

SPORTFREUND

VEREINSNACHRICHTEN



Wir erstellen für Sie kostenfrei Ihre persönliche Finanzanalyse

Ihre Vorteile:

- ✓ Vollständige Übersicht über Ihre finanzielle Situation
- ✓ Überblick über Ihr Vermögen
- ✓ Erkennen von Lücken in der Vorsorge und der Vermögensbildung u.v.m.

Jetzt
Beratungstermin
vereinbaren.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

**Vereinbaren Sie einen Termin mit Ihrem Berater.
Wir beraten Sie gerne.**

Liebe Mitglieder, liebe Schwabenheimer,



am 25. Mai findet die diesjährige Mitgliederversammlung des Vereins statt. Bei dieser Gelegenheit werden auch wieder Ehrungen für verdiente Mitglieder vorgenommen. Es wäre schön, wenn möglichst viele Vereinsmitglieder mit ihrem Besuch der Veranstaltung einen würdigen Rahmen für die Ehrungen bildeten. Darüber hinaus können Sie sich aktuell durch die Berichte des Vorsitzenden und der Abteilungen über das Vereinsgeschehen „aus erster Hand“ informieren lassen.

Die Tagesordnung wird wie üblich rechtzeitig auf unserer Webseite und im Amtsblatt der VG Gau-Algesheim veröffentlicht. Eine persönliche Einladung zur Versammlung findet nicht statt.

Wenn Sie diese Ausgabe der Vereinszeitschrift in der Hand halten, ist hoffentlich der Frühling auch wettermäßig und nicht nur kalendarisch eingeehrt.

Für die Freiluftsportler wohl der schönere Teil einer Saison. So hoffen wir - insbesondere natürlich die Abteilung Fußball - auf eine baldige Fertigstellung des Kunstrasen-Kleinspielfelds. Witterungsbedingt musste der Baufortschritt am Ende des vergangenen Jahres sprichwörtlich „auf Eis gelegt werden“.

Erfreulicherweise kann der Verein auch in diesem Jahr wieder das Ferienangebot der Gemeinde durch verschiedene Aktionen unterstützen. Vielen Dank schon jetzt all denen, die sich hierfür engagieren.

Allen Sportlern wünsche ich - je nach Abteilung - einen guten Start in die neue Saison bzw. einen erfolgreichen Abschluss der laufenden.

Und unabhängig von der Sportart und der jeweiligen Funktion allen viel Spaß bei den unterschiedlichsten Aktivitäten im Verein.

Mit sportlichen Grüßen
Ihr/ Euer
Joachim Kühn
1. Vorsitzender

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Inhaltsverzeichnis	4
Inserentenverzeichnis	4
Kontakte	5
Landesmeisterschaft Bogensport.	6
Beitrag Jugendfußball	8
Bericht der Aktiven	10
Abteilung KEGELN	14
Neues von den Reitern.	15
Abteilung Turnen „Beckenbodentraining“	19
Bericht der TT-Abteilung.	20
Angebot der Turnabteilung: Erwachsene	22
Angebot der Turnabteilung: Kinder & Jugendliche	26
Impressum.	31

Inserentenverzeichnis

VR Bank.	2	Fries	17	Fußballschule	28
Bäder	7	Babor Institut	18	AXA.	30
Kolmar.	7	König.	20	SportServicePoint	31
Brill	7	Höhne	21	Sparkasse	32
Eckhard	9	Margaretenhof	24		
Schlieder	11	Lemm Sports	25		
Doll	12	Lickhardt	26		
Freund.	16	Renth	27		

Kontakte

Bogensport
 Silvia Steiner
 Neugasse 5a
 Stackeden Elsheim
 Tel. 06130-6443
bogensport@tsg-schwabenheim.de



Tennis
 Thomas Willkomm
 Ch.-Musigny-Str. 6
 Schwabenheim
 Tel. 06130-8143
tennis@tsg-schwabenheim.de



Fußball
 Oliver Eckhard

 Schwabenheim
 Tel. 0157-87414705
fussball@tsg-schwabenheim.de



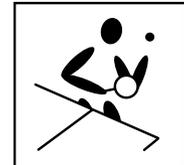
Turnen
 Silvia Schmidt
 Tassilostr. 16
 Ingelheim
 Tel. 06130-2154170
turnen@tsg-schwabenheim.de



Kegeln
 Frank Weitzel
 Selztalstraße 26
 Schwabenheim
 Tel. 0170-3832549
kegeln@tsg-schwabenheim.de



Tischtennis
 Uwe Klingspohn
 Raiffeisenstraße 50
 Ingelheim
 Tel. 06132-75900
tischtennis@tsg-schwabenheim.de



Reiten
 Jutta Klüpfel
 Grundstraße 11
 Schwabenheim
 0157-71971616
reiten@tsg-schwabenheim.de



Volleyball
 Ralph Seuwen
 Schulstraße 46
 Schwabenheim
 06130/6911
volleyball@tsg-schwabenheim.de



Landesmeisterschaft Bogensport



Die Landesmeisterschaft Hallenrunde wurde am 14. Januar 2018 in Worms ausgetragen.

