, Volleyball-, Bogen-, Tennis- sowie Tischtennis - Turnier. Die Tiersegnung, Kerb, Halloween - Party, der Nikolausfeier der Jugend bis hin zum Kinderreiten. Wir hoffen es hat Ihnen allen Spaß gemacht und Sie denken mit netten Erinnerungen daran zurück.

Uns hat es auf jeden Fall viel Freude gemacht das Engagement der einzelnen Abteilungen / gesamt TSG in der Öffentlichkeit zu zeigen.

Wir danken an dieser Stelle einmal Allen, die uns hierbei tatkräftig unterstützt haben, recht herzlich. Dieses Engagement wollen wir mit in unser Jubiläumsjahr mitnehmen.

Einiges, aber vor allem Machbares, ist geplant und einen kleinen Auszug des Festwochenendes stellen wir Ihnen auf der Seite 20 vor.

Der gesamte Vorstand wünscht Ihnen nun eine besinnliche Weihnachtszeit, Gesundheit und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Michael Eckhard

Ellen Ohl-Laurinec

Ihr Präsidium  
Marco Neuberger

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	3
Inhaltsverzeichnis.....	4
Inserentenverzeichnis.....	4
Kontakte .....	5
Zu besetzende Positionen der Generalversammlung.....	7
Bronzene Ehrennadel des LSB.....	8
Reitplatzfertigstellung und Kinderreiten.....	9
Bericht der Ersten und Zweiten Mannschaft .....	11
Geplantes Programm am Jubiläumswochenende 22. bis 24. Juni 2012.....	20
Hallo liebe Freunde des Jugendfußball .....	20
Hinrundenbericht der D1-Junioren .....	21
Abteilung KEGELN .....	25
Abteilung Tischtennis –Vorrundenbilanz 2011/2012 .....	26
Fitness- überall hört man es, aber was ist das eigentlich? .....	28
„Power Fitness“ .....	29
Angebot der Turnabteilung für Erwachsene .....	32
Angebot der Turnabteilung für Kinder und Jugendliche .....	33
Geburtstage Oktober und November 2011 .....	34
Eintritte September - November 2011 .....	34
Adventsschiessen.....	35
Rückenfitness für Sie & Ihn .....	36
Kurs:„Rückenfitness für Sie & Ihn“ .....	38
Schwitzfit mit Badminton und Ballsport!.....	39
Jahresbericht 2011 der Tennisabteilung .....	40
Abteilung Fußball.....	42
Bericht der Alten Herren .....	42
Nikolausfeier für Kinder .....	44

## Inserentenverzeichnis

Sparkasse .....	2	Margaretenhof.....	24	Doll .....	33
Fussballschule .....	6	Bäder.....	25	Lickhardt .....	35
Rott/Stumm.....	9	König.....	26	Renth .....	36
Mittermeier .....	13	May.....	27	Eckhard .....	37
Höhne.....	15	Fries .....	29	Selztal .....	38
Raiffeisen.....	16	Schlieder.....	30	Beck.....	39
Kolmar .....	18	AXA.....	31	SportServicePoint.....	47
				MVB .....	48





neutral

# Fußballschule Schwabenheim

Technikorientiertes Jugendtraining



ganzjährig

Vereinergänzendes Fördertraining  
für den Nachwuchs von ca. 6 bis 14 Jahren

**Hey Kids!**

Wollt Ihr dribbeln?

Viele Tore schießen?

Eure Gegenspieler austricksen?

**10 Jahre**

Fußballschule  
Schwabenheim

**Dann seid Ihr bei uns genau richtig!!!**

Bei uns sind alle fußballbegeisterten Jungen und Mädchen willkommen!  
Dein Leistungsstand ist nicht entscheidend, jeder wird individuell gefördert  
- in kleinen Gruppen und immer mit Ball!!!

Wir trainieren nur Fußballtechnik und Koordination:  
Kein Konditionstraining! Keine Zweikampfschulung!

**Kein Drill!!! Kein Druck!!**

Als Leiter der Fußballschule Schwabenheim mit  
DFB-Trainer-A-Lizenz und Mitglied im Bund Deutscher Fußball-Lehrer  
habe ich jahrelange Erfahrung und lade Euch  
zu einer kostenlosen Schnupperstunde ein.

altersgerecht



Wer Interesse hat:

**Fred Halter**

**Telefon: 06130/7655**

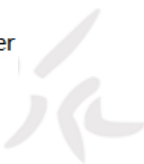
qualifiziert



## Zu besetzende Positionen der Generalversammlung

<b>Präsidium</b>			
<b>Funktion</b>	<b>Name</b>	<b>Gewählt bis</b>	<b>Bemerkung</b>
1. Vorsitzende(r)	<b><i>vakant</i></b>		
Stellv. Vorsitzende(r) (Finanzen)	Ellen Ohl-Laurinec	2011	*
Stellv. Vorsitzende(r) (Veranstaltungen/ Sportstätten)	Marco Neuberger	2013	
Stellv. Vorsitzende(r) (Sportorganisation)	Michael Eckhard	2011	*
<b>Geschäftsführender Vorstand</b>			
1. Schriftführer	Kuno Zimmer	2013	
2. Schriftführer	Uwe Klingspohn	2013	
1. Kassierer(in)	Birgit Eckhard	2013	*
2. Kassierer(in)	<b><i>vakant</i></b>		
Mitgliederverwaltung u. Geschäftsstelle	Michael Eckhard	2011	*
Pressewart	Joachim Kühn	2013	
Jugendleiter(in)	Boris Feldmann	2013	
Beisitzer	Heike Mainusch	2011	Ww möglich
Beisitzer	Mike Janetzko	2013	
Beisitzer	Jutta Klüpfel	2011	Ww möglich
Sozialwart	Rosemarie Eckhard	2011	Ww möglich
Sozialwart	Gisela Haller	2011	
Redaktion Sportfreund	Thomas Proll	2011	Ww möglich
Wirtschaftsausschuss	Joachim König	2013	

Neben den ***vakanten*** Stellen müssen auch die mit „\*“ versehenen Positionen neu besetzt werden, da sich die momentanen Funktionsinhaber nicht mehr zur Wahl stellen bzw. ihr Amt vorzeitig zur Verfügung stellen.



## Bronzene Ehrennadel des LSB

Eine angenehme Überraschung erwartete unsere Vereinsvertreterinnen beim so genannten „Flying Buffet“ des Landessportbundes Rheinland-Pfalz.

Aus der Hand von Geschäftsführer Marco Fusaro nahmen Mathilde Kowarik (kommisariische Abteilungsleiterin) und Übungsleiterin Silvia Schmidt die Bronzene Ehrennadel des Bildungswerkes entgegen.

Ausgezeichnet wurde damit die kontinuierliche Durchführung von Weiterbildungsmaßnahmen, die im April 2000 auf Initiative von Mathilde Kowarik mit zwei Kursen in der Turnabteilung der TSG Schwabenheim begonnen hat.

Inzwischen hat die Turnabteilung ihr Angebot auf elf Präventionskurse ausgeweitet.

Die lizenzierten Übungsleiterinnen Silvia Schmidt, Gabriele Langer und Nicole Bockius leiten Pilates-Kurse und Kurse zur Wirbelsäulengymnastik und zum Beckenbodentraining sowie zur progressiven Muskelrelaxation nach Jacobson.

Das Angebot vervollständigen zwei Kurse „Fit im Job“, die in Kooperation mit einer in Schwabenheim angesiedelten Firma für deren Mitarbeiter durchgeführt werden. Nähere Informationen zu den Kursen auch auf der Seite der Turnabteilung.

Das Foto zeigt M. Kowarik (2.v.l.) und S. Schmidt (4.v.l.) mit Reinhold Heinz (3.v.r.) vom Sportbund Rheinhessen und M. Fusaro (1.v.r.) vom LSB Rheinland-Pfalz im Anschluss an die Ehrung.

Joachim Kühn  
Pressewart



## Reitplatzfertigstellung und Kinderreiten

Man wagt es kaum zu glauben: unser Reitplatz ist nun endlich fertiggestellt! Die Späne der letzten Lieferung sind bereits vor einigen Monaten verteilt worden und nun steht auch der Zaun.

Dieser war in der Vergangenheit zum Problem geworden, da die Pfosten abgefault waren und die Last der schweren Bohlen nicht mehr tragen konnten. So war er an mehreren Stellen schon eingestürzt. Bei genauer Besichtigung stellte sich dann schnell heraus, dass auch die Bohlen sehr morsch waren und wir uns somit etwas Neues einfallen lassen mussten. Da sich unser einfacher Zaun auf dem Abreiteplatz in den letzten Jahren sehr bewährt hat, haben wir am eigentlichen Reitplatz nun den gleichen Zaun errichtet: Wingertspfosten mit Weidezaunband tun dann hier hoffentlich auch gute Dienste. An dieser Stelle ein aufrichtiger Dank an

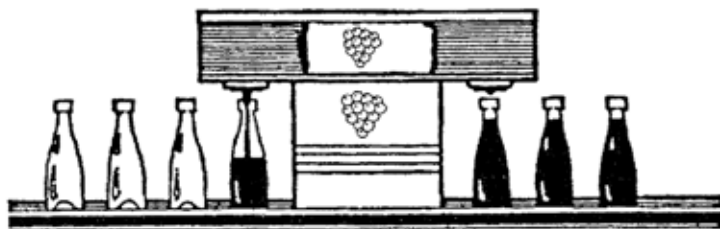
Markus Pfeiffer, der uns durch persönlichen Einsatz und Leihgabe seiner Geräte mehr als tatkräftig unterstützt hat – **Markus, vielen Dank!!**

Dann haben wir uns entschlossen, für alle interessierten Kinder in regelmäßigen Abständen Kinderreiten anzubieten. Dazu treffen wir uns erstmalig am Sonntag, den 04. Dezember 2011 am Reitplatz und stellen unsere Pferde zur Verfügung. Alle Kinder, die ab dem frühen Nachmittag am Reitplatz sind, können dann gegen eine kleine Spende eine geführte Runde (ca. 15 Min) auf dem Pferderücken verbringen – oder auch länger, je nachdem. Wenn dieses Angebot auf Interesse stößt, wollen wir dies ab dem Frühjahr regelmäßig anbieten. Dazu werden wir entsprechende Plakate mit den genauen Zeiten immer kurz vorher im Ort aushängen.

