



Vereinsnachrichten
Weihnachten

2010

Turn- und Sportgemeinde 1848
Ober-Ingelheim



Mercedes-Benz

H. Wagenhäuser GmbH

**Autorisierter Mercedes-Benz Service
und Vermittlung**

**Heinrich-Wieland-Str. 2
55218 Ingelheim
Tel. (06132) 98 20 00**

Inhaltsverzeichnis

Der Vorstand	3
Mitgliederversammlung 2010	4
Bericht des Vorsitzenden	6
Bericht des Oberturnwartes.	11
Ein Sommermärchen... open Beachen & more...	13
Mehr aus dem Vereinsleben der TuS	17
Wanderfreizeit Oberbayern.	19
Die Einherjer	21
Skispaß mit der TuS - immer ein Genuss	23
Sportakrobatik	27
Karate	29
Jonglage.	30
Herzsport	31
Spaßolympiade rund um die Burgkirche	33
Purzelolympiade 2010.	34
Fechtabteilung im stetigen Wachstum.	35
Gymnastik am Morgen	37
Bodystyling	39
Rückenfit am Mittwoch	41
Funktionsgymnastik	42
Power Step Aerobic	43
Kindertanz	45
SKIN DEEP – „Wir gehen unter die Haut“	47
Rückenfit für Männer	49
Badminton	51
Spitze! Unsere Übungsleiter	51
Ballspielgruppe West	52
Ballspiele Grundschüler.	52

Mädchen- Volleyball.	55
Volleyball-Mixed Jugend (Nachwuchs)	55
Mixed-Volleyball, ein „bewegtes“ Jahr...	58
Volleyball / Spiel / Spaß.	61
Kinder in Bewegung	62
Tischtennisgruppe	63
Bambino - Bubenturnen (5 u. 6 jährige).	65
Bubenturnstunde	67
Gerättturnen für Jungen	68
Bubenturnen 8 – 10 Jahre	69
Mädchenturnen	70
Spiel – Sport – Spaß.	71
Fördergruppe weiblich, 5 – 8 Jahre	72
Gerättturnen weiblich (7 – 10 J.)	75
Fördergruppe Gerättturnen weiblich 14 Jahre und älter	77
Turnerische Mehrkämpfe	79
Todesfälle 2010.	80
Leistungsriegen Gerättturnen männlich	81
Ak 9-14 und Ak 15+	81
Die TuS 1848 Ober-Ingelheim in der	85
1. Kunstturn-Landesliga Hessen	85
Aktiventurnen	87
Denk-Sport-Seite.	88
Runde und halbrunde Geburtstage im Jahre 2010.	89
Veranstaltungen im 1. Quartal in der Vereinshalle	89
Kinderseite	90
Gesammelte Bilder 2010	91
Mitteilungen aus der Geschäftsstelle.	95
Denk-Sport-Lösungen.	96
Impressum	96

Der Vorstand

Amt	Name	Anschrift	Telefon
Vorsitzender	Peter Knopper	Vordergasse 42 Partenheim	06732-964408
2. Vorsitzende	Ada Schäfer	Birkenstraße 5	75594
Oberturnwart	Jochen Körber	Bahnhofstraße 109	75594
Protokollerin	Nadja Graf	Bahnhofstraße 111	790420
Frauenwartin	Andrea Weil	Th.-Fliedner-Str. 41	981856
Zeugwart	Ralf Pitzer	Mühlstraße 61	3468
Jugendwart	Peter Otte	Ebersheimer Weg 33 Mainz	06725.935371
Ressort Leichtathl.	unbesetzt		
Skiwart, komm.	Ute Wenzel	Wilh.-Leuschner-Str.57a	3553
Wanderwart, komm.	Joachim Mucha	Neuweg 21	2089
Spielwart	Mathias Müller- Thies	Heimesgasse 30	719511
Zeugwart	Ralf Pitzer	Mühlstrasse 61	3468
Archivar	Jürgen Berr	Kreuzstraße 49	06130-1367
Pressewartin	Traude Rebmann	Stiegelgasse 64	6223255
Wirtschaftsführerin	Renate Krämer	Neuweg 51	2565
Wirtschaftsführer	Uwe Starke	Mühlstraße 20	75019
1. Beisitzer	Holger Wasem	Edelgasse 3	2220
2. Beisitzer	Sven Reimers	An der Burgkirche 1	41782
3. Beisitzerin	Hilde Hoferichter	Mühlstraße 70	789887
Geschäftsführer	Martin Haas	Bahnhofstraße 68	621510
Rechnungsprüfer	Beate Gläser Friedrich Leonhard	Am Mühlborn 25 Oestricher Straße 20	789846 85627
	Christa Geier	Aufhofstraße 53	1544
Ehrenvorsitzender	Heinrich Maasbroek	Taunusstraße 12	3325
Ehrenvorsitzender	Gerd Rebmann	Stiegelgasse 64	6223255

Mitgliederversammlung 2010

Zur diesjährigen Jahreshauptversammlung der Turn- und Sportgemeinde 1848 Ober-Ingelheim waren die Mitglieder besonders zahlreich erschienen, standen doch einige Vorstandsämter zur Wahl.

Der 1. Vorsitzende, Gerd Rebmann, sowie Oberturnwart Peter Knopper, berichteten vom erfolgreichen Übungsbetrieb 2009 und stetig steigender Mitgliederzahl. Den rund 2.100 Mitgliedern stehen pro Woche 192 Übungsstunden zur Auswahl, welche von 94 Übungsleitern und Helfern auf qualitativ sehr hohem Niveau gestaltet werden. Diesen Vereinsaktiven sowie allen ehrenamtlichen Helfern galt großer Dank. Nicht zuletzt ihnen sind die zahlreichen sportlichen Erfolge, insbesondere im Gerätturnen, zu verdanken. Der Vorsitzende stellte in diesem Zusammenhang deutlich heraus, wie wichtig das Ehrenamt im Vereinsleben der TuS ist. Der Oberturnwart bestätigte dies ebenfalls im Hinblick auf die erneute Ausweitung der Übungsstunden und die Vielzahl an Übungsleitern. Besonderen Dank zollten beide dem Geschäftsführer, Martin Haas, sowie den Mitarbeitern der Geschäftsstelle für die ehrenamtlich zusätzlich geleisteten Stunden und die gute Arbeit übers ganze Jahr.

Nach 20 Jahren wünschte Gerd Rebmann sein Amt als 1. Vorsitzender in jüngere Hände abzugeben. Sein Nachfolger, Peter Knopper, will sein Bestes geben um den Verein erfolgreich weiter zu führen. Für seine langjährigen und über die Maßen anerkannten Verdienste im Verein und darüber hinaus auf Ebene des Turngau Bingen und des Rheinhessischen Turnerbundes wurde Gerd Rebmann eine besondere Ehrung zuteil: der Deutsche Turnerbund verlieh ihm die Friedrich-Ludwig-Jahn-Plakette und die silberne Ehrennadel mit Goldeinfassung. Ute Wenzel, seit 1985 2. Vorsitzende des Vereins, stand aus persönlichen Gründen nicht zur Wiederwahl. Ada Schäfer hatte sich bereit erklärt den Posten zu übernehmen. Ute Wenzel wurde in Anerkennung ihrer langjährigen ehrenamtlichen Verdienste im Verein der Ehrenbrief sowie die Ehrennadel in Silber des Deutschen Turnerbundes überreicht.

Willi Zausch, 2. Beisitzer, kandidierte ebenfalls nicht mehr und wurde von Sven Reimers abgelöst. Dessen bisheriges Amt als 3. Beisitzer wurde von Hilde Hofe-richter übernommen.

Der neue Oberturnwart, Jochen Körber, wird das Ressort Leichtathletik an Christian Fenner übergeben. Andrea Weil übernahm das Amt der Frauenwartin von Jutta Kleemann, die aus familiären Gründen nicht zur Wiederwahl stand. Willi Zausch und Jutta Kleemann erhielten als Dank für ihre langjährige Vorstandsarbeit den Vereinsteller und ein Weinpräsent.

Folgende übrige Vorstandsmitglieder kandidierten wieder und wurden einstimmig gewählt:

Archivar -> Jürgen Berr, Protokollführerin -> Nadja Graf, Spielwart -> Mathias Müller-Thies, 1. Wirtschaftsführer -> Uwe Starke. Als Kassenprüferin stellte sich Beate Gläser zur Wiederwahl. Kommissarisch begleitet Joachim Mucha weiterhin das Amt des Wanderwartes. Die Skiabteilung wird - ebenfalls kommissarisch - von Ute Wenzel geleitet.