Folgende Platzierungen wurden von den Bogenschützen der TSG-Schwabenheim erreicht:

Damen Ü40 Recurve:

1. Platz Alexandra Kapogianni-Beth
2. Platz Silvia Steiner

Herren Ü55 Recurve:

1. Platz Thomas Zöbel
2. Platz Reiner Nostadt

In der Mannschaftswertung, mit den Schützen, Thomas Zöbel, Reiner Nostadt und Alexandra Kapogianni-Beth, wurde der 2. Platz gesichert.

Beim Rundenkampf in der Pfalzliga Rhein Nahe Recurve Halle 2017/18 konnten die Bogenschützen der Mannschaft TSG Schwabenheim einen hervorragenden 4. Platz in der Gesamtwertung erreichen.

Geschossen wurden 4 Wettkämpfe in der Halle, auf eine Entfernung von 18 m.

Folgende Schützen waren für die Rundenkämpfe gemeldet:

Silvia Steiner, Alexandra Kapogianni-Beth, Reiner Nostadt, Lorenz Stritter, Moritz Stritter und Thomas Zöbel.

Schreinerei Bäder

GmbH & Co.KG

Innenausbau
Bühnenbau - Film TV

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



**Meisterbetrieb**
Brill Haustechnik

Sanitär - Heizung - Wartung - Kundendienst
Beratung - Planung - Ausführung

Bernd Brill Gärtnerstraße 9 55270 Schwabenheim

Tel: 06130/7905

Mobil: 0160/99156601

E-Mail: brillhaustechnik@t-online.de

Beitrag Jugendfußball

Der Frühling kommt, die Winterpause ist passé und alle unsere gemeldeten Mannschaften trainieren bereits seit Januar wieder, um sich auf die anstehende Rückrunde vorzubereiten.

Seit Anfang März sind nun auch alle Teams wieder in den laufenden Spielbetrieb der Rückrunde eingestiegen. Für die verbleibenden Spiele in der Rückrunde wünsche ich all unseren Mannschaften, Spielern und Trainern viel Spaß und natürlich auch Erfolg auf den Sportplätzen in Schwabenheim und in der Umgebung.

Bereits jetzt laufen die Gespräche und Vorbereitungen für die neue Saison 2018/2019. Wir sind sehr froh darüber,

dass wir für die kommende Saison wieder alle Mannschaften von der G- bis zur A-Jugend melden können und damit ca. 100 Kinder und Jugendliche bei der TSG Schwabenheim bzw. für den Bereich der C- bis A-Jugend in der Spielgemeinschaft Selztaljugend SES ihrem Hobby Fußball nachgehen können. Dazu konnten wir schon einige neue Trainer gewinnen und mit weiteren aktuellen und neuen Trainern sind wir im Gespräch.

Darüber hinaus suchen wir trotzdem noch qualifizierte Jugendtrainer und auch solche, die es vielleicht noch nicht sind, aber die Spaß daran haben mit Kindern zu arbeiten und den Spaß am Fußball vermitteln möchten.



MAY *Inh. J. Weindorf*

**HEIZUNGSBAU, SOLARTECHNIK
GAS-, WASSERINSTALLATIONEN**

Bahnhofstraße 89 · 55218 Ingelheim
Tel.: 06132/2153 · Fax: 06132/76396
Homepage: www.may-heizung.de
E-mail: info@may-heizung.de



Hierbei übernimmt der Verein sehr gerne die Kosten für Qualifizierungen, wenn dies gewünscht ist.

Anfang des Jahres hat sich Oliver Lüdgen aus der Arbeit des Jugendbereichs leider zurückgezogen.

Wir danken Ihm sehr für seine erbrachten Leistungen und sein Engagement für die TSG Schwabenheim und wünschen ihm alles Gute und viel Spaß und Erfolg bei seiner neuen Herausforderung als Trainer der D-Junioren beim FSV Nieder-Olm.