Dorit Schneider

---

## Wein-Abfüllbetrieb Rott/Stumm



Lohnabfüllung

Schwabenheim 0 Telefon 06130/8204 0 Fax 8223



Nach langer, schwerer Krankheit  
ist unser Ehrenmitglied

## Lothar Huff

am 21. Oktober 2011  
für immer von uns gegangen.

Wir gedenken seiner in Dankbarkeit  
und werden ihm ein treues Andenken bewahren.

Für die Turn- und Sportgemeinde Schwabenheim

*Das Präsidium*



## Bericht der Ersten und Zweiten Mannschaft

Liebe Freunde des Fußballs,

das Fußballjahr 2011 ist mit den letzten Spielen Mitte Dezember abgeschlossen, Zeit für ein Zwischenfazit.

Unsere Erste Mannschaft hat sich mit einer tollen Serie von drei Siegen im Kreispokal für das Viertelfinale qualifiziert und trifft dort im neuen Jahr auf die SpVgg Selzen. Im Bezirkspokal sind wir nach super Spielen und verdienten Siegen gegen Wackernheim I und Frei-Weinheim I in der dritten Runde gegen den Bezirksligisten Nieder-Olm ausgeschieden.

In der Kreisliga ist unsere Erste Mannschaft hervorragend in die Saison gestartet und konnte einige Wochen die Tabelle anführen. Im Laufe der Runde haben wir dann allerdings einige

Punkte liegen lassen und die Tabellenführung an Frei-Weinheim abgeben müssen. Unser Saisonziel, eine bessere Platzierung als letzte Saison also Platz 1-6, ist damit weiterhin in Reichweite.

Unsere Zweite Mannschaft hat sich in der oberen Tabellenhälfte der Kreisklasse etabliert und den 7. Tabellenplatz derzeit sicher, trotz der teilweise sehr engen Personalsituation. Mit dem Erreichten sind wir sehr zufrieden.

Im Namen der Aktiven Fußballer danke ich allen Zuschauern, Sponsoren und Gönnern für die großartige Unterstützung in 2011. Wir wünschen alles Gute für 2012 und hoffen auf weiterhin auf die Unterstützung in der Rückrunde.

Mit sportlichen Grüßen  
Manuel Kowarik

Berichte der Meisterschaftsspiele der Zweiten Mannschaft:

### **TSG II vs. FC 1908 Teutonia Weiler 3:1**

Gegen Teutonia Weiler wollte das Team an die guten vergangen Leistungen anknüpfen und weiter einen Schritt in der Tabelle nach vorne machen.

Dies gelang auch von Anfang an und die Mannschaft erwischte einen sehr guten Start in die Partie. Nach 3 Minuten setzte sich Michel Fretzel auf der linken Seite stark durch und brachte den Ball scharf in den 16er - Der Ball fand jedoch noch keinen Abnehmer. 2 Minuten

später sah es anders aus - beim Schuss von Angelo Puopolo war der Torwart bereits geschlagen, aber ein Feldspieler klärte den Ball auf der Linie regelwiedrig mit der Hand. Folgerichtig gab es Elfmeter und die rote Karte für den Spieler aus Weiler.

Den fälligen Strafstoß verwandelte Michel Fretzel souverän zum 1:0 (5.). Die rote Karte und die Führung tat unserer Mannschaft sichtlich gut und man hatte den Gegner vollkommen in Griff. Der Ball lief gut durch die

eigenen Reihen, lediglich das letzte Anspiel in die Spitze war zu ungenau. Einige weitere Schusschancen blieben in Folge ungenutzt. Mit zunehmender Spieldauer schlichen sich jedoch einige Leichtsinnsfehler im Defensivverband ein und so lud man den Gegner, der zuvor nur durch 2. Eckbälle Gefahr ausstrahlte, in der 35. Minute geradezu zum Toreschießen ein. Ein Querpass in der Abwehr landete direkt im Lauf eines gegnerischen Stürmers, der seinen Kollegen per Querpass bediente und dieser brauchte nur noch zum 1:1 einzuschießen - sehr ärgerlich!

Die Antwort folgte jedoch postwendend - ein abgefälschter Schuss landete direkt vor den Füßen des zuvor eingewechselten Sven Lickhardt und dieser stellte den alten Abstand wieder her (41.) und so ging es auch in die Halbzeit.

Nach der Pause wurde die Partie etwas lebhafter, denn nun versuchte auch Weiler etwas mehr nach vorne zu machen. Zum genau richtigen Zeitpunkt setzte Sven Lickhardt seinen zweiten Glanzpunkt in der Partie - eine lange Flanke von Michel Frentzel, verwertete er am langen Pfosten per Kopf zum 3:1 (57). Kurz darauf hätte Sven nach einer schönen Kombination über die rechte Seite sogar noch per Flugkopfball fast auf 4:1 erhöht, der Ball ging jedoch denkbar knapp vorbei.

Im folgenden Spielverlauf nahm das Team vor allem in der Defensivbewe-

gung einen Gang raus und so ergaben sich für die gefährlichen Weilerer Angreifer die eine oder andere Chance. Auch Julian Wahl, im Tor, ist es zu verdanken, dass es letztendlich beim 3:1 blieb - Er sicherte mit einigen spektakulären Paraden das Ergebnis.

Negativer Beigeschmack: Peter Hochkraft verletzte sich bereits in der Anfangsphase der Partie und konnte nicht weiter machen. Dies ist bereits die 4. Verletzung unserer Spieler in den letzten 2 Wochen. An dieser Stelle "Gute Besserung" an Alle!

**Fazit: Insgesamt ein verdienter Sieg! Das frühe Tor und die Überzahl spielten der Mannschaft in die Karten, so dass sie das Spiel die meiste Zeit absolut im Griff hatte.**

### **TSG II vs. SG Badenheim 4:2**

Am 11. Spieltag der Kreisklasse Mainz-Bingen West I hatte unsere zweite Mannschaft die Mannschaft der SG Badenheim zu Gast. Nach der enttäuschenden Niederlage des Teams eine Woche zuvor (0:2 gegen Drais) war also Wiedergutmachung angesagt und das merkte man den Jungs auch von Beginn an.

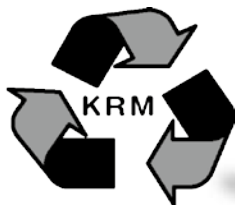
Die Mannschaft versuchte von Beginn an Druck auf das gegnerische Tor zu entwickeln und das Heft in die Hand zu nehmen. Dies gelang auch sehr gut

- man gönnte der SG Badenheim in Halbzeit 1 nur einen einzigen Torschuss und war ganz klar feldüberlegen. Einzig allein in herausspielen guter Tormöglichkeiten haperte es noch ein bisschen gegen eine sehr tief stehende Badenheimer Truppe.

Jedoch konnte auch trotzdem einige Akzente gesetzt werden. Christian Sproll, David Rott und Michel Frentzel konnten zunächst Chancen nicht nutzen und so dauerte es bis zur 20. Minute, als Michel einen verunglückten Abstoß des gegne-

rischen Torhüters stoppen konnte und dann den Ball sehenswert aus 18m in das Tor beförderte. Ca. 15 Minuten später war es dann Christian Sproll der in seinem dritten Anlauf ebenfalls mit einem strammen Schuss von außerhalb des 16ers einnetzte (35.). Mit diesem souveränen 2:0 ging es dann in die Halbzeitpause.

Nach der Pause ging es gleich gut weiter für unser Team. David Rott zirkelte einen direkten Freistoß aus ca. 18m an der Mauer vorbei und ins lange Eck - 3:0 (48.).



Kartuschen-Recycling  
**Mittermeier**

*Kartuschen im Tinte  
seit 1994*

## Tintenpatronen refill Laserkartuschen rebuilt Bildtrommeln rebuilt und Originalware

Wir befüllen Ihre leeren Tintenpatronen mit neuesten Füllmaschinen, bereiten Ihre Laserkartuschen mit aufwendiger Technik wieder auf, entlasten damit die Umwelt und Ihren Geldbeutel.

Informieren Sie sich vor Ort oder auf unserer Website [www.krm-mittermeier.de](http://www.krm-mittermeier.de).

**Dieter Mittermeier - Elsheimer Straße 41 - 55270 Schwabenheim**  
Telefon (06130) 921410 - Fax (06130) 92144 - E-Mail: [info@krm-mittermeier.de](mailto:info@krm-mittermeier.de)

Infolgedessen merkte man dem Team an, dass nach der sicheren Führung die Konzentration etwas nachließ und man die nun etwas offensiver aggiehenden Badenheimer etwas besser ins Spiel kommen ließ. So kam was kommen musste - nach einer Unachtsamkeit im Spiel nach vorne verlor man den Ball, welcher bei einem Badenheimer Stürmer landete, der auf 3:1 verkürzte. Daraufhin ergaben sich für unser Team eine ganze Reihe guter Möglichkeiten, die jedoch leider ungenutzt blieben.