Vom alten Vorstand erhielt Ute Wenzel als Dank ein Bild der Vereinshalle mit persönlicher Widmung sowie einen Blumenstrauß.

Gerd Rebmann wurde symbolisch ein Apfelbaum überreicht mit zahlreichen Zetteln auf welche die Mitglieder des Vorstands und des Vereins gute Wünsche, Worte der Anerkennung oder Anekdoten aufgeschrieben hatten.

Er wurde zum Ehrenvorsitzenden ernannt.

Zum Abschluss bedankte sich Familie Friedhelm und Brigitte Borchert für die Überlassung der Vereinshalle zu einer Familienfeier mit der Stiftung einer geschnitzten Holzbüste von Friedrich Ludwig Jahn.

Der neue 1. Vorsitzende, Peter Knopper, beendete die Versammlung mit einem Ausblick auf die kommenden Jahre, in denen weiterhin kontinuierliche Aufbauarbeit geplant ist um ein vielseitiges Übungsangebot zu gewährleisten, in dem Tradition und Trend zu einem harmonischen Ganzen vereint werden.

Nadja Graf



Bericht des Vorsitzenden

Liebe Vereinsmitglieder,

das Turnjahr 2010 begann wie üblich mit einem der Höhepunkte unserer Vereinskultur – dem Januarball, auf dem verschiedene Übungsgruppen ihr Können zeigten, sowie die erfolgreichen Turner und die Jubilare geehrt wurden, bevor man das Tanzbein schwingen konnte.



Die Mitgliederversammlung brachte große Veränderungen mit sich. Gerd Rebmann, der 20 Jahre lang den Verein als Vorsitzender geführt hatte, kandidierte nicht mehr, da er den Vorstand verjüngen wollte. Dem schloss sich auch die 2. Vorsitzende Ute Wenzel an.

Aus diesem Anlass möchte ich den vorbildlichen Einsatz dieser beiden Persönlichkeiten würdigen:

Aus Schönaich in Baden-Württemberg stammend, nahm Gerd im Oktober 1955 seinen Wohnsitz in Ingelheim und wurde sofort ein aktiver Turner der „Ersten Riege“ der

TuS 1848 Ober-Ingelheim. Viele Wettkämpfe im Gerätturnen bestritt er bis Mitte der Sechziger Jahre erfolgreich für den von ihm gewählten Verein. Einige Kreis- und Gau-Meistertitel erreichte er und auch auf Landesebene turnte er an der Spitze mit.

Von 1981 bis 1989 diente er unserer Turn- und Sportgemeinde als Oberturnwart, seit 1990 war er unser 1. Vorsitzender.

Darüber hinaus übte er mehrere Jahre den 1. Vorsitz im Turngau Bingen aus und erfuhr für sein Engagement zahlreiche Auszeichnungen von Turngau, Landesturnverband, Deutschem Turnerbund und der Stadt Ingelheim.

In seine Amtszeit fällt unser Hallenanbau, für den er sich bis an seine körperlichen Grenzen einsetzte, ja regelrecht aufopferte.

Dafür können wir ihm gar nicht genug danken!
Er bleibt als Ehrenvorsitzender weiterhin aktiv.

Ute Wenzel wurde im „Schatten der Burgkirche“ als echtes Ober-Ingelheimer Mädchen geboren und war im Verein in vielen Funktionen aktiv.

Sie betreibt Gymnastik bei den „Dofras“ (Donnerstag-Gymnastikfrauen) und in der Skigymnastikgruppe, deren Mitgründerin sie war und die sie gemeinsam mit Ehemann Werner jahrzehntelang leitete und derzeit noch kommissarisch leitet.

Für beide Gruppen organisierte sie Reisen bzw. Skifreizeiten. Außerdem zeichnete sie für die Helferorganisation des Wirtschaftsbetriebs verantwortlich.

Im Vorstand war sie zunächst Protokollführerin, bevor sie von 1987 bis 2010 das Amt der 2. Vorsitzenden innehatte.

Für ihr großes Engagement für die Gemeinschaft wurde Ute Wenzel vom Turngau, Landesturnverband und Deutschen Turnerbund mehrfach geehrt.

Das Ausscheiden der beiden ist für den Vorstand ein großer Verlust. Glücklicherweise bleiben sie unserem Verein mit Rat und Tat erhalten.

Doch auch der neue Vorstand ist gut aufgestellt um unseren Verein in bewährter Weise zu leiten.

Im Sinne einer „Vereinskultur“ gilt es einerseits Traditionen zu bewahren und andererseits Innovationen zu setzen, wo sie als Ergänzung zum Bild und Programm des Vereins passen.



So wurde 2010 die schon traditionelle Ungarnbegegnung mit Schauturnen in der Vereinsturnhalle in guter Stimmung und mit großer Beteiligung durchgeführt. Die Spaß-Olympiade in den Sommerferien fand unter Leitung von Cilli Kuhlmann regen Anklang und Skin Deep ließ in Perfektion die „Burg beben“. Die Purzelolympiade für Kindergärten und Grundschule wurde wieder gut angenommen

und die Kunstturner konnten sich über einen gut besuchten und gewonnenen Heimwettkampf gegen den Vorjahressieger freuen.

Auch schon „traditionell“ sind die turnerischen Erfolge des ablaufenden Jahres, worüber der neue Oberturnwart Jochen Körber informieren wird.

Die Mitgliederversammlung im März machte aber auch deutlich, dass Innovationen notwendig sind. Erstmals musste unsere „Kassenwartin“ Traude Rebmann ein beunruhigendes Minus als Saldo des Jahres 2009 verkünden.

Dieses liegt nicht zuletzt in den hohen Tilgungs- und Zinsraten für unsere neue Halle, Umkleiden und Bürotrakte begründet.

Es galt somit Einsparungspotentiale zu finden, die möglichst die hohe Qualität unseres Übungsbetriebs nicht beeinträchtigen und bei Neuanschaffungen deutlich kürzer zu treten.

Umstrukturierungen im Leistungsturnbereich wurden vorgenommen, neue Angebote im Gesundheitssportbereich wurden und werden noch geschaffen.

Zur Steigerung der Arbeitsökonomie müssen wir Strukturen klären, straffen und schaffen, damit Einzelne nicht überfordert werden und unnötige Doppelungen vermieden werden.

Neue Veranstaltungen / „Events“ sind in Planung, die einerseits Bindungen unserer Mitglieder an den Verein stärken und neue Mitglieder werben sollen; andererseits auch Einnahmen steigern können, damit wir nicht aufgrund von dauernden finan-



ziellen Engpässen unseren Vereinsauftrag nicht erfüllen können.

Wir müssen in Zukunft versuchen, anfallende Arbeiten in und um die Vereinshalle womöglich selbst zu stemmen und suchen dafür einen Kreis handwerklich begabter Vereinsmitglieder.

Ein weiteres Augenmerk muss der überfachlichen Jugendarbeit gelten, damit die Jugendlichen auch über die Übungsstunde hinaus im Verein ihre Heimat finden.

Alle diese Planungen können nur mit engagierten Helfern umgesetzt werden, die bereit sind, sich für die Gemeinschaft einzusetzen.

Deshalb enthält dieses Vereinsheft einen Helferaufruf.

Danken möchte ich allen, die bisher schon durch ihre Hilfe unseren Verein unterstützt haben und exemplarisch einige Gruppen herausgreifen:

Danke den Übungsleitern, die durch ihre Einsatzbereitschaft das ganze Jahr gute Übungsstunden halten und vor allem denen, die darüber hinaus noch ehrenamtlich in Wettkampfbetreuung und weiteren Feldern der Vereinsarbeit aktiv sind.

Danke dem Vorstand, der durch seine Übernahme von Verantwortung und Arbeit, seine Beratungen und Entscheidungen dem Verein die Richtung weist und die überfachliche Arbeit leitet.

Danke der Geschäftsstelle, bzw. ihren Mitarbeitern, die durch ihre Arbeit – auch viel ehrenamtliche Arbeit – die Vereinsgeschäfte und das Vereinsleben am Laufen halten und als Schnittstelle von Mitgliedern, „Außenwelt“ und Vorstand agieren.

Danke Familie Fontana, die als Hausmeister dafür sorgen, dass wir in sauberen Verhältnissen Turnen und Sport treiben können.

Danke allen helfenden Mitgliedern, die durch ihren Einsatz als Wirtschaftshelfer, Betreuer, Thekenmannschaft, Riegenführer oder Kampfrichter bei Wettkämpfen, als Fahrer oder bei Arbeitseinsätzen den Verein als Gemeinschaft aller Mitglieder unterstützen!