Der vom Vorstand abgeschlossene Ausrüstervertrag lässt uns zukünftig von günstigen Konditionen beim Einkauf von Sportartikeln sowie Sportbekleidung profitieren. Dabei

steht insbesondere auch die Einheitlichkeit des Auftritts vom Jugendbereich über die Aktiven bis zu den Alten Herren im Vordergrund, aber auch die Möglichkeit die Mitglieder an den günstigen Konditionen teilhaben zu lassen.

Für weitere Informationen stehen der Vorstand und die Trainer gerne zur Verfügung.

In diesem Frühjahr erfolgt aller Voraussicht nach die Fertigstellung des Kleinspielfeldes. Dafür sind wir sehr dankbar.

Für den Jugendbereich der Abteilung Fußball

Mit sportlichen Grüßen
Josip Šari□

ECKHARD

Arno und Thomas Eckhard GBR

SANITÄR

HEIZUNG

SPENGLEREI

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

Bericht der Aktiven

Auch in diesem Jahr wird an der Selz wieder Fußball gespielt. Die Vorbereitung für die Aktiven der TSG-Schwabenheim startete am 21. Januar und die Kicker der Schwabenheimer kamen zur straffen Vorbereitung von Trainer Rainer Jera.

Es wurde 2-3-mal die Woche auf dem Platz trainiert, 2-mal wurde das Fitnessstudio besucht, was einige Jungs am nächsten Tag stark bereuten. Aufgrund der Wetterlage wurde sogar einmal in der eigenen Sporthalle trainiert, hier jedoch mehr im Bereich Fitness als klassische Ballschule. 3 Vorbereitungsspiele wurden geplant, alle davon auf heimischem Platz. Das erste Testspiel bestritten wir gegen die TV 1817 Mainz, welches ein kleines Torspektakel war. Am Ende trennte man sich 5:5. Als zweiter Gegner kam die SG Niederems/Esch aus dem Rheingau-Taunus-Kreis zu uns, gegen die wir 6:1 gewinnen konnten.

Nun zu einer sehr traurigen Nachricht:

Das letzten Testspiel gegen die FSV Alemannia Laubenheim musste nach 26 Minuten abgebrochen werden, da sich Pascal Marx wieder das Kreuzband gerissen hat. Pascal hatte sich bereits sein Kreuzband im letzten Pflichtspiel vor der Winterpause der Saison 2016/17 gerissen. Nach langer Reha und viel Arbeit hat „Richi“ sich wieder in den Kader der ersten Mannschaft trainiert und dort viel und gute Leistung

gezeigt. Darum ist seine erneute Verletzung umso bedauerlicher. Auch der Trainer bedauert dies sehr, nicht nur fußballerisch, sondern vor allem auch menschlich. Nochmals die besten Grüße und gute Besserung an Pascal im Namen des gesamten Vorstands und allen Aktiven der TSG-Schwabenheim.

Nachdem die Rückrunde wieder mit 3 Spielen vor der Winterpause starten sollte, spielte das Wetter diesmal eine entscheidende Rolle. Das erste Spiel gegen die SG Sponsheim/Dromersheim/Dietersheim konnte noch im November stattfinden, hier trennten sich die Mannschaften mit 1:1, unsere Zweite konnte das Spiel gegen die zweite Mannschaft der SG mit 5:2 für sich entscheiden. Die Spiele gegen Viertäler und gegen Finthen 2 konnten nicht stattfinden, da jeweils an den Sonntagen gefühlte 20cm Neuschnee gefallen sind. Somit war das Fußballjahr 2017 beendet.

Nach der Vorbereitung durfte die 2te Mannschaft um Andreas Bogun das erste Mal um Punkte spielen. Zu Gast war die TSG Sprendlingen II am 25. Februar. Ohne die gewohnte Souveränität konnte man die Punkte trotzdem in Schwabenheim behalten, das Spiel selbst gewann man mit 4:2. Weiter ging es für die Zweite gegen die SG Gensingen/Grolsheim 2, hier waren die Jungs wieder weit überlegen und fuhren einen 5:1

Heimsieg ein. Danach kam der große Brocken. Der Tabellenführer, in Namen SG Bingerbrück/Weiler 2, war zu Gast. Ein stark umkämpfter aber nie gefährdeter Sieg wurde hier unter Dach und Fach gebracht. Der 2:1 Heimsieg katapultierte die Mannschaft an die Tabellenspitze, wo sie sich auch aktuell immer noch befindet. Vielleicht könnte man dieses Jahr noch großes schaffen.