Alleine Christian Sproll tauchte noch 2 mal unbedrängt vor dem gegnerischen Torhüter auf, vergab leider. Ebenso ergang es Pascal Bernhard und auch Michel Fretzel vergab noch die ein oder andere Chance. Einzig Dominik Hartmann gelang es noch in der 75.

Minute den gegnerischen Torhüter zu überwinden. Er verwertete eine Flanke von Tülli artistisch und ließ dem Torhüter keine Chance. Unerfreulich war, dass man in der 82. Minute durch weitere Unachtsamkeiten noch einen zweiten Gegentreffer hinnehmen musste.

**Fazit: Ein überaus verdienter und auch nie gefährdeter Sieg, der aufgrund der vielen vergebenen Möglichkeiten jedoch zu niedrig ausgefallen ist. Badenheim kann sich vor allem bei seinem Torwart bedanken, dass das Ergebnis nicht höher ausfiel. Mit Blick auf die kommenden Aufgaben muss die Chanceverwertung klar besser werden und Unachtsamkeiten, wie bei beiden Gegentoren müssen abgestellt werden.**

Berichte der Meisterschaftsspiele der Ersten Mannschaft:

### **TSG vs. FSC Ingelheim 5:1**

Nach der ersten Heimmiederlage in dieser Saison wollte Schwabenheim unbedingt gegen den Tabellenletzten gewinnen!

Die Gäste begannen frisch und hatten bereits nach 7 Minuten eine riesen Chance zur Führung. Schwabenheim merkte man die Nervosität nach der ersten Heimmiederlage an – das merkte auch der Gegner, der Druck aufbauen konnte. Nach 22 Minuten ging der FSC durch ein Schwabenheimer Eigentor

in Führung. Nach dem Sascha Ertel (30.) ausgeglichen und der FSC einen Spieler durch Platzverweis verloren hatte, deutete alles auf einen Sieg der Gastgeber hin, doch bis dahin war es ein steiniger Weg.

In der zweiten Hälfte kam Schwabenheim besser ins Spiel und versuchte die Fehler aus der 1. Hälfte auszumerzen. In der 51. Spielminute spielte Christoph May einen hohen Ball genau in den Lauf von Nils Haller, der das 2:1 erzielen konnte. Man merkte, dass dem FSC die Kräfte schwanden. In der 80. Minute

setzte sich Nils bis zur Grundlinie durch und passte den Ball zurück zum 11er, wo Sascha Ertel zu 3:1 abschloss.

Jetzt gab es Chancen im Minutentakt. 8 Minuten später wurde der FSC klassisch ausgekontert – Nils bekam den Ball an der Mittellinie und setzte sich wieder gut bis zum 16er durch, hier legte er den Ball quer und wieder war Sascha zur Stelle und markierte das 4:1. Kurz drauf traf David Janetzko noch die Latte und auch Angelo Puopolo hatte noch gute Chancen. In der letzten Spielminute schickte David Janetzko per Steilpass

Sascha auf reisen, der dann auch sein 4. Tor in dieser Partie erzielte. Danach war dann Schluss!

**Fazit: Schwabenheim tat sich gegen den FSC schwer, ging aber dann doch als verdienter Sieger vom Platz. Ein Lob geht heute an den sehr guten Schiedsrichter Alexander Busch!**

#### **TSG vs. TSG Heidesheim 1:1**

Schwabenheim wollte am 13. Spieltag zu alten Heimstärker zurückkehren!

## Physiotherapie & Feldenkrais

Rainer Höhne

Raiffeisenstraße 15  
55270 Schwabenheim  
Telefon 06130 6728



Hier sind Sie in  
guten Händen!

schauen Sie auch  
unter:  
[www.derLebensraum.de](http://www.derLebensraum.de)

Mit der richtigen  
Vorsorge hat man mehr  
ZukunftZukunftZukunft-  
ZukunftZukunftZukunft-  
ZukunftZukunftZukunft-  
Zukunft.

Jetzt  
beraten  
lassen!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Wir beraten Sie gern über Ihre Möglichkeiten, Ihr Geld sicher und intelligent in Ihre Zukunft zu investieren. Gemeinsam finden wir die Vorsorge-Strategie, die am besten zu Ihren Zielen passt. Sprechen Sie uns an oder gehen Sie online: [www.rvb-schwabenheim.de](http://www.rvb-schwabenheim.de)



Raiffeisen-Volksbank eG  
Schwabenheim

Schwabenheim begann auch recht gut und lies den Ball gut durch die eigenen Reihen laufen. Jedoch war die erste Hälfte von Unsicherheiten in der Defensive und Ungenauigkeiten in der Offensive geprägt.

So waren Chancen in der 1. Hälfte eher Mangelware. In der 27. Spielminute ging Heidesheim durch ein Eigentor von Christoph May in Führung. Nach dem Rückstand wurde das Spiel zwar besser und Schwabenheim kam zu Möglichkeiten – musste aber bis zur 40. Minute warten, damit der Ausgleich erzielt werden konnte: Manuel Rückenmesser schoss einen Eckball, den David Rott per Kopf versenkte.

Endlich mal eine gute Aktion! Mit dem 1:1 Zwischenstand ging es dann auch in die Pause. In der zweiten Hälfte kam Schwabenheim schlecht ins Spiel und machte viele Fehler im Spielaufbau. Schlimme Ballverluste in der Vorwärtsbewegung war die Konsequenz – zum Glück machte Heidesheim nichts daraus.

In der 54. Minute kratzte der sehr gute Robert Kasper einen Ball von der Linie - das hätte die verdiente Heidesheimer Führung sein müssen. In den ersten 30 Minuten der 2. Hälfte hatte Schwabenheim nicht eine Torchance. Erst 10 Minuten vor Schluss hatte Olaf Haller die beste Chance, daraus wurde aber nichts! Bei dem Ergebnis blieb es dann auch.

**Fazit: Schwabenheim holte nach einer enttäuschenden Leistung zum 5. mal in dieser Saison nur ein Unentschieden und kann mit viel Glück den 2. Tabellenplatz behaupten.**

### **TSG Drais – TSG Schwabenheim 0:4**

Am 10. Spieltag wollten die Jungs aus Schwabenheim wieder zum Spaß am Fußball zurückkehren und die letzten eher durchwachsenen Punktspiele vergessen machen.

Die TSG aus Schwabenheim setzte sich von Beginn an in der Hälfte der Draiser fest und attackierte den Gegner bereits an der Strafraumgrenze. Dadurch wurden sich schnell Chancen erspielt und bereits in der 15. Spielminute erzielte Sascha Ertel nach Vorlage durch Niklas Hartmann das 0:1.

Der Druck wurde weiter hoch gehalten und viele Möglichkeiten erspielt. Die mitgereisten Zuschauer mussten jedoch bis zur 43. Minute warten, als Sascha seinen zweiten Torerfolg bejubeln konnte – dem Tor war eine gute Kombination zwischen Angelo Puopolo und David Janetzko voraus gegangen. Mit diesem Zwischenstand ging es kurz Zeit später in die Halbzeitpause.

Zu Beginn der zweiten Hälfte versuchte sich Drais aus dem Würgegriff der Schwabenheimer zu befreien, dies gelang aber nur mäßig. Schwaben-

heim hielt Tempo und Druck hoch und wurden nur 5 Minuten nach Wiederanpfiff belohnt.

Niklas Hartmann schlug einen Diagonapass auf Christian Dickescheid, dieser bediente David Janetzko der durch die Mitte abschloss – 0:3 – gut gemacht!

Der zur 2. Halbzeit eingewechselte Christian Dickescheid setzte sich in der 75. Minute sehr gut über außen durch, legt den Ball im 16er quer und der heran eilende Sascha Ertel schloss direkt ab – doch der Torwart lässt den Ball abklatschen – Martin Dickescheid setzte den Nachschuss knapp am Tor vorbei. Auch einige weitere hochkarätige konnten nicht genutzt werden.

Knappe 3 Minuten später kam Drais zur bis dahin besten Chance – Etienne Artel kratzte den Schuss jedoch akrobatisch aus dem Winkel und klärte zur Ecke.

In der 90. Spielminute gab es nochmal Ecke für Schwabenheim, Manuel Rückemesser führte aus und David Janetzko konnte locker zum 0:4 Endstand einschleusen – hoch verdient!

**Fazit:**

**Schwabenheim meldet sich mit diesem Sieg zurück und erobert sich den 2. Tabellenplatz von Heidesheim zurück! Den Jungs hat man die Freude am Fußball angesehen – die Zuschauer waren begeistert!**

---

## Kolmar

**Bau- + Möbelschreinerei seit 1832**

Fenster + Türen aus Holz, Alu und Kunststoff  
kompletter Innenausbau; Decken, Türen, Böden  
Gipskartonwände und -decken  
Büro-, Stollen- und Einbauschränke  
Möbel nach Maß  
Reparaturen, Verglasungen und vieles mehr



**Sprechen Sie mit uns - wir beraten Sie gerne!**

Weyerstr. 1, 55270 Schwabenheim, Tel. 06130/ 1400, Fax 06130/ 7370  
[info@Schreinerei-Kolmar.de](mailto:info@Schreinerei-Kolmar.de)

---



TURN- UND SPORTGEMEINDE SCHWABENHEIM

**TSG**

Einladung zur

## **Generalversammlung**

der Turn- und Sportgemeinde (TSG)  
1887/ 1924 e.V. Schwabenheim

**am 16.3.2012 um 19 Uhr**

in der Olbornhalle (Nebenraum)

### Tagesordnung

1. Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Totenehrung
3. Bericht des Präsidiums
4. Berichte der Abteilungsleiter
5. Bericht der Kassenprüfer und Entlastung des Vorstandes
6. Wahlen
7. Bestätigungen durch die Generalversammlung
8. Neuwahl der Kassenprüfer
9. Anträge
10. Verschiedenes

Eine persönliche schriftliche Einladung zur Generalversammlung erfolgt nicht.