Hoffen wir, dass künftig noch mehr Mitglieder zur Unterstützung unseres Vereins bereit sind, so dass anstehende Arbeiten für die Gemeinschaft besser verteilt werden können. Denn Einsatz soll Sinn stiften und auch Freude machen - aber nicht überfordern!

Allen Vereinsmitgliedern wünsche ich einen ruhigen und besinnlichen Jahresausklang und viel Tatkraft, Glück und Zufriedenheit für das kommende Jahr!
Mit Turnergruß
Peter Knopper

Abschließend möchte ich an alle Mitglieder appellieren, sich aktiv ins Vereinsgeschehen einzubringen, denn wir alle sind „vereint“ im Verein!

Mit den besten Wünschen für das kommende Turnjahr

Peter Knopper



Unsere beiden Wirtschaftsführer Uwe Starke und Renate Krämer.

Zusätzlich
Einzahlungen bis zu
10.000,00 EUR
pro Jahr möglich!
Sichern Sie sich die Vorteile
des Riester-Sparens!

MVB

Mainzer Volksbank eG
www.mvb.de

»Riestern« Sie mit Deutschlands
erfolgreichstem Banksparplan!

MVB-RentePlus

Profitieren Sie von einer **attraktiven Verzinsung** und sichern Sie sich eine **staatliche Förderung** von bis zu **154 EUR** p.a. Grundzulage und **185 EUR** p.a. pro Kind (300 EUR p.a. bei Kindern, die seit dem 1. Januar 2008 geboren sind).

Sprechen Sie uns an – unsere Berater informieren Sie gern!

Zur ersten Kontaktaufnahme steht Ihnen auch unsere Direktbank **MVBdirekt** unter Tel. 06131 148-8000 zur Verfügung. Ausführliche Informationen auch im Internet:
www.mvb.de/riester

MVB – Mainzer Volksbank – Meine Vorsorge Bank.

Bericht des Oberturnwartes

Liebe Vereinsmitglieder,

im März habe ich das Amt des Oberturnwartes von Peter Knopper übernommen und leite seitdem die sportlichen Geschicke des Vereins. Da wir unser Angebot und unsere Übungsstunden ständig verbessern wollen, sind wir auf ihre Rückmeldung angewiesen. Dazu wird auf unserer Homepage¹ ein Meckerkasten installiert, über den Sie anonym Nachrichten mit Verbesserungsvorschlägen und Kritiken, aber auch mit Lob für gute Übungsstunden, an uns schicken können. Man kann uns natürlich auch schriftlich über den Briefkasten der Geschäftsstelle in unserer Vereinsturnhalle kontaktieren.

Leider mussten einige Übungsleiter aus beruflichen oder gesundheitlichen Gründen ihre Übungsstunden abgeben. Wir wünschen ihnen alles Gute und hoffen auf ein Wiedersehen, wenn es die gesundheitliche oder berufliche Situation wieder zulässt. Glücklicherweise konnten wir aber auch einige neue Übungsleiter gewinnen, die sich mittlerweile gut eingegliedert haben.

Acht Jugendliche unseres Vereins haben die Übungsleiter-Assistentenausbildung gemacht. Sie helfen in Zukunft in verschiedenen Gruppen mit und unterstützen uns hoffentlich später einmal als Übungsleiter mit eigenen Gruppen.

Das Kursangebot konnte weiter ausgebaut werden und wir hoffen, auch im nächsten Jahr unser Übungsangebot im Gesundheitssport erweitern zu können.

Zahlreiche Gruppen nehmen aktiv am Wettkampfsport teil.

Ein Höhepunkt für unsere Turner und Turnerinnen war in diesem Jahr das Rheinland-Pfalz-Turnfest in Mainz, bei dem auch die Rheinland-Pfalz-Einzelmeisterschaften stattfanden. Dort konnten wir einen Rheinland-Pfalz-Meistertitel und drei weitere Podiumsplatzierungen erringen. Ein weiterer Höhepunkt des Turnfestes war der Auftritt unserer Ligamannschaft bei der internationalen Turnfestgala. Bei den Mannschaften können wir auch in diesem Jahr wieder auf mehrere Rheinland-Pfalz-Meistertitel hoffen, nachdem wir im letzten Jahr gleich zwei Titel erringen konnten. Die Ligamannschaft hat nach der unglücklichen letzten Saison die beiden ersten Wettkämpfe dieses Jahr gewonnen und dabei gezeigt, was sie zu leisten im Stande ist und kann mit Selbstvertrauen in die restlichen Wettkämpfe gehen.

Unsere Mehrkämpfer waren dieses Jahr wieder sehr erfolgreich. So konnten wir zwei Rheinland-Pfalz-Meistertitel im Jahnkampf gewinnen und sind mit drei Teilnehmern zu den Deutschen Mehrkampfmehrschaften nach Berlin gefahren.

Die Showtanzgruppe „Skin Deep“ richtet nicht nur jedes Jahr mit „Die Burg beb“ ein herausragendes Showtanzturnier aus, sondern hat in diesem Jahr

1 www.tusoi.de/rueckmeldung

auch schon mehrere Turniere in der Region gewonnen.

Unsere Sportakrobaten haben beim diesjährigen Nachwuchsturnier in Mainz-Laubenheim mit mehreren Podiumsplätzen auf sich aufmerksam gemacht und hatten auch einige Showauftritte, die gut ankamen.

Die Karateabteilung hat in diesem Jahr mehrere Gürtelprüfungen abgelegt und richtet nach der Karate-Safari im Sommer mit dem Urban-Cup noch ein Turnier aus.

Unsere Volleyballabteilung hat einige Freizeitturniere gespielt.

Die Schüler unserer Tischtennisabteilung spielen in der Kreisliga des Rheinhes-sischen Tischtennisverbandes mit.

Nicht nur in unseren Wettkampfsportarten wird gute Arbeit geleistet, auch die Angebote im Kinderturnen, Gesundheitssport, Tanzen, Gymnastik, Ballspielen, Wandern und Fechten werden gut angenommen.

Mein Dank gilt allen Übungsleitern für ihre engagierte Arbeit in den Gruppen, die unseren Verein erst mit Leben erfüllen.

Ein großes Lob gilt auch den Mitarbeitern unserer Geschäftsstelle für die vielen kleinen und großen Dinge, die sie lösen, bevor sie zum Problem werden und somit einen reibungslosen Übungsbetrieb ermöglichen.

Großer Dank auch an all unsere Kampfrichter, ohne die kein Wettkampfsport möglich wäre.

Ich wünsche allen Mitgliedern weiterhin viel Freude an und in unserem Ver-ein.

Mit Turnergruß

Jochen Körber



Ein Sommermärchen... open Beachen & more...

Nach den Erfahrungen der letzten „ganz-halb-jährigen“ Beach-Saison wurde schnell klar, dass „ein“ Verantwortlicher es nicht alleine stemmen kann. Denn „auch“ beim „open Beachen“ muss immer ein Verantwortlicher vor Ort sein. Es ist uns weiterhin wichtig, dass es einen Verantwortlichen aus unserem Verein gibt, der sozusagen - vor Ort - Ansprechpartner ist, da das Feld auf unserem Vereinsgelände liegt und damit nicht für jedermann „öffentlich“ nutzbar ist.

Daher wurde die Idee der „Hilfs-Sheriffs“ geboren. Werner Klein (Montags-Volleyball), Leander Klees, Markus Minniger und Uwe Pries, waren beim open Beachen offiziell im Einsatz. An dieser Stelle einen ganz lieben Dank für die tatkräftige Unterstützung! Dadurch konnten wir neben dem bekannten Termin am Mittwoch, auch noch den Freitag als zusätzlichen open Beach-Tag anbieten (Danke auch an die Freitagsmänner!). Der zweite Termin macht Sinn, nicht zuletzt wegen der hohen Teilnahme (bis zu 20 Personen) im letzten Jahr.

Man kann erneut sagen, dass es eine erfolgreiche open Beach-Saison war. Wir hatten ab und zu hoffnungslos überlaufene Beach-Tage, aber auch im kleinen Kreis (bis zu vier Personen) viel Bewegung rund um den Beach-Volleyball. Manchmal lenkten wir auch Turner/innen - durch deren Mitspielen - von ihren Trainingseinheiten ab, sorry for that ...

Das Wetter war mehr als einmal „wunderbar“ und die Burgkirche – bevor die Mauern zur Renovierung verhüllt wurden – war immer einen romantischen Blick wert. Gewitter hatten wir weniger als letztes Jahr, aber meistens konnten wir doch bis zum Schluss spielen. Die immer wieder gewünschte Flutlichtanlage kann niemals das natürliche Licht und damit verbundene Sonnenuntergänge ersetzen!