Für die erste Mannschaft lief es dafür weniger gut. Die SG Gensingen/Grolsheim kam mit dem absoluten Siegeswillen nach

Schwabenheim, nachdem sie in der Hinrunde wortwörtlich vorgeführt wurde. Ein Spiel auf Augenhöhe, indem die Schwabenheimer mehr Laufbereitschaft und Fitness zeigten, ging in der letzten Minute verloren.

Nachdem man bereits nach 17 Minuten, 0:2 zurücklag, konnte die Mannschaft mit einer kuragierten Leistung den Ausgleich erzielen. Mit dem einzigen Torschuss der SG in der 2te Halbzeit, konnte Gensingen/Grolsheim das Spiel dann jedoch 2:3 für sich entschieden. Ein großer Dämpfer für die Jungs und den Trainer.

ELEKTROANLAGEN

BLITZSCHUTZ- ANLAGEN

ELEKTROGERÄTE

KUNDENDIENST

BRANDSCHUTZ



Thomas Schlieder

ELEKTROMEISTER

SCHULSTRASSE 9

55270 SCHWABENHEIM/SELZ

Tel.: 06130 / 257

Fax: 06130 / 949658

Mobile: 0171 / 5228717

Email: thomasschlieder@t-online.de

Am darauffolgenden Sonntag kam der Tabellenführer aus Bingerbrück.

Trainer Rainer Jera hat gut trainieren lassen, jedoch hatten auch in diesem Spiel die Gäste das Quäntchen mehr an Glück. 2:0 mussten sich die Schwabenheimer geschlagen geben, obwohl man die bessere Mannschaft war. Was nun? Die Moral war am Boden und als nächsten empfing man im Flutlichtspiel an einem Mittwoch die 2te Mannschaft der VfL Fontana Finthen, die sich in der Tabelle immer weiter nach oben arbeitete. Wie soll es auch anders sein, dieses Spiel ging verloren.

Zur Pause stand es noch 0:0 und es war ein Spiel auf Augenhöhe. Leider konnte sich am Ende der Gast mit 4:1 durchsetzen. Jetzt heißt es „Schnut

abbutze un weidermache“. Es kann immer noch eine erfolgreiche erste Saison von Rainer Jera werden, welche ja immer die schwerste ist.

Neben dem Platz ist auch etwas passiert. Die Aktiven haben Schals und Mützen herstellen lassen. Viele konnten diese schon an Spielern und einigen Fans begutachten. Die Schals und Mützen kosten nicht viel, gerade mal die Herstellungskosten. Wer diese sehen und auch kaufen möchte, sie werden bei den Heimspiel angeboten. Bei Interesse einfach Fragen.

Zum Schluss wünscht die Abteilung weiterhin alles Gute und sportlichen Erfolg an alle Mitglieder und die, die es werden möchten.

Julian Wahl

...gut beraten!

Bäckerei
Konditorei

Doll

Backhausstraße 6
55270 Schwabenheim
Telefon 06130/368

Trainingszeiten TSG Schwabenheim – Abteilung Fußball

Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit	Ort
Alte Herren	Mittwoch	19:30 – 21:00 Uhr	Schwabenheim
	Dienstag	19:15 – 21:00 Uhr	Schwabenheim
Herren	Donnerstag	19:15 – 21:00 Uhr	Schwabenheim
	Montag	18:00 – 20:00 Uhr	Schwabenheim
B-Jugend	Donnerstag	17:30 – 19:15 Uhr	Stadecken-Elsheim
	Dienstag	17:30 – 19:15 Uhr	Stadecken-Elsheim
C-Jugend	Donnerstag	17:00 – 19:00 Uhr	Schwabenheim
	Montag	18:00 – 19:30 Uhr	Schwabenheim
D-Jugend	Mittwoch	17:30 – 19:00 Uhr	Schwabenheim
	Dienstag	17:30 – 19:00 Uhr	Schwabenheim
E-Jugend	Freitag	17:30 – 19:00 Uhr	Schwabenheim
	Dienstag (F1)	17:30 – 19:00 Uhr	Schwabenheim
F-Jugend	Mittwoch (F2)*	17:00 – 18:30 Uhr	Schwabenheim
	Freitag	17:30 – 19:00 Uhr	Schwabenheim
G-Jugend	Mittwoch	16:00 – 17:30 Uhr	Schwabenheim
	Freitag	16:00 – 17:30 Uhr	Schwabenheim

*) Optional.

Abteilung KEGELN

Die Spielzeit ist zum Redaktionsschluss fast beendet. Nur noch 1 Spieltag fehlt in der Gesamtabrechnung, d.h. die Platzierungen sind nahezu fix:

Rheinland-Pfalz-Liga Damen / gemischt - 120 Kugeln

Tabellenplatz 3 mit 19:07 Punkten

Die Damen behaupten sich in der starken Liga sehr gut, hier spielen reine Damenmannschaften, aber auch gemischte Mannschaften, daher ist der 3. Platz ein gutes Ergebnis.