Anträge zur Generalversammlung können bis zum 10.3.2012 beim Präsidium oder der Geschäftsstelle eingereicht werden.

## Geplantes Programm am Jubiläums- wochenende 22. bis 24. Juni 2012

### **Freitag, 22.6.2012**

Ab 19 Uhr: Festabend in der Olbornhalle mit Beiträgen verschiedener Ortsvereine, Ansprachen, Ehrungen und Tanzmusik

### **Samstag, 23.6.2012**

Ab 14 Uhr: Vorführungen auf dem Sportplatz mit Schautraining der Fußball-Abteilung, evtl. Spiel gegen eine Promi-Mannschaft

Ab 19.30 Uhr: Live-Musik in der Olbornhalle u.a. mit den „Terrorzwergen“ und Tanzmusik mit „Kay West“

### **Sonntag, 24.6.2012**

Ab 14 Uhr: Kinderturntag in der Olbornhalle mit der Möglichkeit, das Kinderturnabzeichen abzulegen

## Hallo liebe Freunde des Jugendfußball,

ich möchte mich auf diesen Weg bei allen Spielern, Trainer, Betreuern, Eltern und Sponsoren für ein tolles Jahr 2011 bedanken.

Natürlich lief in diesem Jahr nicht nur alles positiv ab, aber alles in allem kann sich die Jugendabteilung der Fußballer nicht beklagen. Natürlich gab es auch innerhalb des neuen Abteilungsvorstandes in Sachen Jugendarbeit nicht immer die gleiche Meinung. Aber durch viele persönliche Gespräche wurde das Beste mögliche für die Jugend herausgeholt.

In einer Spielgemeinschaft mit drei Vereinen ist es manchmal auch nicht immer einfach Lösungen für manche Probleme zu finden, aber die meisten konnten auch hier in Gesprächen geklärt werden.

Aus sportlicher Sicht war es ein gutes Jahr 2011 und soll es auch nächstes Jahr



weiter gehen. Den Spielern, den Trainer und deren Familien wünsche ich frohe und besinnliche Feiertage, einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Euer  
Roman Laurinec  
Jugendleiter Abtl. Fußball

PS: Einen persönlichen Wunsch hätte ich noch. Vielleicht sollten wir uns mal daran erinnern, wie es früher mal war, als es noch keine Emails oder Handys gab. Man sprach persönlich miteinander und sah sich dabei in die Augen.

## Hinrundenbericht der D1-Junioren

Nach einer nur sehr kurzen Sommervorbereitung, der Regelementänderung in der D-Jugend und der Umstellung auf ein neues Spielsystem ist die D1 überaus erfolgreich und vor allem mit einem ansehnlichen Kombinationsfußball in die Saison 2011/2012 gestartet. Mit drei Siegen in Folge gegen Fontana Finthen II (4:0), die SpVgg. Dietersheim (2:0) und die SpVgg. Gau-Algesheim (3:2) war das Selbstbewusstsein, gerade nach dem schmerzlichen Abstieg aus der Bezirksliga, wieder zurück. Das Kicken hat endlich wieder Spaß gemacht.

Umso logischer war dann auch der 1:0 Sieg in der 1. Pokalrunde gegen den TSV Zornheim, welcher auf dem momentanen Höhenflug als selbstverständlich mitgenommen wurde. Aber wie schnell sich das Blatt wenden kann, mussten wir dann in den nächsten Wochen erfahren.

Überheblichkeit, Angst vor großen Namen und Verletzungsspech. In dieser Reihenfolge lassen sich die Niederlagen der folgenden Punktspiele gegen den SV Ober-Olm (0:2), Hassia Bingen II (0:3) und Schott Mainz II (1:2) beschreiben. Aber auch hierdurch ließen wir uns in der gemeinsamen Arbeit nicht zurückwerfen und besinnten uns wieder unserer Stärken.

In der 2. Pokalrunde war der Klassenprimus SV Ober-Olm in der heimischen Selztal-Arena zu Gast. Nach der schmerzlichen Niederlage vier Wochen zuvor war unserer Mannschaft von Beginn an anzumerken: Den Sieg könnt ihr euch hier abschminken. Und so kam es dann auch. Nach einer herausragenden Mannschaftsleistung zogen wir durch einen 2:1 Erfolg ins Achtelfinale des Kreispokals ein.



Diesen neuen Schwung konnten wir dann auch in die nächsten Spiele mitnehmen. Dem 5:1 Sieg gegen die SpVgg. Ingelheim II folgte ein hart erkämpftes, jedoch unnötiges, 1:1 Unentschieden gegen die TSVgg. Stadelcken-Elsheim. Auch die drei Punkte des nächsten Spieltages konnten wir für uns verbuchen, da Hassia Kempten leider nicht angetreten ist.

Die letzten zwei Spiele waren dann wieder mit Licht und Schatten versehen. Nach einer überaus verdienten 0:3 Niederlage bei der SG Gensingen/Grolsheim folgte das letzte Heimspiel des Jahres gegen Fontana Finthen II. Aufgrund des 0:3 Pausenrückstand sah schon alles nach einem unversöhnlichen Jahresabschluss aus. Mit einer tollen kämpferischen Leistung und einer super Moral haben die Jungs es 30 Sekunden vor Abpfiff dann aber doch noch zu einem verdienten 3:3 Unentschieden geschafft. Hut ab vor dieser Leistung. Die Nudeln beim anschließenden gemeinsamen Mannschaftssessen schmeckten daher umso besser. Leider hat Dietersheim zwischenzeitlich ihre D-Junioren vom Spielbetrieb zurückgezogen. Die drei Punkte des gewonnen Spiels wurden uns abgezogen, was uns in der Tabelle ein Stück nach hinten warf.

So können wir zum Ende der Hinrunde ein doch positives Fazit ziehen. Den hochgesteckten Trainingszielen unseres

Cheftrainers folgen die Jungs im Kollektiv und spüren von Woche zu Woche die damit verbundenen fußballerischen Erfolge. Das Ergebnis: Ein ordentlicher 5. Tabellenplatz der Kreisliga Mainz-Bingen in Lauerstellung zu den Plätzen 2-4 sowie der Einzug ins Achtelfinale des Kreispokals.

Ein besonderer Dank gilt unseren Förderern und Unterstützern die uns bei der Arbeit tatkräftig bei Seite stehen. Hervorheben möchte ich an dieser Stelle unsere fleißigen Fußballmamas, allen voran Steffi Schehlmann, unserem Jugendleiter Roman Laurinec sowie

- Weingut Margarethenhof Familie Eckhard
- „Rund ums Haus“ Nils Schneider
- AXA Versicherungsbüro Lars Kühn
- KfZ-Meisterbetrieb Ralf Naab Bingen

### **Danke für Eure Unterstützung.**

Nun gilt es den Blick wieder nach vorne zu richten. Nach einer kurzen Trainingsphase in der Halle und der Teilnahme an zwei Turnieren werden wir Anfang Februar in die Vorbereitung für den Rückrundenstart am 25.02.2012 einsteigen. Schwerpunkte der Trainingsarbeit werden weiterhin das Erlernen der Viererabwehrkette sowie die spezifische technische Grundlagenausbildung sein. Verbunden mit viel Spaß und den hoffentlich sportlichen Erfolgen blicken wir mit großer Zuversicht in die Rückrunde.

Mit sportlichem Gruß  
Sascha Böhnke, Stefan  
Saulheimer, Achim Schulz



# TSG

## 125 Jahre TSG Schwabenheim

### Hallenturnier

der Abteilung Jugendfußball

vom 3.2. bis 5.2.2012

in der Schloß-Ardeck-Halle  
in Gau-Algesheim

Freitag, 3.2.2012	ab 18.00 Uhr	B-Junioren
Samstag, 4.2.2012	ab 9.00 Uhr	G-Junioren
Samstag, 4.2.2012	ab 12.15 Uhr	E-Junioren
Samstag, 4.2.2012	ab 16.30 Uhr	C-Junioren
Sonntag, 5.2.2012	ab 9.00 Uhr	F-Jugend
Sonntag, 5.2.2012	ab 14.00 Uhr	D-Jugend

Für das leibliche Wohl ist an allen Tagen bestens gesorgt.

**Die Jugendfußballer würde sich über  
Ihren / Euren Besuch sehr freuen.**



# MARGARETENHOF

weingut | restaurant | konditorei



Feste feiern  
Tagungen erleben  
Hochzeitsträume realisieren

Weine entdecken  
Weinberge erkunden  
Tortenträume genießen

Am Sportfeld 23 - 25 | 55270 Schwabenheim  
Tel: 06130/1338 | [www.margaretenhof.info](http://www.margaretenhof.info)

---

## Abteilung KEGELN

In der Saison 2011 – 2012 ist die Hinrunde mittlerweile beendet, Mitte Januar 2012 beginnt die Rückrunde.