Die in diesem Jahr gemachten Erfahrungswerte fließen in die Planung 2011 ein. Um Missverständnissen aufgrund ausgefallener Beach-Termine (insbesondere freitags wegen Veranstaltungen) vorzubeugen, wird es wieder einen Aushang der Termine geben und zusätzlich - für in eine Liste eingetragene Beacher - direkte Infos per Mail. Natürlich hoffe ich in der nächsten Saison wieder auf die Unterstützung der bewährten „Hilfs-Sheriffs“!!!

Neben den open Beach-Terminen gab es montags eine Art „open Beachen“, angeboten von Regine & Werner Klein im Rahmen der Montags-Volleyballer. Viele nahmen dieses Angebot dankend an. Überhaupt war die Präsenz der Beiden auch an den anderen Beach-Tagen überragend. Dienstags war Regina Matczak

FS

FLIESEN-SCHREIBER GMBH

Exklusivität für jedermann



Rheinstraße 102
55218 Ingelheim
Telefon 0 61 32-8 63 62
Telefax 0 61 32-8 52 04
fliesen.schreiber@gmx.de
www.fliesen-schreiber.com

Weingut



Stritter

• klassische Rot- und Weißweine • Weinproben •

Wir bieten Ihnen eingerichtete Ferienwohnungen
nähe Stadtzentrum

Wilhelm-Leuschner-Straße 55 · 55218 Ingelheim
Telefon 0 61 32 / 17 72 · Fax 0 61 32 / 4 15 07

Treppen

Geländer

Vordächer

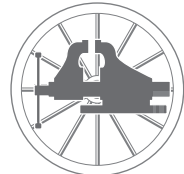
Überdachungen

Tore / Antriebe

Zäune

**Aluminium- und
Edelstahlarbeiten**

Schlosserei



Gerd Weitzel
Meisterbetrieb

Rinderbachstraße 6
55218 Ingelheim
Tel.: 0 61 32 / 22 87
Fax: 0 61 32 / 43 41 30

oder die Volleyball-Mixed-Nachwuchs-Gruppe vor Ort, donnerstags ab und zu eine junge Gruppe von Marie-Christine Arends (in den Ferien dann die Donnerstag-Mixed-Gruppe). Damit verblieb für andere Gruppen oder Gäste eigentlich nur das Wochenende.

An den Wochenenden und in den Sommerferien gibt es weiterhin die Möglichkeit, das Beachfeld zu reservieren. So können Vereins-Mitglieder über die Geschäftsstelle ein Passwort anfordern, mit dem die Reservierung über das

Internet (www.tusoi.de) vorgenommen werden kann. Die Reservierungsmöglichkeiten reichen von offener (wenn andere dazu kommen, können sie mit-spielen) bis zur exklusiven Reservierung (die Gruppe bleibt unter sich). Jede Reservierung kann ausgedruckt werden und dient als Nachweis beim Spielen. Die Nutzung durch Nicht-Vereins-Mitglieder wird über Anfrage an die Geschäftsstelle geregelt.

Vielen Dank an den „harten Kern“ der open Beacher, die sehr regelmäßig mit von der Partie waren.

Viele Grüße
Euer Spielwart
Mathias Müller-Thies
(alias MT)



KARL GEMÜNDEN

A large, stylized arch graphic in dark gray, spanning the width of the page. The arch is composed of a thick, solid line that curves from the left side down to the right side, forming a semi-circular shape. The interior of the arch is white, matching the background.

GmbH & Co. KG

BAUUNTERNEHMUNG
FÜR HOCH-, TIEF- UND
STAHLBETONBAU

Seit 1884

Rheinstraße 194 b

55218 Ingelheim am Rhein

Telefon (06132) 9955-0

Telefax (06132) 995599

www.gemuenden-bau.de

info@gemuenden-bau.de



Mehr aus dem Vereinsleben der TuS

Die Helfer der Wirtschaft haben Unterstützung bekommen: es ist schön, dass sich wieder mehr junge Leute mit dem Verein identifizieren.

Wie immer helfen die Donnerstags-Frauen gerne bei verschiedenen Veranstaltungen, sofern sie nicht bis nach Mitternacht hinter der Theke stehen müssen. Kuchen werden selbstverständlich auch weiterhin bei Bedarf gebacken. Sie erledigen Arbeiten im Aussengelände und helfen, wo immer sie gebraucht werden.

Der Weihnachtsmarkt in Fulda wurde besucht. Nach Dom und Altstadtbesichtigung konnte man sich ins Gewühl stürzen. Auch nach so vielen verschiedenen Städten, die wir besuchten, findet man trotzdem das eine oder andere Geschenk und einen noch fehlenden Erzgebirgs-Engel.

In den Sommerferien durften die üblichen Radtouren rund um Ingelheim mit Einkehrschwung nicht fehlen.

2010 ist ein Weihnachtsmarkt-Flug nach Berlin geplant. 3 Tage dauert die Reise inkl. Stadtrundfahrt in Berlin und Potsdam, sowie verschiedenen Weihnachtsmärkten.

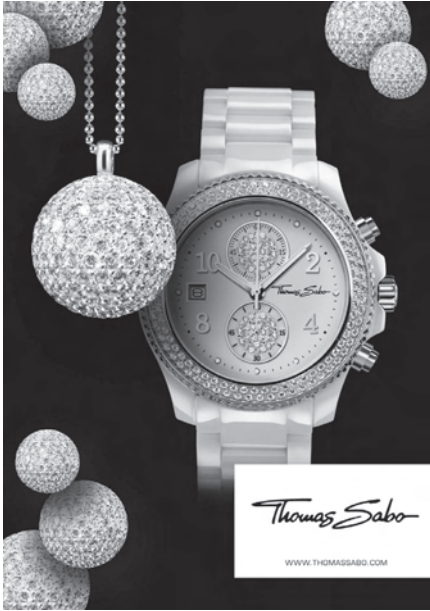
Natürlich wurden auch wieder einige runde Geburtstage im Kreise der Donnerstagsfrauen gefeiert: Die tollste Party war in diesem Jahr **Das 240jährige!**

Erika Harstick, Otti Pauleit und Waltraud Rapp sind mit ihren 80 Jahren noch mehr oder weniger aktiv, auf jeden Fall sind sie beim Feiern immer dabei. Aus diesem Grunde wurden sie auch zu „Alters-Dofras“ mit Urkunde, ernannt und



erhielten als Orden die „Alte Schraube an der Kette“. Eine gelungene Auszeichnung und wir hoffen, diesen Orden in Zukunft noch oft verleihen zu können.

Ute Wenzel



WERMANN

DER Juwelier, DIE Kompetenz

Ingelheim, Binger Straße 91A, Telefon 0 61 32 - 22 36
 Mainz, Betzelsstraße 11, Telefon 0 61 31 - 23 15 25

Seit 1726 betreibt die Familie Wasem
 Weinbau in Ober-Ingelheim.

Heute werden 35 ha Rebfläche
 bewirtschaftet, die zu 2/3 mit roten
 Trauben bestockt sind.

Das Rebsortiment gliedert sich in
 Spätburgunder, Frühburgunder und
 Portugieser beim Rotwein –
 Riesling, Silvaner, Grauburgunder und
 Weißburgunder beim Weißwein.

Die Weinberge werden naturnah und
 umweltbewußt bewirtschaftet
 um ein gesundes Lesegut zu erhalten.

Der Ausbau der Weine erfolgt
 hauptsächlich im Holzfaß, was kräftig,
 ausdrucksvolle Rotweine und
 fruchtig, feinduftige Weißweine ergibt.

Die Spezialität unseres Gutes
 sind Riesling- und Spätburgunder-Sekte,
 aus eigener Herstellung
 nach der Methode Champenoise.