Rheinhausenliga/gemischt - 120 Kugeln

Tabellenplatz 6 mit 19:15 Punkten

Nach dem Meistertitel im letzten Jahr gestaltet sich diese Saison deutlich schwieriger. Nach anfänglichen zahlreichen guten Ergebnissen und Siegen

wurden in den letzten Wochen diverse Begegnungen -teilweise jedoch sehr knapp- verloren. Insgesamt werden wir daher die eigene Zielsetzung „unter den ersten drei“ nicht erreichen.

Die Ergebnisse nach 5 Spieltagen Landesjugendrunde sind sehr positiv, unsere Jugend ist erfolgreich und wir bilden mit unserem kleinen Verein mittlerweile eine vergleichsweise große Gruppe. **Vielen Dank an dieser Stelle für die sehr gute nachhaltige Jugendarbeit von Birgit Nessler.**

Nach einer kurzen Sommerpause werden wir im August wieder in die Vorbereitungen zur neuen Saison einsteigen. Interessierte „Neu-Kegler und Keglerinnen“ sind gerne am Trainingsabend mittwochs willkommen.

Gut Holz, Frank Weitzel

Neues von den Reitern

Ab dem Herbst und den damit beginnenden kürzeren Tagen wird es bei den Reitern traditionell etwas ruhiger. Schließlich verbringen wir den überwiegenden Teil der Arbeit mit den Tieren draußen und müssen uns daher dem Lauf der Natur anpassen.

Mal abgesehen davon, dass der Winter es dieses Jahr nicht so gut mit uns gemeint hat und uns statt Frost und Schnee lieber viel Regen und damit unglaublich viel Matsch rund um den Stall geschickt hat, sind wir nun froh, dass die Tage wieder länger werden. Die ersten Frühlingstage werden nun genutzt, alles wieder in Stand zu setzen und auf die Weidesaison vorzubereiten.

Reitplatz

Mitte März dieses Jahres fand bereits der erste Arbeitseinsatz der aktiven Reiter auf dem Reitplatz statt: der Zaun wurde repariert und z.T. erneuert, der Bewuchs an der langen Seite des Turnierplatzes stark zurückgeschnitten und diverse Aufräumarbeiten durchgeführt.

Die wichtigste Neuerung haben wir allerdings unserer Abteilungsleiterin Jutta zu verdanken: durch ihr großartiges Engagement können wir nun (zumindest auf einer Hälfte bzw. in der Größenordnung eines Zirkels) auch abends bei Beleuchtung mittels Autobatterie reiten. Somit



sind wir nicht mehr ganz so abhängig vom Tageslicht – gerade für die Berufstätigen unter uns ein enormer Gewinn. Weiteres Ziel wird sein, die Beleuchtung Zug um Zug auszubauen und irgendwann den kompletten Platz ausreichend zu beleuchten. Wir werden zwar nicht an das Flutlicht der Fußballer herankommen, aber dies bedeutet für uns dennoch eine enorme Steigerung dahingehend, dass der Platz öfter genutzt werden kann.

Ferienprogramm und Kinderreiten

Fast schon traditionell werden wir Reiter uns wieder am Ferienprogramm der Gemeinde Schwabenheim beteiligen und am 23. Juli 2018 einen Tag zum Thema „rund ums Pferd“ für die daheimgebliebenen Kinder auf dem Bubenheimer Pferdehof bei Kerstin anbieten.

Bitte beachten Sie dazu auch den Flyer, der in der Schule und im Kindergarten verteilt wird. Die Anmeldeformalitäten sind dort genannt.

In den vergangenen Jahren war die Nachfrage immer recht hoch, so dass nicht immer alle Kinder berücksichtigt werden konnten (die Anzahl der Kinder richtet sich unter anderem ja auch danach, wie viele Pferde und Ponys uns zur Verfügung stehen). Eine schnelle Anmeldung lohnt sich daher immer!

Auch das beliebte Kinderreiten werden wir in diesem Jahr wieder durchführen. Genaue Termine werden wir noch über Aushänge bekannt geben.

Vermutlich wird wieder das Kerbe- wochenende im September ein Termin für diese Veranstaltung sein.

Instandhaltung Komplett

CareMax CM2, SportChamp SC2 und TurfKing TK1502
für die dauerhafte Werthaltigkeit von Kunststoffrasen
und synthetischen Sportbelägen.