Die aktuellen Tabellenstände:

1.Mannschaft DAMEN – Rheinland-Pfalz-Liga 2 – 100 Kugeln  
**Tabellenplatz 2 mit 12:6 Punkten**

Bisher konnten die Damen mit tollen Ergebnissen glänzen und stehen verdient auf einem sehr guten 2. Platz. Die Konkurrenz ist stark, aber wenn wir dieses hohe Niveau auch in der Rückrunde halten können, sind wir überaus zufrieden.

1.Mannschaft – gemischt – Bezirksklasse – 100 Kugeln  
**Tabellenplatz 4 mit 10:10 Punkten**

Die gemischte Mannschaft konnte bisher den gewohnten Heimvorteil auf den Schwabenheimer Bahnen nicht ausnutzen, zudem waren die Leistungen zu Beginn der Saison schwankend. Im Laufe der Saison wurden die Ergebnisse deutlich stabiler und wir blicken mit Zuversicht in die Rückrunde. Unser Saison-Ziel „mindestens Platz 3“ liegt noch im Bereich des Möglichen.

Neben der stabilen Leistung in der Bezirksklasse macht insbesondere unsere Damen Mannschaft in der Landesliga Freude und präsentieren uns als Verein in ganz Rheinland-Pfalz.

Die Abteilung Kegeln wünscht allen Sponsoren, Aktiven und Inaktiven einen gesunden und erfolgreichen Start ins Sport-Jahr 2012.

Gut Holz!  
 Frank Weitzel

---

**Helmut Bäder**  
 Schreinerei  
 Innenausbau  
 Bühnenbau – Film TV

Friedensstraße 13 – 55270 Schwabenheim  
 Tel. (06130) 211 – Fax (06130) 7663



## Abteilung Tischtennis –Vorrundenbilanz 2011/2012

# 1. Schülermannschaft ist Herbstmeister!!

Im zweiten Jahr ihres Bestehens nimmt die TTSG Selztal mit vier Herren-, einer Jugend- und zwei Schülermannschaften am Spielbetrieb des Rheinhessischen Tischtennisverbandes teil. Trotz einiger Langzeitverletzen und Ausfällen aus anderen Gründen fällt das Resümee für die erste Halbserie der Saison 2011/12 durchaus positiv aus.

### **Beginnen wir mit unseren Schülern:**

Die 1. Schülermannschaft erreichte in der Stammaufstellung Patrick Schultheis, Tobias Eckhard, Nedin Caplija und Tim Bauer die Herbstmeisterschaft in der Schülerkreisliga Bingen. Mit diesem Erfolg war nicht unbedingt zu rechnen, galt es doch praktisch während der gesamten Vorrunde verletzungsbedingte Ausfälle zu kompensieren. Sollte es gelingen, in der Rückrunde die Leistungen weiter zu stabilisieren und wenn die Mannschaft von weiteren Verletzungen verschont bleibt, dürfte die Meisterschaft durchaus möglich sein.

Die 2. Schülermannschaft in der Aufstellung Johannes Wingenfeld, Jacob Schwarz, Leon Ehlers, Julien Metz, Robin Kolmar, Lisa Schmid, und Patrick Eckhard spielt ebenfalls in der Schülerkreisliga Bingen und belegt nach Abschluss der Vorrunde einen beachtlichen 6. Platz.

An dieser Stelle sei erwähnt, dass der Erfolg der 1. Schülermannschaft nur möglich war, weil die Spieler der 2. Schülermannschaft durchweg jederzeit bei Ausfällen als Ersatz eingesprungen sind.

### **Nun zur Jugend:**

Nach dem Abstieg aus der höchsten rheinhessischen Jugendklasse am Ende der letzten Saison galt es die Jugendmannschaft neu zu formieren, um in der Jugendkreisliga Bingen neu anzugreifen. Dies ist relativ gut gelungen, trotz dem sich einige Spieler der letztjährigen Mannschaft wider Erwarten sportlich neu orientiert bzw. ganz aufgehört haben. Im der Aufstellung Jan Stippich, Pascal Maurer, Maximilian Schnörr und



Sebastian Felzer belegt die Mannschaft am Ende der Vorrunde den 2. Tabellenplatz.

#### **Last but not least – Die Herren:**

Die 1. Herrenmannschaft belegt nach Abschluss der Vorrunde den 2. Tabellenplatz in der Kreisliga, mit nur einem Punkt Rückstand auf den Tabellenführer. Damit bleibt das Ziel Aufstieg in die Bezirksliga in greifbarer Nähe. Besonders erfreulich ist hier das Abschneiden des erst 13-jährigen Jan Stippich, der in seiner ersten Saison im Aktivenbereich eine starke Leistung zeigt und sich innerhalb kürzester Zeit zu einem unverzichtbaren Bestandteil der Mannschaft entwickelt hat.

Die 2. Herrenmannschaft, ebenfalls Herrenkreisliga Bingen dürfte bereits nach Abschluss der Vorrunde mit einem gesicherten Mittelfeldplatz (7. Platz) das Saisonziel Klassenerhalt erreicht haben und kann mit einem ordentlichen Punktpolster relativ gelassen die Rückrunde angehen. Besonders hervorzuheben

ist Christian Wolf mit einer sehr starken Vorrundenbilanz. Unter den besten fünf Spielern der Kreisliga Bingen befinden sich mit Christian Oder (1. Platz), Christian Wolf und Rainer Oppenheimer (beide Platz 5) gleich drei Spieler der TTSG Selztal.

Die 3. Herrenmannschaft, Meister und Aufsteiger aus der B-Klasse, belegt in der A-Klasse Bingen aktuell den drittletzten Platz. Hier gilt es in Rückrunde noch ein paar Punkte zu sammeln, um ganz sicher das Ziel Klassenerhalt zu erreichen.

Die 4. Herrenmannschaft belegt in der D-Klasse Bingen aktuell ebenfalls den drittletzten Platz. Bei weiterhin normalem Saisonverlauf dürfte aber auch hier der Abstieg kein Thema sein.

**Die Tischtennisabteilung wünscht allen Lesern frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!**

Mathias Lechner

---

**MAY** *Inh. Jörg Weindorf*

**HEIZUNGSBAU  
GAS, WASSERINSTALLATION  
SOLARTECHNIK**

Bahnhofstraße 89, 55218 Ingelheim  
Telefon: 06132/2153, Fax: 06132/76396  
Funktelefon: 0171/5486893  
Email: may\_heizungsbau@mail-mainz.de

# Fitness- überall hört man es, aber was ist das eigentlich?

Wer einmal in Wikipedia schaut, findet die folgende Antwort:

„Unter Fitness wird im Allgemeinen körperliches und oft auch geistiges Wohlbefinden verstanden. Fitness drückt das Vermögen aus, im Alltag leistungsfähig zu sein und Belastungen eher standzuhalten.“

Das Risiko für Zivilisationskrankheiten wie Herzinfarkt und Fettleibigkeit kann durch ein gezieltes Fitnesstraining verringert werden. Konzentrations- und Lernfähigkeit werden gesteigert. Menschen, die sich aktiv mit dem Thema Fitness auseinandersetzen, sind gesünder und leben, statistisch gesehen, länger.

Zur Fitness von Körper und Geist gehört nicht nur eine regelmäßige körperliche Betätigung. Sehr wichtig ist auch eine gesunde und nähr- wie ballaststoffreiche Ernährung.

Fitnesstraining ist ein äußerst weit fassbarer Begriff. Prinzipiell ist jede gesunde sportliche Aktivität eine Form von Fitnesstraining, z.B. Training im Sportverein, im Fitnessstudio oder selbst das Vermeiden von Rolltreppen und Aufzügen zugunsten von Treppen – also auch Bewegung im Alltag.

Gezieltes Fitnesstraining beinhaltet meist **Ausdauertraining, Krafttraining und Koordinationstraining.**“

## **Aerobes Ausdauertraining**

„Aerobes Ausdauertraining stellt einen Schwerpunkt des Fitnesstrainings dar. Es wirkt sich positiv auf das Herzkreislaufsystem aus, verhindert bzw. wirkt sich günstig auf Diabetes aus und kann zusammen mit richtiger Ernährung das Gewicht reduzieren. Alle Ausdauersportarten kommen dafür in Betracht, also beispielsweise Radfahren, Laufen, Schwimmen, Walking, Aerobic usw.“



## **Kraft- und Beweglichkeitstraining**

„Kraft- und Beweglichkeitstraining wirken sich günstig bei Rückenbeschwerden und ähnlichem aus und erhöhen das Wohlbefinden. Kraft kann durch Gerätetraining oder durch Gymnastik verbessert werden. Beweglichkeit lässt sich durch Dehnübungen verbessern.“

## **Koordinationstraining**

„Koordinationstraining verbessert das Zusammenspiel zwischen Nervensystem und Muskulatur. Neben dem Tanzen verbessern viele Sportspiele und Kampfsportarten die angeblichen koordinativen Fähigkeiten.“

## „Power Fitness“

ist ein Kurs für jedermann, der seine Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit (allgemeine Fitness) verbessern möchte.

Dieser Kurs bietet ein motiviertes Kraftausdauertraining in einer Gruppe. Die begleitende Musik motiviert und steigert den Spaßfaktor. Das Kraftausdauertraining wird mit Hanteln, Bällen, Therabändern, Steps und anderen Hilfsmitteln ergänzt und verstärkt.

Die Koordination und die Ausdauer werden durch Schrittkombinationen

auf Musik, bei denen jeder mitkommt, gefördert und verbessert. Die Übungsstunde bietet eine Vielzahl an verschiedenen Unterrichtsformen (wie z. B. Bodystyling, Aerobic-Elemente, Bauch-Beine-Po, T-Bo, Yoga, Entspannung und vieles mehr).