JULIUS WASEM & SÖHNE
Weintradition seit 1726

EDELGASSE 5 ♦ 55218 INGELHEIM
 TELEFON 06132/22 20 ♦ FAX 06132/24 48

Wanderfreizeit Oberbayern

Am 5. Oktober früh starteten 44 Wanderfreunde mit dem Bus in die Wanderfreizeit nach Wolfratshausen, Oberbayern. Auf dem Weg dorthin wurde uns in Augsburg ein Stadtrundgang mit sachkundiger Führung geboten, wobei wir u.a. die Fuggerei aus dem Jahre 1521 (die älteste Sozialsiedlung der Welt für bedürftige, schuldlos in Not geratene katholische Augsburger Bürger) und den reich geschmückten „Goldenen Saal“ im Rathaus besichtigten. Am ersten Wandertag stand Kloster Andechs auf dem Programm. Die Sonne strahlte und wir genossen die herrliche Aussicht über die liebevolle Landschaft mit der bunten Laubfärbung. Als wir nach etwa dreistündiger Wanderung im Kloster ankamen, schmeckten das Kloster-Bier und der dazu gereichte Imbiss besonders gut. Die „Bus-Wanderer“ hatten sich bereits gestärkt und hielten Plätze für uns frei. Ein kleiner Spaziergang am Ufer des Ammersees beendete den Tag. Am nächsten Tag war eine Schifffahrt rund um den Starnberger See vorgesehen. Leider wollte der Nebel nicht weichen. Trotzdem war es interessant, vom Schiff aus die vielen prächtigen Schlösser und Villen am Ufer zu betrachten. Der nächste Wandertag bescherte uns etwas besseres Wetter. Wir wanderten rund um die Osterseen, durch bunte Buchenwälder und an schilfbewachsenen Gewässern vorbei. Der letzte Ausflugs- tag war der Kultur gewidmet. So machten wir jeweils auf eigene Faust eine Stadtbesichtigung in Murnau und Weilheim. Dieser Samstag war anscheinend ein beliebter Heiratstermin, denn wir bekamen mindestens drei verschiedene Brautpaare in originellen Trachten zu sehen. Bemerkenswert war an beiden Orten die Altstadtbebauung. Die reich mit Malereien geschmückten



Häuserzeilen beeindruckten uns sehr. Die Heimreise verlief bei herrlichem Sonnenschein und guter Laune ohne Komplikationen.

Die gesamte Gruppe bedankte sich herzlich bei Ilse und Jochen Mucha für die Ausarbeitung und Organisation und bei Tochter Heike für die kompetente Führung der Wanderungen.

Carin Teuber

Sparda-Bank in Ingelheim



Wir haben den Titel!

**Beliebteste
Regionalbank**

**Rheinland-Pfalz
Sparda-Bank Südwest**

Ausgabe 5/2010

€uro

Quelle: Bankentest Euro 05/2010,
50 Institute im Vergleich

Wir freuen uns auf Sie!

Herr Janzer (Privatkredit): Tel. 0 61 32 / 71 41 87 oder

Frau Rink (Baufinanzierung): Tel. 0 61 32 / 71 45 54

Unsere Öffnungszeiten

Montag	8:30 Uhr – 12:30 Uhr	13:30 Uhr – 18:00 Uhr
Dienstag	8:30 Uhr – 12:30 Uhr	13:30 Uhr – 16:00 Uhr
Mittwoch	8:30 Uhr – 12:30 Uhr	13:30 Uhr – 16:00 Uhr
Donnerstag	8:30 Uhr – 12:30 Uhr	13:30 Uhr – 18:00 Uhr
Freitag	8:30 Uhr – 12:30 Uhr	nachmittags geschlossen



**Sparda-Bank Südwest eG
Beratungszentrum Ingelheim
Binger Straße 38 · 55218 Ingelheim
Fax: 0 61 32 / 71 45 82**

www.sparda-sw.de

Sparda-Bank

freundlich & fair



Die Einherjer

Schwertfechtgruppe aus
Ingelheim



Ein turbulentes Jahr ...

2010 war für die Mitglieder der mittelalterlichen Schwertfechtgruppe „Einherjer“ erneut ein sehr erfolgreiches Jahr.

Begonnen hat dieses mit der Organisation des sehr gut besuchten zweiten Ingelheimer Mittelaltermarktes. Mehr als 10.000 Interessierte fanden den Weg rund um das malerische Burgkirchengelände und erfreuten sich am mittelalterlichen Flair.

Mit dem von Diana Hofmann und Harald Keber geschriebenen Historienspiel „Freiheit für Ingelheim“ zeigten die Schwertfechter der TuS 1848 dem begeisterten Publikum ihr Können im mittelalterlichen Schwertkampf und im Szenenspiel.

Weiter ging es dann auf verschiedene Märkte in Rheinland-Pfalz, wie zum Beispiel Oppenheim und Stromberg.

Bereits in Ingelheim wurde klar, dass die Art und Weise, wie die Einherjer es verstehen, mit dem Schwert umzugehen, viel Aufsehen und Interesse erregte. So war es auch nicht verwunderlich, dass sich im Laufe des Jahres einige Neugierige beim Training einfanden und einmal hineinschnupperten. Auch ein paar feste Neuzugänge konnte die Schwertfechtgruppe dann verzeichnen.



Als ein großes Highlight galt in 2010 der 2. Besuch des im Dreijahresrhythmus stattfindenden Stadtmauerfestes in Nördlingen im Ries. 300 km einfache Fahrt galt es zu bestreiten, mit allerlei Equipment und noch mehr Vorfreude. Auf diesem Markte konnten die Schwertfechter dann auch ihr handwerkliches Können einmal darbieten. So wurden an der Schmiede nützliche Haushaltsgegenstände und wundervolle Messer hergestellt, während die Frauen mit den Kindern verschiedene Handarbeitstechniken ausprobierten und mit Holzspindeln aus Wolle Garn machten.

Im November beteiligten sich die Schwertfechter dann wieder beim traditionellen Fest der „Lichtblicke“ in Ober-Ingelheim und machten klar, dass auch das leibliche Wohl mit Waffeln und Glühwein oder Kinderpunsch eine hohe Priorität hat.

Um sich schwertfechterisch weiterzuentwickeln wurde auch 2010 wieder der tschechische Trainer „Mirek“, bekannt als Stuntchoreograph aus Filmen wie „Königreich der Himmel“ oder der Triologie um „Herr der Ringe“, in die TUS Ober-Ingelheim geholt. Auf der Tagesordnung stand nicht nur Technik-Training, sondern auch echtes „Stunt-Training“. So konnten verwunderte Spaziergänger beim Lugen durch die Fenster der Turnhalle sehen, wie die Schwertfechter hinfielen, sich „ein Bein brachen“ oder hinterrücks überwältigt wurden. Aber keine Sorge: Alle haben das Training wohlbehalten überstanden und freuen sich darauf, das neuerworbene Können 2011 dem Publikum zu präsentieren.

Diana Hofmann

donnerstags 20 – 22 Uhr, samstags 14 - 16:30 Uhr



Frau Antje
MODE AUS HOLLAND UND ANDERSWO ...

FÜR ALLE, DIE DAS BESONDERE SUCHEN
Ingelheim, Binger Straße 93 · Mainz-Gonsenheim, Breite Straße 38
www.frau-antje-mode.de



Skispaß mit der TuS - immer ein Genuss

Aktuelles von der Ski – Abteilung 2010/2011

Leider hat sich noch kein neuer Ski-Wart gefunden. Aus diesem Grunde leiten Werner und Ute in bewährter Weise kommissarisch weiter die Ski-Abteilung bis sich ein Nachfolger gefunden hat. Wenn „Jemand“, der Lust und Laune hat, dem Skisport verbunden ist und organisieren kann, diesen schönen, ehrenamtlichen Posten übernehmen möchte, melde sich bei uns.

Für die kommende Saison haben wir die Skifreizeiten noch einmal geplant.

Ski-Gymnastik ist dienstags von 20 – 21 Uhr. Sabine Weber-Mumm macht uns fit für die neue Ski-Saison. Ihre tolle Gymnastik ist nicht nur was für Skifahrer. Mit Schwung und Power bringt sie uns ins Schwitzen.

Sonntags 9 Uhr Nordic Walking mit Werner Wenzel

Treffpunkt: Turnhalle an der Burgkirche. Schnuppern möglich, Stöcke können ausgeliehen werden

Sommerfest war am 3. August 2010 bei Wenzels.

Seit 30 Jahren beteiligen wir uns an der Pfälzer-Skiwoche in Zermatt

Vom 12. bis 20. November 2010 ist es wieder so weit. In diesem Jahr findet die Pfälzer-Skiwoche zum 50. Mal statt. (Ausschreibung bei Wenzel`s)

Busreise – Unterbringung in Apartments

Vom 15. bis 22. Januar 2011 sind wir in Frankreich im Skigebiet „Les Portes du Soleil“. Ausschreibung bei Wenzels oder in der Skigymnastik.

Das Skigebiet bietet Pisten für „jedes Können und jedes Alter“.

Auch für Langläufer gibt es Möglichkeiten in Avoriaz und Morzine. (Skibus-Transfer)

Wir wohnen in Apartments mit 2, 3 oder 4 Zimmern für 2–4, 4-6 oder 6-8 Personen. Die Wohnungen sind zwar klein aber zweckmäßig; vorrangig ist ja das totale Skivergnügen.

Damit der Urlaub stressfrei beginnt, reisen wir mit einem modernen Reisebus.