Freund
Landmaschinen GmbH & Co. KG
Landmaschinen, Metallbaufertigung
KRAFTFAHRZEUGE, KLEINBAUWAFFEN - DIE FREUNDGRUPPE
10000 NAPPENHEIM 1 | P O B. 11 34-1 | 50809 FREUND-SCHWENEN



**Internationales Festhallenturnier
in Frankfurt**

Für unser aktives Mitglied Theresa bot sich im Dezember die Möglichkeit, im Rahmen des internationalen Festhallenturniers in Frankfurt an einem Haflinger-Schauprogramm teilzunehmen. Zusammen mit insgesamt 20 Pferden, 18 Reitern, 2 Kutschen sowie 17 Mitwirkenden zu Fuß wurde das Schaubild „Schneewittchen und die 14 Zwerge“ dargeboten. Mit extra eingesungener Musik wurde Schneewittchen vom Jäger gejagt,

mit dem Apfel von der bösen Königin verführt und den Zwergen beschützt, bis schließlich der schöne Prinz kam und sie gerettet hat. Das Programm wurde sowohl von der Jury als auch den Zuschauern so gut bewertet, dass einmal der 2. und einmal der 3. Platz dabei herausprang. Eine tolle Werbung für den Pferdesport allgemein und besonders für die Rasse Haflinger. Darüber hinaus war es für alle, die die Atmosphäre in der Festhalle genießen konnten, ein unvergesslicher Abend.

Dorit Schneider



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

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



BABOR
INSTITUT
BIRGIT ECKHARD

Wackernheimer Str. 14
55270 Schwabenheim

Telefon 06130-1001
kontakt@villa-vita-kosmetik.de
www.villa-vita-kosmetik.de



WISSENSCHAFT

PRÄZISION

WIRKUNG

MADE IN GERMANY



Kosmetik erleben ...

Erfahren Sie im
Online-Shop mehr
über Produktserien,
Anwendungsgebiete
und Behandlungen.



Abteilung Turnen „Beckenbodentraining“

Seit Oktober 2006 bieten wir einen Vormittag- und einen Abendkurs „Beckenbodentraining“ an:

Dienstag: 10:15 – 11:30 Uhr

Donnerstag: 17:15-18:30 Uhr

Der Beckenboden ist wohl der am meisten unterschätzte und am wenigsten beachtete Muskelbereich!

Die Beckenbodenmuskulatur dient dem Halt der inneren Organe, unterstützt die Wirbelsäule und verschließt den Bauchraum nach unten. Sie hält die Öffnungen von Harnröhre, Scheide und Enddarm geschlossen und in Position.

Außerdem ist die Beckenbodenmuskulatur maßgeblich für eine gute Haltung und den aufrechten Gang. Ganz nebenbei formt der Beckenboden den Körper, gibt ihm seine straffen Konturen, entlastet die Beine sowie die Hüftgelenke und verschafft ein Gefühl von innerem Halt.

Kursinhalte sind:

- Entlastung für Becken- und Beinvenen
- Training zur Kräftigung, auch der Hilfsmuskulatur: Bauch, Gesäß, Adduktoren, unterer Rücken und Hüfte
- Übungen um beckenschonendes Verhalten im Alltag zu integrieren
- Entspannungsübungen

Diese Präventionskurse sind sowohl für Frauen geeignet, die vorbeugend trainieren möchten, um die Funktionsfähigkeit zu erhalten oder auch für diejenigen, die schon unter Schwächen (z.B. Blase) mit den dazugehörigen Begleiterscheinungen leiden-wie nach einer Schwangerschaft oder einem operativen Eingriff.

Quereinsteigerinnen sind herzlich willkommen!

Silvia Schmidt

Bericht der TT-Abteilung

Die Punktspielsaison ist beendet - zum Redaktionsschluss waren bis auf ein Spiel alle Mannschaften mit ihren Punktspielen fertig.

In dieser Saison wird es in allen Klassen einen vermehrten Abstieg geben, da die Klassenstärken reduziert werden sollen. So werden es in der Verbandsliga, in die die erste Mannschaft im letzten Jahr aufgestiegen war, drei Absteiger geben; in der Kreisliga mit unserer Zweiten, der Kreisklasse A mit der Dritten und der Kreisklasse C mit der Vierten werden sogar jeweils vier Mannschaften absteigen müssen.