Ein regelmäßiges Training führt zur Muskelstraffung, steigert das Durchhaltevermögen bei Alltagsbelastungen (Ausdauer wird verbessert), senkt den Blutdruck und erhöht die Knochen-dichte (Vorbeugung gegen Osteoporse). Weiterhin kann durch regelmä-



Schulstraße 48  
55270 Schwabenheim  
Telefon 06130 / 1833  
1659  
Fax 06130 / 892404

Öl- und Gas- Zentralheizungen  
aller Systeme  
Regel- und Wärmetechnik  
Zuverlässiger Kundendienst

ßiges Training Stress abgebaut werden und das allgemeine Wohlbefinden verbessert werden. Und nicht zuletzt soll die Stunde Spaß und Freude bereiten und bietet den Kontakt zu weiteren begeisterten Teilnehmer in einer Gruppe.

Jedes Training beginnt mit einer Aufwärmphase, dem so genannten „Warm up“, der Hauptteil beginnt mit einer Cardio-Phase (Ausdauerphase), gefolgt von einem Workout (Kraftausdauerphase) und schließt mit einem so

genannten „Cool down“ (Dehnen und Entspannung) ab. Je nach Stunden-aufbau ist die Cardio-Phase oder das Workout der Schwerpunkt einer Stunde.

Wenn Ihr Interesse geweckt ist, würde ich mich sehr freuen, Sie bei einer Schnupperstunde donnerstags von 19:30 bis 21:00 zu begrüßen.

Nicole Bockius  
Übungsleiterin des  
Power-Fitness Kurses



- Elektroinstallationen -
- Blitzschutzanlagen -
- Elektrogeräte -
- Kundendienste -
- Vermietung von Baustromverteilern -

---

Schulstraße 9 55270 Schwabenheim  
06130/257 Fax 06130/949658 Auto 0171/5228717

---

# Rundum-Sicherheit: die private Unfall- versicherung von AXA



Die meisten Unfälle passieren dort, wo die gesetzliche Unfallversicherung nicht leistet – zu Hause oder in der Freizeit. Mit unserer privaten Unfallversicherung bieten wir Ihnen und Ihrer Familie besondere Leistungen – z. B. sind auch Gesundheitsschäden durch Zeckenbiss eingeschlossen.

**Gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot.  
Reden Sie mit uns.**

Maßstäbe / **neu definiert**



AXA Versicherungsbüro

**Willibald Rolletter und Lars Kühn**

Schubertstraße 16, 55270 Schwabenheim, Tel.: 0 61 30/9 44-264

Fax: 0 61 30/9 44-266, lars.kuehn@axa.de

# Angebot der Turnabteilung für Erwachsene

Zeit	Wo	Art	ÜbungsleiterIn	Telefon
Mo 16.30-18:00	Nebenraum	Frauenfitness	Ursula Pötting	919798
Mo 18:00-19:00	Nebenraum	Pilates mit Yoga „Kurs“	Gabriele Langer	919450
Mo 19:00-20:00	Nebenraum	Frauenfitness	Gabriele Langer	919450
Mo 19:00-20:00	Nach absprache	Walking	Karin Büßing	7767
Mo 20:00-21:15	Halle	Frauenfitness	Gabriele Langer	919450
Di 9:00-10:00	Nebenraum	Frauenfitness	Ursula Pötting	919798
Di 10:15-11:30	Nebenraum	Beckenboden- gymnastik „Kurs“	Silvia Schmidt	919453
Di 17:00-18:00	Nebenraum	Pilates mit Yoga „Kurs“	Gabriele Langer	919450
Di 17:30-18:30	Bühne	Rückenfitness für Sie/Ihn „Kurs“	Nicole Bockius	0178/ 7123489
Di 18:30-19:30	Bühne	Rückenfitness für Sie/Ihn „Kurs“	Nicole Bockius	0178/ 7123489
Di 20:00-22:00	Bühne	Video-Clip- Dancing	Dennis Weingärtner	0176/ 35671983
Mi 9:00-10:30	Nebenraum	Wirbelsäulen- gymnastik „Kurs“	Silvia Schmidt	919453
Mi 17:00-18:00	Halle	Seniorengym- nastik	Silvia Schmidt	919453
Mi 18:15-19:15	Nebenraum	Rückenfitness Plus 50 „Kurs“	Silvia Schmidt	919453
Do 9:00-10:00	Nebenraum	Pilates „Kurs“	Gabriele Langer	919450
Do 10:15-11:15	Nebenraum	Pilates „Kurs“	Gabriele Langer	919450
Do 17:15-18:30	Halle	Beckenboden- gymnastik „Kurs“	Silvia Schmidt	919453
Do 19.30-21.00	Halle	Fitness-Power	Nicole Bockius	0178/ 7123489
Do 20:15-21:45	Halle	Schwitzfit gemischt	Peter Wurzer	207609
Fr 18:00-19:00	Nebenraum	Step Aerobic	Ursula Pötting	919798
Fr 19:15-21:15	Nebenraum	Line Dance	Heike Roth	6427

## Angebot der Turnabteilung für Kinder und Jugendliche

Zeit	Wo	Art	ÜbungsleiterIn	Telefon
Mo 14.30-16.00	Halle	Jungenturnen 1.+2. Klasse	Ronny Steinbrück	0172 7834182
Mo 16.00-17.30	Halle	Jungenturnen 3.+4. Klasse	Ronny Steinbrück	0172 7834182
Di 18:00-20:00	Bühne	Fitness + Tanz Mädchen ab 10. Klasse	Gabriele Langer	919450
Di 16:15-17:15	Halle	Kinderturnen 3-4 Jährige	Sabine Gretzler	946936
Mi 14:30-16:00	Halle	Kinderturnen 5-6 Jährige	Silvia Schmidt	919453
Mi 16:00-17:00	Halle	Mädchen ab 7. Klasse	Silvia Schmidt	919453
Do 14:30-16:00	Halle	Fit Kids Mädchen 1.-3. Klasse	Silvia Schmidt	919453
Do 16:00-17:00	Halle	Eltern-Kind- Turnen	Silvia Schmidt	919453

*...gut beraten!*

Backhausstraße 6  
55270 Schwabenheim  
Telefon 06130/368

Bäckerei  
Konditorei  
**Doll**

## Geburtstage Oktober und November 2011

Datum	Name	Anlass	Datum	Name	Anlass
08.10.	Müller Wilbert	50	15.10.	Eckhard Rosemarie	70
10.10.	Opfermann Rolf	50	17.10.	Wolf Inge	75
11.10.	Stoffel Rolf	50	12.11.	Kaiser Edmund	80
07.10.	Schummel Karl	60	18.10.	Reitzer Margot	80
14.10.	Wurzer Gudrun	60	26.10.	Rott Heinz	85
07.10.	Hartmann Erika	70			

## Eintritte September- November 2011

Name	Vorname	Name	Vorname
Beltz	Tjorven	Krumm	Chantal
Bisanz	Helge	Palmer	Samuel
Ehrenthal	Mia	Palmer	Emma
Fama	Deborah	Palmer	Steven
Fama	Vanessa	Rott	Cekina
Fama	Maria	Rott	Lennart
Friedrich	Jenny	Rott	Miriam
Hammann	Pierre	Schellenberg	Jürgen
Huber	Celine	Schellenberg	Julius
Hübers	Clara	Schellenberg	Daniel
Keller	Michael	Schellenberg	Florian
Kraus	Bernhard	Schellenberg	Johann
Krumm	Mathias	Volk	Silke

### Hinweis der Geschäftsstelle

Im Sportfreund veröffentlicht die TSG Schwabenheim Alters- und Ehejubiläen von Ihren Mitgliedern. Wenn eine Veröffentlichung nicht gewünscht wird melden Sie sich bitte bei der Geschäftsstelle.

Telefon 06130-947976

Michael Eckhard

## Adventsschiessen

Am 1. Adventswochenende trafen sich wie in jedem Jahr die Bogenschützen in der Ohlbornhalle zu ihrem Adventsschiessen.

Samstags wurden von einigen fleißigen Helfern kleine Reparaturarbeiten durchgeführt.

Sonntags stand dann das Vergnügen im Vordergrund. Wie in jedem Jahr wurde auf Papiersterne und Bäume geschossen, bei jedem Treffer gab es dann Süßigkeiten was nicht nur die Jugend zu Bestleistungen anspornte sondern auch den großen viel Spaß bereitete.



Zur Stärkung gab es in diesem Jahr eine leckere Gulaschsuppe und natürlich viele leckere Kuchen.

Das Highlight zum Abschluss war für die Jugend ein 1,80 m Langes Blasrohr das unser Wilfried mitgebracht hatte. Das auszuprobieren war ein Muss für jeden.

Abschließend ist zu sagen es war wieder ein gelungenes Miteinander.

Silvia Steiner

---

## Hausschlachtung & Partyservice

M. u. E Lickhardt

Dr. Fritz Bockius Str. 5

55270 Bubenheim

Tel. 0 61 30 / 10 45

Mobil 01 78 / 5 52 53 42



## Rückenfitness für Sie & Ihn

Kennen Sie vielleicht eine dieser Situationen; Sie sitzen überwiegend am Schreibtisch oder der Kasse oder verrichten während Ihres Arbeitstages immer wiederkehrende, einseitige Bewegungen?

Bemerken Sie, dass Sie häufig Nackenverspannungen haben und dass die Muskulatur manchmal auch schmerzt, oder haben Sie gelegentlich Rückenschmerzen?