BUCHHANDLUNG

Wagner

WER NICHT LIEST,
KENNT DIE WELT
NICHT

Arno Schmidt

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo. - Fr. 9 - 18.30 Uhr · Sa. 9 - 14 Uhr

Bahnhofstraße 15 · 55218 Ingelheim
Tel. 0 61 32 - 25 44 · Fax 0 61 32 - 73 446
buch.wagner@t-online.de · www.buch-wagner.de

Weingut Gräff-Schmitt



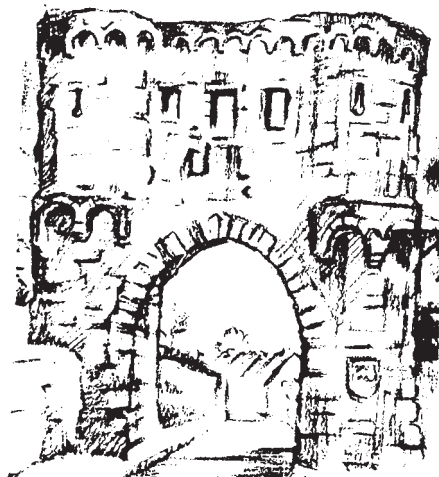
Fam. Malchus

Grabengasse 23 55218 Ingelheim
Tel: 06132/3660 Fax: 06132/432456
www.weingut-graeff-schmitt.de

Das Weingut, gelegen an den historischen Mauern
aus dem 14. Jahrhundert, mit dem Wahrzeichen
„Malakoffturm“

Entdecken Sie feine Rotweine,
traditionell im Holzfass ausgebaut,
feinfruchtige Weissweine und edle Sekte
in unserer neuen Vinothek

Diverse Brände und Liköre
sowie Geschenkideen mit und um den Wein
halten wir für Sie bereit!



Weinbau
Bernd Weitzel

AKK

Aufhofstraße 83
55218 Ingelheim/Rhein · Telefon (0 61 32) 34 46

Liebe Mitglieder,

die Inserate in unserem Vereinsheft sind
nicht nur Werbung, um deren
Berücksichtigung wir Sie bei Ihren
Einkäufen und Aufträgen herzlich bitten,
sie unterstützen auch unseren Verein
bei der Erfüllung seiner gemeinnützigen
Aufgaben. Mit diesen Inseraten wird
geholfen, Kindern und Jugendlichen eine
sinnvolle Freizeitgestaltung in einem
Verein zu bieten.

Dafür bedanken wir uns.

Wir hoffen auch weiterhin auf Ihre
Unterstützung.

Der Vorstand

Das setzt voraus, dass wir mindestens 30 Teilnehmer sind.
Anmeldungs-Formulare sowie nähere Auskünfte bei Werner und Ute Wenzel

Die Inselwanderwoche führte dieses Jahr nach Schottland. Traumhaftes Wetter, gute Hotels, super Wanderorganisation, schöne Wanderungen, Kultur und Natur pur, machten diese Reise zu einem unvergesslichen Erlebnis.
Das Inselwandern 2011 soll im April/Mai nach Sizilien führen. Näheres bei Werner und Ute Wenzel.
Geplant sind 12 Tage vom 26.04 bis 7.05.2011 „WANDERN und KULTUR“ .

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme an allen Aktivitäten und stehen für Rückfragen gerne zur Verfügung

Ansprechpartner und nähere Auskünfte:
Telefon 06132/3553
E-Mail werner-ute.wenzel@gmx.de

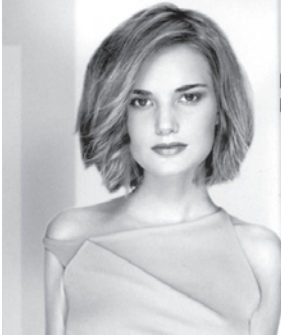
Ute und Werner Wenzel
55218 Ingelheim
Wilh.- Leuschner Str.- 57





FLEISCHEREI MARTIN

Plattenservice · Fleisch- u. Wurstspezialitäten
Rinderbachstr. 1 · Tel. (0 61 32) 20 69 · 55218 Ingelheim



Headlines.
Der sanfte Weg zu mehr Volumen.

Jetzt werden Frisurenträume Wirklichkeit.
Ihr Haar bekommt genau die Fülle, die Sie wünschen,
den Style, den Sie lieben und die Pflege, die es braucht.
6 bis 8 Wochen lang!

Besuchen Sie uns:

Salon Michael Gipmann
Oberhofstr. 25, 55218 Ingelheim-Großwinterheim
Tel. (0 61 30) 94 19 37

GASSNER

IHR AUGENOPTIKER IN INGELHEIM

Sportbrillen von:



SZIOLS



RODENSTOCK



Bahnhofstraße 36 - 55218 Ingelheim - Telefon 06132-2261

WWW.OPTIKER-INGELHEIM.DE

Sportakrobatik

Im Jahr 2009 haben wir uns ganz auf unser Training konzentriert und Fähigkeiten verbessert. So konnten wir am 12.12.2009 schon an unserem 1. Wettkampf in Mainz-Laubenheim teilnehmen. Unser guter Teamgeist und der Spaß am Training brachten uns den Erfolg: unsere beiden Dreier-Gruppen ließen der Konkurrenz keine Chance und belegten den 1. und den 2. Platz. Den 3. Platz erreichte die Zweiergruppe unseres Teams.



1. Platz: Denise Müller, Patricia Müller, Julia Rüttgers.

2. Platz: Celina Meuser, Melina Weiß, Raja Kluth.

3. Platz: Judith Rossellit, Nina Kuschnerit.

Ins Jahr 2010 starteten wir mit einem Auftritt beim Januarball.

Den nächsten Auftritt hatten wir am 17.04.2010 beim BSG-Ingelheim,

bei dem es die Mädchen verstanden, ihr Publikum in Staunen zu versetzen.

Am 22.06.2010 wurde unsere Sportakrobatik-Gruppe zum Spielfest des TSG Schwabenheim eingeladen. Auch dort verzauberten die Mädchen die Besucher.

Durch fleißiges miteinander arbeiten und üben konnten mehrere Gruppen am 26.06.2010 am 2. Wettkampf in Mainz-Laubenheim teilnehmen. An den Start gingen 3 Dreiergruppen und 2 Zweiergruppen. Die jungen Athletinnen gingen erst zum zweiten Mal an den Start und belegten absolut überzeugende Platzierungen.

Dreiergruppen: 2. Platz: Denise Müller, Patricia Müller, Julia Rüttgers.

3. Platz: Franziska Bienia, Carina Maus, Judith Rossellit.

7. Platz: Nina Eckhard, Melina Zolle, Sophie Zolle.

Zweiergruppe: 3. Platz: Raja Kluth, Celina Meuser.

Zweier-Einzel: 3. Platz: Maja Fries, Melanie Bockius.

Am 11. 09.2010 folgte eine Einladung zum „Showtanz-Abend“ in Pfaffen-Schwabenheim. Auch dort begeisterte die Sportakrobatik-Gruppe ihre Zuschauer.

Für die jungen Athletinnen bedeuten solche Auftritte jedes Mal eine Herausforderung und sie sammeln neue Erfahrungen. Besonders schön ist es zu sehen, wie die Mädchen mit Fleiß und Spaß bei der Sache sind und einen tollen Teamgeist entwickelt haben.

Da in diesem Jahr noch zwei wichtige Termine vor uns liegen, möchten wir da-

rauf hinweisen, dass am 16.10.2010 um 15:30 Uhr die Sportakrobatik-Gruppe einen Auftritt hat bei der „Enten-Kerb“ in Frei Weinheim! Freuen Sie sich mit uns auf diesen Termin, denn die jungen Athletinnen werden Sie verzaubern. Zum Abschluss des Jahres wird am 04. 12. 2010 ein Wettkampf in Mainz Laubenheim stattfinden. Bei diesem Sportereignis werden noch mehr junge Athletinnen antreten wie bisher, zwei Gruppen werden in der höheren C-Klasse starten. Die Ergebnisse des Turnieres werden Ihnen im Internet und im nächsten Vereinsheft bekannt gegeben.

Einen besonders herzlichen Dank möchte ich den beiden Übungsleiter-Helferinnen: Alina und Amelie sagen, die mich in diesem Jahr tatkräftig unterstützt haben. Ein besonderes Dankeschön gilt Celina's Mutti (Familie Meuser), die unsere Gruppe mit neuen T-Shirts ausgestattet hat! Vielen Dank auch an alle anderen, die unsere Sportakrobatik-Gruppe unterstützt haben.

Wir freuen uns auf das nächste Jahr, das wir gemeinsam mit Spaß, Freude und Teamgeist angehen wollen.