Wie schon im letzten Sportfreund berichtet, hat der ersten Mannschaft als Aufsteiger vielleicht etwas Routine gefehlt und so wurden manche Spiele knapp verloren. Im Resultat steht die Erste nun leider auf dem drittletzten Platz - in einer normalen Saison hätte das für den Klassenerhalt gereicht, diesmal wegen dem verstärkten

Abstieg wohl nicht. Trotzdem haben sich unsere überwiegend sehr jungen Spieler hervorragend geschlagen.

Die Zweite hatte von Anfang an weder mit dem Aufstieg noch mit dem Abstieg zu tun und belegt am Ende einen guten fünften Platz. Bei der Dritten war es bis drei Wochen vor Saisonende noch spannend - ein Abstieg wäre möglich gewesen, alle Mannschaften im Bereich der Abstiegsplätze lagen dicht zusammen.

Damit wäre das erklärte Saisonziel Nichtabstieg verfehlt worden. Zwei Siege gegen die zugegebenermaßen ersatz-geschwächten Tabellenführer und Drittplatzierten haben dann aber den Klassenerhalt sichergestellt.

Unsere Vierte hatte schwer zu kämpfen in einer starken Kreisklasse C. Sie haben den viertletzten Tabellenplatz belegt mit großem Abstand zu einem Nichtabstiegsplatz und müssen nun - wenn keine anderen Mannschaften



zurückziehen – in der nächsten Saison in der Kreisklasse D1 spielen.

Im Nachwuchsbereich sind wir in der Jugend-Kreisliga angetreten, und obwohl einige Spieler noch zu den Schülern zählen, konnte am Ende der zweite Platz errungen werden. Wir hoffen, dass die Entwicklung gut weitergeht.

Vor kurzem haben wir in der Olbornhalle unsere Vereinsmeisterschaft der Spielgemeinschaft ausgetragen. Nach spannenden Spielen ergab sich eine Punkte- und Satzgleichheit auf den ersten beiden Plätzen. Hier

hat sich Jakob Schwarz durch den direkten Vergleich gegen Ralf Ulmer durchgesetzt.

Jakob Schwarz und Nico Löhlein hatten sich durch vorgelagerte Turniere den Weg bis zum Qualifikationsturnier zur Deutschen Meisterschaft erspielt. Hier wurde Jakob bei den Jugendlichen Neunter; Nico hat bei den Schülern ebenfalls den neunten Platz belegt.

Allen Freunden und Helfern danke ich für ihre Unterstützung und allen Sportkameraden und ihren Familien wünsche ich eine schöne Sommerzeit!

Uwe Klingspohn

Physiotherapie & Feldenkrais

Rainer Höhne

Raiffeisenstraße 15
55270 Schwabenheim
Telefon 06130 6728



Hier sind Sie in
guten Händen!

schauen Sie auch
unter:
www.derLebensraum.de

Angebot der Turnabteilung: Erwachsene

Zeit	Wo	Art
Mo 16.30-17:45	Nebenraum	Frauenfitness
Mo 18:00-19:00	Nebenraum	Yoga "Kurs"*
Mo 19:00-20:00	Halle	Frauenfitness
Mo 20:00-21:30	Halle	Frauenfitness
Di 9:00-10:00	Nebenraum	Frauenfitness
Di 10:15-11:30	Nebenraum	Beckenboden- Gymnastik "Kurs"*
Di 17:15-18:15	Nebenraum	Yoga-Pilates "Kurs"*
Di 17:30-18:30	Halle	Rückenfitness für Sie/Ihn "Kurs"*
Di 20:00-21:30	Bühne	Dance
Mi 8:30-10:00	Nebenraum	Wirbelsäulen- Gymnastik "Kurs 1"*
Mi 10:15-11:45	Nebenraum	Wirbelsäulen- Gymnastik "Kurs 2"*
Mi 16:00-17:00	Nebenraum	Senioren-Gymnastik
Mi 17:00-18:00	Treffpunkt Halle	Nordic Walking Treff
Mi 18:00-19:00	Treffpunkt Halle	Nordic Walking Einsteigerkurs
Mi 17:30-18:45	Nebenraum	Rückenfitness Plus 50 "Kurs"*
Do 9:00-10:00	Nebenraum	Pilates "Kurs"*
Do 10:15-11:15	Nebenraum	Pilates "Kurs"*
Do 17:15-18:30	Nebenraum	Beckenboden- Gymnastik "Kurs"*
Fr 18:00-19:00	Nebenraum	Step-Aerobic

*Anmeldung erforderlich, Kursdaten auf Anfrage!