Dann sind Sie nicht alleine! Ca. 80% der Menschen ab 18 Jahren haben in Ihrem Leben bereits mindestens einmal Rückenschmerzen gehabt.

Hauptursache ist mangelnde Bewegung und/oder einseitige oder falsche Bewegungsabläufe. Tun Sie etwas dagegen; tun Sie etwas für sich!

Rückenfitness ist ein präventives Rückentraining, das durch gezielte Kräftigung und Mobilisation der Wirbelsäule muskulärer Dysbalancen ausgleichen kann.

### Ziele des Kurses Rückenfitness:

- *Stärkung physischer Gesundheitsressourcen* z. B. durch Förderung der Ausdauer, der Kraft, der Beweglichkeit, der Koordination, oder der (muskulären) Entspannungsfähigkeit.
- *Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen* zur Verbesserung der Lebensqualität und zur Unterstützung bei der Bewältigung gesundheitlicher Belastungen, z. B. durch Verbesserung der Einstellung zum eigenen Körper, Beeinflussung der Stimmungslage, Abbau von Barrieren zum Sporttreiben,



## Weingut & Gutsschänke

### Rudolf und Inge Renth

Residenz der Deutschen Weinkönigin 1999/2000 Simone Renth

*La Réna*

-Die Edition ausgewählter Weine in exklusiver Ausstattung-  
Auf Wunsch geschlossene Gesellschaften

Schwabenheim an der Selz Elsheimer Str. 25 Tel. 06130/592

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Wissensvermittlung zu gesundheits-sportlicher Aktivität (Inhalte, Methodik und Wirkungen), Anregung zum Transfer in den Alltag, Unterstützung bei der Bewältigung von Beschwerden und Missbefinden.

Die Übungsstunden sind abwechslungsreich und werden mit Hilfsmittel wie zum Beispiel Bällen, Hanteln, Therabändern und anderen Kleingeräten intensiviert.

Die Stunde ist in drei Phasen aufgeteilt:

**1. Aufwärmphase:** In den ersten sieben bis zehn Minuten werden die Muskeln erwärmt und die Gelenke mobilisiert, meist in Kombination mit koordinativen Übungen

**2. Hauptteil:** Kräftigung der großen Muskeln mit Hilfsmitteln

**3. Schluss:** In den letzten sieben bis zehn Minuten werden die Muskeln gedehnt und eine Entspannungsreise rundet die Stunde ab.

Sind Sie neugierig geworden? Möchten Sie gerne etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden tun und möglichen Beschwerden vorbeugen?

Dann dürfte dieser Kurs für Sie interessant sein. Kommen Sie einfach in der ersten Stunde vorbei und überzeugen sich selbst. Es erwartet Sie eine motivierte, lizenzierte Fachübungsleiterin/Rücktrainerin. Details zum Kurs finden Sie auf der nächsten Seite.

---

# ECKHARD

Arno und Thomas Eckhard GBR

SANITÄR

HEIZUNG

SPENGLEREI

---

Bachstraße 1      Telefon (06130) 1494  
55270 Schwabenheim      Telefax (06130) 7868

---

## Kurs: „Rückenfitness für Sie & Ihn“

Datum: Dienstag 10.01.2012  
(erste Stunde)

Uhrzeit: 1. Kurs: 17:30- 18:30 Uhr  
2. Kurs: 18:30-19:30 Uhr

Dauer: 15 Stunden

Ort: Turnhalle/Nebenraum

Kosten: Mitglieder: 25 EUR  
Nicht-Mitglieder: 40 EUR

Infos: Nicole Bockius  
(Tel.: 06132/8997558)

---

# ***Gaststätte Selztal***

*Deutsch Italienische Küche*

*Pizza vom Steinofen*

Olbornhalle -

Am Sportfeld 90

55270 Schwabenheim

Telefon 01 57 / 71 31 71 52

oder 061 30 / 94 90 39



**Familie Negro** freut sich auf Ihren Besuch !

*Offnungszeiten: Di. - Fr. ab 17 Uhr Sa. u. So. ab 11 Uhr*

---

## Schwitzfit mit Badminton und Ballsport!

Hallo Leute!

Nachdem Silvia Schmidt nach den Sommerferien die Schwitzfitgruppe abgegeben hatte, waren einige von uns trotzdem noch bereit, in dieser gewohnten Runde weiterhin Sport zu treiben.

Daraufhin habe ich mich entschlossen, die Verantwortung dieser Gruppe zu übernehmen und sie wieder aufleben zu lassen.

Wir sind eine lustige Truppe, die Spaß daran hat, sich mit Badminton und Ballsport zu bewegen und auch mal ins „Schwitzen“ zu kommen.

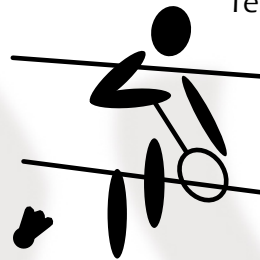
Wir treffen uns donnerstags von 20.15 bis 21.45 in der Turnhalle.

Auch die Geselligkeit soll nicht zu kurz kommen, deshalb „füllen“ wir ab und an die rausgeschwitzte Flüssigkeit bei einem gemütlichen Plausch wieder auf.

Wenn Ihr neugierig geworden seid, schaut doch mal rein. Wir würden uns freuen!

Bis hoffentlich bald!

Peter Wurzer  
Tel. 06130207609



---

## Getränkebetrieb Heinz Beck

Faltenstraße 20  
55270 Schwabenheim  
Tel. 061 30 / 6368



## Jahresbericht 2011 der Tennisabteilung

Liebe Tennisfreunde,

die Tennisabteilung blickt wieder auf ein ereignisreiches Jahr zurück. Wir wollen deshalb Rückschau halten und die Tennissaison im Folgenden reflektieren.

Angefangen hat das Tennisjahr mit unserem Wintertreff am 12. Februar in der Boehring - Halle Ingelheim. 21 Personen waren unserer Einladung gefolgt und verbrachten einen schönen Abend mit Spiel, Spaß und natürlich gutem Essen.

In unserer Mitgliederversammlung am 11. März wurde, neben den Berichten zum vergangenen Jahr, eine aktualisierte Abteilungsordnung verabschiedet. Leider waren nur sehr wenige Mitglieder unserer Einladung gefolgt. Es wäre schön, wenn künftige Mitgliederversammlungen vor einem größeren Mitgliederkreis und nicht nur einem Häufchen „Aufrechter“ stattfinden würden.

Anfang April erfolgte die fachgerechte Frühjahrsinstandsetzung der Tennisplätze. Nach unserem ersten gemeinsamen Arbeitseinsatz am 16. April, an dem wir unsere Tennisanlage wieder für den Spielbetrieb herrichteten, wurden die Tennisplätze am Ostersonntag, 24. April, geöffnet.

An der Medenrunde, die bereits Ende April begann, nahmen wir mit einer Herrenmannschaft, einer Herrenmannschaft Ü 40 und einer Herrenmannschaft Ü 50 teil. Über die dabei erzielten Ergebnisse wurde bereits in einer früheren Sportfreund-Ausgabe ausführlich berichtet.

Am 3. und 4. Mai organisierten wir in Kooperation mit der Grundschule Schwabenheim auf unserer Tennisanlage ein Schnuppertennis für Schüler und Schülerinnen der 2. und 3. Klassen. Diese Veranstaltung unterstützten wir durch die Finanzierung eines qualifizierten Tennislehrers. Die Kinder waren mit viel Interesse dabei und hatten sichtlich Spaß und Freude.

Wegen der vom Tennisverband festgesetzten Spieltermine konnten wir die offizielle Saisoneroöffnung mit unserem traditionellen Schleifchenturnier diesmal erst am 15. Mai durchführen.

11 Tennisspieler trafen sich auf der Tennisanlage, um in geselliger Runde endlich wieder „Tennisluft“ schnuppern zu können.

Über die ganze Saison hinweg fanden auch wieder Doppelabende statt, die erstmals auf den Donnerstag gelegt wurden. Gegenüber dem Vorjahr konnten wir insgesamt eine höhere



Beteiligung feststellen. Die Doppelpaare bieten ideale Möglichkeiten um spontan, ohne Verabredung, Tennis zu spielen und Leute kennen zu lernen. Für neue Mitglieder ideale Voraussetzungen in die Abteilung „hinein zu riechen“.

Am Tennistraining zwischen Mai und September nahmen 27 Personen, davon 10 Kinder- und Jugendliche, teil.

Wir freuen uns, dass auch in diesem Jahr wieder einige tennisbegeisterte Kinder neu in unsere Abteilung eingetreten sind und am Training teilgenommen haben.

Unser Tennisfrühstück am 14. August war wieder einmal ein überragender Erfolg. 31 Personen konnten wir bei super Wetter auf unserer Tennisanlage begrüßen. Mit Tennisspielen und einem hervorragenden kalt/warmen Frühstücksbuffet verlebten wir mit vielen Gästen einen wirklich schönen Vormittag.

Auch in diesem Jahr konnten wir bis Anfang November die Tennisplätze

nutzen. Am 5. November wurde mit dem letzten gemeinsamen Arbeitseinsatz die Tennisanlage winterfest gemacht.

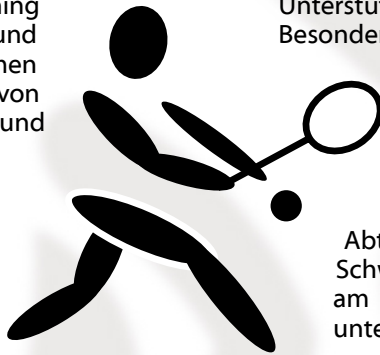
Im Winterhalbjahr beteiligen sich viele Mitglieder an einem Winter- Hallentennis in Jugenheim mit finanzieller Unterstützung der Tennisabteilung. Besonders erfreulich ist, dass wir wieder einmal eine Kindergruppe haben, die alle 14 Tage in Jugenheim trainiert.