Gewinnen ist schön, aber Gemeinschaft macht stark!

In unserer Gruppe sind Mädchen im Alter von 5 bis 15 Jahren. Jederzeit sind auch Jungs herzlich willkommen.

*Ulla Leich
montags und donnerstags 15 – 17 Uhr, GTH*



Karate

Am 28.08.2010 fand die 1. Karatesafari der Karateabteilung der TuS Ober-Ingelheim in den Räumlichkeiten der Vereinsturnhalle statt.



Ziel dieser sportlichen Karateveranstaltung ist es, Punkte in den verschiedenen Disziplinen zu sammeln und mit diesen die einzelnen Ehrungsstufen zu erreichen. Hierbei zählen Disziplinen wie ein kreativer Teil (Bild malen, etc.), ein kämpferischer karatespezifischer Teil (Randori), sowie ein Hindernisparcour (Schnitzelgrube inklusive).

Von den insgesamt 33 Teilnehmern, unter anderem auch aus den umliegenden Karateschulen (Bad Kreuznach und Frankfurt), nahmen auch die Karateschüler Jakob Schmidt (1. Platz), Moriz Haas (2. Platz) und Jan Fiete Schütte vom „LittleWolf Dojo“ aus Ingelheim mit sportlichem Ehrgeiz erfolgreich in ihren Altersklassen teil.

Abteilungsleiter Sebastian Illgen bedankt sich bei allen fleißigen Helfern, El-



tern, Freunden und Teilnehmern für die tatkräftige Unterstützung und den reibungslosen Ablauf vor Ort.

Ein besonderer Dank geht an Martin Hass und Jochen Körber, die sich für die Koordination der Hallenbelegung eingesetzt haben und natürlich an Anni Brunzlow, die einen großen Teil was Planung und Organisation betrifft, beigetragen und mich tatkräftig unterstützt hat.

„OSS!“

Mit einem abschließenden Sommerfest erfolgte die Siegerehrung.

Sensei Sebastian Illgen, 2. Dan Urban Goju Karate (S.O.H.F.)

Jugend: mittwochs 17 – 19 Uhr, GTH

Kinder 6 – 11 Jahre: donnerstags 16:30 – 18 Uhr, PMS

Jonglage

Seit einiger Zeit schon existiert die bunt gemischte Jonglage-Gruppe um Klaus Fleischmann, unseren gutgelaunten, hochmotivierten Trainer und Coach. Dienstags um 19 Uhr heißt es:

Alles was irgendwie zu bewegen ist, kann auch geworfen und jongliert werden. Natürlich sind dies unter anderem Bälle in den verschiedensten Variationen, ob aus Gummi, Leder, Wolle, oder leuchtend und brennend als Feuerbälle, aber auch Keulen, Kisten, Würfel, Ringe, Äpfel, Stöcke und Mohrenköpfe bekommen



ihre eigene Flugbahn - eben alles, was irgendwie zu bewegen ist.

Das Repertoire an Figuren und Kunststücken wächst von Mal zu Mal. Trotz eines Leistungsunterschiedes innerhalb der Gruppe haben alle gemeinsam und miteinander Spaß, da hier jeder an seinem ganz persönlichen Leistungshorizont arbeitet.

Das verdanken wir der Geduld und Hingabe unseres Trainers, der in dieser Dienstagsstunde mit viel Engagement und Vorbereitung einen außergewöhnlichen Alltagsausgleich erschaffen hat.

Vielen Dank, Klaus !

*Marcus Stötzer
dienstags 19 Uhr, Fitnessraum*

Herzsport

Aufmerksam, fürsorglich, umsichtig kompetent, so kennen wir sie: Frau Dr. Burgard-Kling. Auf 15 Jahre ehrenamtliches Engagement als betreuende Herzsportärztin darf sie zurück blicken. Die TuS 1848 sagt Danke!

Für die **Dienste am Dienstag-Abend**, für ihre **Nachsichtigkeit**, für die **Kontrolle des Blutdrucks**, für ihr **Engagement** über viele Jahre.

Mit Datum 21.01.1994 meldeten wir dem Landesverband für Prävention und Rehabilitation in Koblenz Frau Dr. Burgard-Kling als vierte betreuende Herzsportärztin. Bereits zwei Jahre später übernahm sie die Aufgabe des ausscheidenden Dr. Werner und koordinierte reibungslos Termine der seinerzeit neun betreuenden Ärzte. War der Arbeitstag auch noch so anstrengend, sie kam mit



Koffer, Messgerät und guter Laune, leider jedoch nur noch bis zum Jahresende. Es heißt Abschied nehmen. Neue berufliche Herausforderungen warten auf sie.

Wir freuen uns, dass Dr. Zimmermann und Dr. Hegemann als betreuende Ärzte weiterhin die Säulen unserer Sportstunde bilden. Mit großem Engagement und guter Laune bereichern sie den „Herzabend“ am Dienstag. Vielen, vielen Dank!!

Nochmals heißt es DANKE sagen: **Dienstag-Abend Nach 18 Uhr Kommt die Trainingsgruppe auf Tour dank Elke.**

...und das seit fast 13 Jahren. Mit ihrer Erfahrung aus dem Fitness- und Behindertensport kann Elke Eifler für den Herzsport viel tun. Gut besuchte Übungsstunden und außersportliche Veranstaltungen, Wanderfahrten und die Gründung des monatlichen Stammtisches tragen Elkes Handschrift. Leider verlässt sie uns aus gesundheitlichen Gründen zum Jahresende, steht jedoch weiterhin für Vertretungsstunden zur Verfügung.

Liebe Elke, herzlichen Dank für Deinen unermüdlichen Einsatz. Wir wünschen Dir für die Zukunft alles Gute und hoffen Dich regelmäßig am Stammtisch zu sehen.

Für einen nahtlosen Übergang ist bereits gesorgt. Anja Oder, Herzsportübungsleiterin mit Lizenz, freut sich auf ihre neue Aufgabe in der Trainingsgruppe. Herzlich Willkommen.

Wir bleiben in Bewegung.



Cäcilia Kuhlmann



Spaßolympiade rund um die Burgkirche

Was wie eine gemütliche Rasenrunde aussieht, ist der Anfang einer gelungenen Spaßolympiade. Wir, Miriam, Janine, Matthias, Christoph, Timo, Robin, Tobias, Martin und Cilli sammeln Ideen und machen daraus lustige Spiele für die dritte Spaßolympiade der



TuS 1848 Ober-Ingelheim. Wie rechnen am 8. Juli 2010 mit viel Sonnenschein und haben dem Wasser daher Raum gegeben. Gut 2 Stunden später sind die Ideen zu Papier gebracht, wir können stolz auf uns sein. Bildermemory, Schiffe versenken, Wassertransport, Schlangenfluss und Zielwerfen mit Handtrampolin haben ihre Geburtsstunde gefunden. Jetzt geht es an die Heimarbeit. Memorykarten erstellen, Schiffe falten, Limokästen organisieren, Müllbeutel und Becher auf ihre Tauglichkeit prüfen.

Einen Tage vorher ist Probelauf. Wir testen unsere Spiele, korrigieren, verändern und sind zufrieden. Kinder, wir sind bereit.



Am Olympiatag heißt es früh aufstehen. Der Aufbau der Stationen liegt in unseren Händen. Die Helfertruppe hat sich verdoppelt und wir liegen gut im Zeitplan. Neben Spaßdisziplinen wird für das Sportabzeichen gelaufen, gesprungen und geworfen. Wie geplant, scheint die Sonne den ganzen Tag. Vormittags angenehm, nachmittags erbarmungslos. Was nicht geplant ist: Martin fällt aus. Er hat sich eine Verletzung am Schlüsselbein zugezogen. Hilfe, wer kann einspringen? Silvia Schmitt erklärt sich sofort bereit und steht uns als erfahrene Spielfestplanerin zur Seite. Ihre Cool-Down Spiele nach dem Mittagessen bringen uns und den 55 Olympioniken viel Spaß und Kraft für die Endrunde.

Gegen 15 Uhr heißt es: Die Olympischen Spiele der TuS sind beendet. Wir überreichen Urkunden und freuen uns mit den Kindern über ihre Erfolge. Im nächsten Jahr sind wir wieder dabei.

Cäcilia Kuhlmann

Purzelolympiade 2010

Für 63 Kinder der Präsident-Mohr-Grundschule und 45 Kindergartenkinder rund um die Burgkirche hieß es am 1. Oktober „Herzlich Willkommen zur Purzelolympiade“.