ÜbungsleiterIn	Telefon
Ursula Poetting	919798
Gabriele Langer	919450
Gabriele Langer	919450
Gabriele Langer	919450
Ursula Poetting	919798
Silvia Schmidt	2154170
Gabriele Langer	919450
Silvia Schmidt	2154170
Dennis Weingärtner	0176/35671983
Silvia Schmidt	2154170
Silvia Schmidt	2154170
Silvia Schmidt	2154170
Karl Dörsam	919486
Karl Dörsam	919486
Silvia Schmidt	2154170
Gabriele Langer	919450
Gabriele Langer	919450
Silvia Schmidt	2154170
Ursula Poetting	919798

Alpegboot
Erwachsenene



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

Lemm Sports

teamsportoutlet24.de

Alles aus einer Hand.



Lemm Sports

Textildruck

erima 
SPORTSWEAR SINCE 1900

Lemm-Pacher Sports GbR | Artur Lemm und Sebastian Pacher
Kupferstraße 1 | Industriegebiet Hasengrund | 65428 Rüsselsheim

Tel. 06142 . 798 89 58 | Fax. 06142 . 798 89 57

info@legea-lemm-sports.de | www.legea-lemm-sports.de

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10.⁰⁰ Uhr bis 18.³⁰ Uhr | Sa. 10.⁰⁰ Uhr bis 14.⁰⁰ Uhr

Angebot der Turnabteilung: Kinder & Jugendliche

Zeit	Wo	Art
Mo 14:30-16:00	Halle	Förderturnen Mädchen "Kurs"*
Mo 16:15-17:30	Halle	Kinderturnen 3-4 Jährige I
Mo 17:30-18:30	Halle	Mädchen ab 7. Klasse
Di 14:30-16:00	Halle	Kinderturnen 5-6 Jährige
Di 16:15-17:30	Halle	Kinderturnen 3-4 Jährige II
Di 18:30-21:00	Nebenraum	Jasstraining
Mi 15:00-16:00	Halle	Spiel dich fit - ab Grundschulalter
Do 14:30-16:00	Halle	FitKids Jungen + Mädchen 1.-2. Klasse
Do 16:00-17:00	Halle	Eltern-Kind-Turnen
Fr 16:00-18:00	Halle	Mädchenturnen 3.-6. Klasse

*Anmeldung erforderlich, Kursdaten auf Anfrage!

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



ÜbungsleiterIn	Telefon
Silvia Schmidt	2154170
Johanna Becker	0157-77032269
Silvia Schmidt	2154170

Angebot
Kinder



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



neutral

Fußballschule Schwabenheim

Technikorientiertes Jugendtraining



ganzjährig

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

Hey Kids!
Wollt Ihr dribbeln?
Viele Tore schießen?
Eure Gegenspieler austricksen?



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



Nicht vergessen:

Mitgliederversammlung

am 25. Mai um 19 Uhr

im Nebenraum

der Olbornhalle!"



Sie brauchen finanziellen Schutz und Hilfeleistungen, denn Ihr aktives Leben birgt auch Risiken.

Mit der **Risiko-Unfallversicherung** von AXA sind Sie weltweit und rund um die Uhr vor den finanziellen Folgen von Unfällen geschützt. Zudem profitieren Sie von umfangreichen Hilfeleistungen wie dem Reha-Management. Es unterstützt Sie nach schweren Unfällen dabei, schnellstmöglich in den Alltag zurückzufinden.

**Sichern Sie sich leistungsstarken Schutz!
Wir beraten Sie gerne.**



AXA Generalvertretung **Rolletter oHG**
Inh. Cornelius/Kühn/May
Schubertstr. 16, 55270 Schwabenheim
Tel.: 06130 944264
Fax: 06130 944266
lars.kuehn@axa.de



Impressum

Herausgeber:

Die Redaktion der
Turn- und Sportgemeinde
1887/1924 e.V. Schwabenheim
Marktplatz 1A
55270 Schwabenheim

**geschaeftsstelle@
tsg-schwabenheim.de**

www.tsg-schwabenheim.de

Satz & Layout:

Christiane Proll

Inserate:

Thomas Proll

Druck:

parkbank mediasolutions
www.parkbank-media.com

Auflage:

1000 Exemplare

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

Internet-Redaktion:

Thomas Proll
Christiane Proll
Joachim Kühn

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
www.sport-s-point.de

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

 **adidas**

 **NIKE**

 **erima**

Vertriebspartner



Stolz sein ist einfach.



sparkasse.net

Wenn man im Verein lernt,
gemeinsam an einem
Strang zu ziehen. Auf die
Vereinsförderung der Spar-
kasse kann man sich dabei
verlassen.

 Sparkasse
Rhein-Nahe