Vielen Dank allen freiwilligen Helfern, die unsere Abteilung beim Dienst an den Schwabenheimer Markttagen und am Weihnachtsmarkt tatkräftig unterstützten und repräsentierten.

Ebenso danken wir auch den Mannschaftsführern, die es wieder geschafft haben, eine gelungene Spielrunde zu organisieren und durchzuführen.

Wir wünschen allen Mitgliedern der Tennisabteilung und allen anderen Abteilungen ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest sowie Glück, Gesundheit und sportlichen Erfolg für das kommende Jahr.

Der Vorstand  
der Tennisabteilung



## Abteilung Fußball Bericht der Alten Herren

**die Alten Herren beschließen das Jahr mit 2 Highlights.**

Die **Halloween Ü30 Party** liegt schon ein paar Tage zurück, doch nicht nur die Besucher sondern auch die Alten Herren erinnern sich gerne an diese tolle Fete zurück.

Alle kamen und halfen die Olbornhalle zu dekorieren und zu schmücken, ebenso halfen sie Abends bei der Veranstaltung im Ausschank oder dort wo jemand gebraucht wurde.

Selbst Freunde der AH sprangen mit ein und halfen mit, damit die Party über die Ortsgrenzen hinaus sehr positiv in Erinnerung bleibt.

**Besonderen Dank geht an das Team, Klaus, Thomas, Uwe und Uli, für ihre hervorragende Organisation.**

### Weihnachtsmarkt

Die Fußballabteilung bekam dieses Jahr den Bratwurststand zugeteilt.

Der Vorstand übernahm die Organisation, die Aktiven waren Samstags im Einsatz, und Sonntags übernahmen dann die Alten Herren das Braten und Frittieren.

Ein toller Event der hier von der Fußballabteilung souverän durchgeführt wurde. Vielen Dank an alle Mitstreiter, aber





einen muss ich doch hervorheben. Ob in der Organisation, Pommes frittieren oder das Zepter an der Kasse schwingen, Zick deinem

### **Einsatz gebührt größtes Lob. Es hat allen viel Spaß gemacht.**

Die AH trainiert ganz normal weiter, bis dann im März 2012 die ersten Spiele wieder auf dem Plan stehen.

Im Namen der Alten Herren möchte ich mich bei unseren Freunden und Gönnern für die tolle Unterstützung im abgelaufenen Jahr bedanken.

Mit sportlichen Grüßen  
Markus Pfeiffer

### **Vorstand der Fußballabteilung**

Der Vorstand der Fußballabteilung möchte sich bei allen Trainern und Betreuern im aktiven sowie im Jugendbereich für ihren tollen Einsatz bedanken. Nicht vergessen möchten wir natürlich die vielen Eltern die Woche für Woche ihre Kinder zu den Spielen begleiten.

### **In Allen wünschen wir ein paar ruhige erholsame Feiertage, und ein gesundes und glückliches Neues Jahr.**

**Wir freuen uns sie Alle in 2012 wieder auf unserem Sportplatz zu sehen.**

Stefan Schmid  
Markus Pfeiffer



## Nikolausfeier für Kinder



Auch in diesem Jahr fand wieder eine abteilungsübergreifende Nikolausfeier für die Kinder in unserem Verein statt. Pünktlich um 10:00 Uhr morgens trafen sich die fleissigen Helfer, um das Projektteam (Ellen Ohl-Laurinec, Silvia Steiner, Silvia Schmidt, Mathilde Kowarik und Marco Neuberger) beim Schmücken und Dekorieren der Olbornhalle sowie des Nebenraumes zu unterstützen.

Am Nachmittag füllte die Halle sich dann mit vielen kleinen und großen Besuchern. Nach der Begrüßung und dem Dank an die Gönner durch die stellvertretende Vorsitzende Ellen Ohl-Laurinec konnten sich alle Anwesenden mit Kaffee und Kuchen sowie alkoholfreien Getränken stärken bevor ein buntes Unterhaltungsprogramm begann.

Den Anfang machte die Jazztanzgruppe "Dance Delight" (Leitung Gabriele Langer) gefolgt von der Fussball F-Jugend unter der Leitung von Bernd Habich, der an diesem Samstag von Wolfgang Haller unterstützt wurde.

Beide Gruppen bekamen großen Applaus und die jungen Damen von "Dance Delight" durften die Bühne erst nach einer Zugabe verlassen.

Die Abteilung Turnen hatte in diesem Jahr ihre Darbietungen unter das Motto "Zirkus" gestellt. Dieser kam direkt aus seinem spanischen Winterquartier und baute das Zirkuszelt auf der



Silvia Schmidt) tanzend, turnend, Bänder und Tücher jonglierend die Bühne.

Den Abschluß gestalteten die "Mädels", ebenfalls unter der Leitung von Silvia Schmidt, mit einer gekonnten Darbietung auf dem Schwebebalken.

Bühne auf (Eltern-Kind-Gruppe, Leitung Silvia Schmidt). Es folgten die Jungs ab der 3. Klasse, die das Publikum mit einem witzigen Zaubertrick verblüfften (Leitung Ronny Steinbrück).

Danach wirbelten Pferde und Clowns sowie balancierende Ballerinas durch die Manege (Kleinkindergruppe, Übungsleiterin Sabine Gretzler).

### Einfach süß!!!

Wie Zauberinnen durch Hexenschuß geplagte Zauberer heilen können, zeigten die 5 und 6 jährigen Kinder zu passender Musik (Leitung Silvia Schmidt).

Im Anschluß daran eroberten 30 Mädchen, die Fit Kids, (Leitung



Zum endgültigen Abschluß des Programms erfreute der "Purzel-Chor Schwabenheim" (Leitung Trudi Schwalger und Gitte Senger) mit seinen Melodien und mit einem gemeinsamen Lied begrüßte die Kinderschar den Nikolaus, der auf seiner Kutsche - gezogen von Pony "Max" - in der Halle erschien.

Groß war die Freude beim Auspacken der Tüten, die vom Nikolaus und seinen



fleißigen Helfern an die Kleinen verteilt wurden.

So sah man dann auch in diesem Jahr wieder nur strahlende Gesichter, als die Besucher nach der Feier "von Kindern - für Kinder" den Heimweg antraten.

Das Präsidium bedankt sich an dieser Stelle bei Lothar König für die gespen-



deten Äpfel, der Senioren-Damen-Gymnastik-Gruppe für das Packen der Geschenktüten, bei allen anderen Sponsoren sowie bei allen Helferinnen und Helfern, die in irgendeiner Form zu dieser schönen Feier beigetragen haben.

Silvia Schmidt, Abt. Turnen



# Impressum

**Herausgeber:**

Die Redaktion der  
Turn- und Sportgemeinde 1887/1924  
e.V. Schwabenheim  
Mühlstraße 3a  
55270 Schwabenheim

[geschaeftsstelle@tsg-schwabenheim.de](mailto:geschaeftsstelle@tsg-schwabenheim.de)  
[www.tsg-schwabenheim.de](http://www.tsg-schwabenheim.de)

**Satz & Layout:**

Christiane Proll

**Inserate:**

Thomas Proll  
Walter Dauser

**Druck:**

parkbank mediasolutions  
[www.parkbank-media.com](http://www.parkbank-media.com)

**Auflage:**

1250 Exemplare

Der Sportfreund erscheint 3 mal jährlich und kostenlos. Namentlich gezeichnete Beiträge spiegeln nicht die Meinung der Redaktion.

**Internet-Redaktion:**

Thomas Proll  
Christiane Proll  
Joachim Kühn

[www.tsg-schwabenheim.de](http://www.tsg-schwabenheim.de)



## Ihr TEAMSPORTPARTNER in Rheinhessen

# SPORT SERVICE POINT

Bovoloner Allee 4 (Acht Morgen Zentrum)  
55271 **Stadecken-Elsheim**

Tel.: 06136/7623985

Mail: [prosportelsheim@aol.com](mailto:prosportelsheim@aol.com)  
[www.sport-s-point.de](http://www.sport-s-point.de)

**Neue Öffnungszeiten:** Montag - Freitag von 10 - 19 Uhr  
Samstag von 10 - 14 Uhr

 **adidas**

 **NIKE**

 **erima**

**Vertriebspartner**

**MVB**

Mainzer Volksbank eG  
[www.mvb.de](http://www.mvb.de)

**Kontoführung<sup>1</sup>**

**€ 0,00**

**Bargeld an mehr als  
17.000 Geldautomaten  
bundesweit<sup>2</sup>**

**€ 0,00**

# o.K. = ohne Kosten

Die kostenlosen privaten Girokontomodelle der MVB:

## **MVB-o.K.-Konto:**

Ihr privates Girokonto ohne Kontoführungsgebühren

## **MVB-Onlinekonto classic:**

Ihr online oder telefonisch geführtes Girokonto mit zusätzlicher Guthabenverzinsung

1) Voraussetzungen: Regelmäßiger Lohn-, Gehalts- bzw. Renteneingang, Nutzung der Selbstbedienungseinrichtungen, Mitgliedschaft bei der Mainzer Volksbank eG.

2) Kostenlose Bargeldverfügung an allen Geldautomaten inländischer Volks- und Raiffeisenbanken ab einem regelmäßigen, monatlichen Habenumsatz von mind. 1.200 EUR.