Zum 15. Mal in Folge hatte die TuS 1848 Ober-Ingelheim das erste Schuljahr und die letzten Kindergartenjahrgänge zu einem sportlichen Vormittag eingeladen. Nach einem kurzen Aufwärmprogramm mit Oberturnwart Jochen Körber ging es an die



Geräte. Springen, laufen und balancieren machte den Kindern riesigen Spaß. Beim Klimmziehen und Aufschwingen konnten sie die Kraft der Arme testen. Zum Schluss gab es Urkunden und Getränke für alle. Super toll, so ein Turnvormittag.

Dem Helferteam Bianca Simonsmeier, Jana Haynert, Ursula Poetting, Martin Haas, Jochen Körber und Cilli Kuhlmann ein herzliches Dankeschön.

Cäcilia Kuhlmann

Fechtabteilung im stetigen Wachstum

Die Fechtabteilung erfreut sich immer größerer Beliebtheit. In den vergangenen Jahren konnte die Teilnehmerzahl kontinuierlich gesteigert werden. So ist die Gruppe der Kinder und Jugendlichen, die diesen komplexen Sport erlernen, in den über zehn Jahren, seit Fabian Nillius die Leitung des Trainings übernommen hat, auf etwa 20 gewachsen. Doch mit dem Wachstum kommen auch Probleme: Fechten ist ein sehr betreuungsintensiver Sport.

Diese Probleme konnten im vergangenen Jahr mit Philipp Schnell überwunden werden, da dieser als Helfer für die Übungsstunden gewonnen werden konnte. Natürlich freuen wir uns auch weiterhin über neue Teilnehmer.

*Fabian Nillius
donnerstags 17 – 19 Uhr, Gym*





BRENDEL
SCHREINEREI
und Bestattungen

Telefon: (06725) 2210 • Fax: 1061
55437 Appenheim • Vor dem Klopp 3

Schnapsideen



*Brennerei
18 82
Dengel*

*Brennerei
18 82
Dengel*

Bei edlen Destillaten und feinen Likören immer
eine Nasenlänge voraus!
Brennerei Dengel · Aufhofstr. 46 · 55218 Ingelheim/Rhein
Tel.: 0 61 32/23 98 · Fax: 0 61 32/4 19 72
www.brennerei-dengel.de

Weingut Scheuermann

Ober-Ingelheim  am Rhein

Stiegelgasse 18 · 55218 Ingelheim · Telefon 0 61 32 / 31 15

Weine aus kontrolliert umweltschonendem Anbau

Im Holzfass gereifte Rotweine

Gymnastik am Morgen

Dienstagmorgen um halb zehn
wollen wir zum Turnen geh'n.
Erst wird mal viel geschwätzt
bis man sich in Bewegung setzt.
Traude macht die Musik an
und wir fangen auch gleich an.
Durch die Halle kreuz und quer,
nun gibt es kein Halten mehr.
Die Arme hoch, die Schultern runter,
das Programm wird immer bunter.
Bauch hinein, die Knie weich
und dann folgt der nächste Streich:
Auf den Matten, die wir so lieben
Müssen wir uns ganz schön verbiegen.
Der Bauch, die Schultern und die Beine
Manchmal könnten wir schon weinen.
Den Schweinehund müssen wir schon besiegen
Und bleiben auch nur einfach liegen.
Doch ist vorbei die Schufferei
Sind wir ja auch bald wieder frei.
Ein Lob von Traude tut uns gut.
Sie macht uns immer wieder Mut,
nicht aufzugeben, fleißig üben,
haben wir die 70 auch schon überschritten.
Zum Schluss kommt noch ein Tänzchen dran
Zur Freude dann für Jedermann.
Wir wollen fleißig sein und lachen
Für's Alter gibt's noch schöne Sachen.
Nun Traude, unser Dank sei Dir
Für all die heit'ren Stunden hier.

*Rosi Benkert
Dienstag 9:30 – 11 Uhr, VTH*

Ist sie fällig ...? Wir führen sie aus. Inspektionen an allen Fahrzeugen

durch die Spezialisten vom **BOSCH-DIENST**.
Jederzeit, kurzfristig, immer für Sie da.



amtl. anerkannt

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.
Übrigens: Wir sind auch
Samstagsvormittag für Sie da.
Ihr Partner rund ums Auto.

täglich TÜV

Unfallreparaturen
mit Gutachten
- Leihwagen -

BOSCH-DIENST THEUERKAUF

Hochstraße 48 · Telefon (0 61 32) 9 81 80 · Ingelheim

Seit 1894



Altgasse 37, Tel. 23 06

Altstadt-Bäckerei
Dinkenauer

mit Steh-Café

MEISTER-KAFFEE

Frisch-Depot



Inhaberin: Ros'marie Lehn
Bahnhofstraße 123 · 55218 Ingelheim
Telefon 0160 - 912 88 165



*Warum denn in die Ferne schweifen
wo die Rüwekaut so nah
bei uns doch auch die Trauben reifen
und der Wein so Sonnenklar*

Weingut Wilfried Weitzel

Neuweg 22 · 55218 Ingelheim
Tel. (0 61 32) 37 07
oder im Engeltal

Bodystyling

Jeden Mittwoch das ist fein,
treffen wir uns zu Bauch, Po, Bein.
Knackig werden Bauch, Bein und Po,
das macht nicht nur die Männer froh.
Manchmal kommen wir auch ins Schwitzen,
weil wir nicht nur immer sitzen.
Haben wir euer Interesse geweckt,
schnell die Sportsachen eingesteckt,
und zur Sporthalle nun,
denn es gibt noch viel zu tun.

*Anja Oder
mittwochs 19 – 20 Uhr, VTH*



WEINGUT DAUTERMANN



**Klassische Rotweine, fruchtige Weißweine und mehr..
Sie suchen Übernachtungsmöglichkeiten?
Wir bieten Ihnen individuell eingerichtete Zimmer
mit wunderschönem Ambiente!**

**Unterer Schenkgarten 6 * 55218 Ingelheim
Tel. 06132-1279 * www.dautermannwein.de**



Ihr städtischer Immobilienpartner

Wohnungsbaugesellschaft
Ingelheim am Rhein GmbH
Heidesheimer Straße 6
55218 Ingelheim am Rhein

Telefon: 06132 - 44193-0
Fax: 06132 - 76244

www.wbi-wohn.de
kundenbetreuung@wbi-wohn.de

*Stadtentwicklung im
Zentrum durch
Sanierung erhaltens-
werter Substanz und
Neubau von Wohn-
und Gewerbeflächen*



Antje Struth
Rechtsanwältin

**Fachanwältin für
Bau- und
Architektenrecht**

Tätigkeitsschwerpunkte:
**Privates Baurecht
Vertragsrecht
Verkehrsrecht**

**Bahnhofstraße 55 · 55218 Ingelheim
Tel. 06132 434104 · Fax 714557 · info@kanzlei-struth.de**

Rückenfit am Mittwoch

Mittwochabend 21.30 Uhr: Mit gutem Gefühl machen wir uns auf den Heimweg von der Wirbelsäulengymnastik. Vor allem Bauch- und Rückenmuskeln, aber auch Beine, Arme und Schultern sind gekräftigt und gedehnt worden. Mal werden hierzu Gymnastikbälle, Therabänder, Stepper oder Hanteln vielfältig eingesetzt. Die ganze Woche sind wir dann die Größten, schließlich haben wir uns gestreckt. Wir sitzen immer aufrecht mit erhobener Brust, denn wir wissen, die Schultern sind nicht die Freunde der Ohren, sondern der Hüften. Wenn wir gefragt würden, so könnten wir dutzende von Muskeln benennen. Nur wie man die Kniescheibe hochzieht, bleibt uns weiter verborgen.

Wir sind treu und gehen nächste Woche gerne wieder zur Gymnastik und mit gutem Gewissen nach Hause.

*Wiebke und Klaus Fleischmann
20 - 21:30 Uhr, Gymastikhalle*



Funktionsgymnastik

Wenn donnerstags kurz nach 20 Uhr die Glocken der Burgkirche verstummen, stehen die DOFRAS schon in mehreren Reihen freudig in der neuen TuS Halle bereit. Zu flotter Musik bringt uns Ada zum Schwitzen. 90 Minuten lang werden alle Muskelgruppen trainiert, damit erst gar keine Problemzonen entstehen.



Unsere Übungsleiterin achtet immer darauf, dass wir fit bleiben und viel Spaß haben. Das abwechslungsreiche Programm lockt jede Woche 20, manchmal 30 und mehr Frauen zwischen 30 und 80 Jahren in die Turnhalle. Der angespannte Beckenboden bei fließender Atmung ist Pflicht und mit einem Lächeln meistern wir die anstrengendsten Übungen. Wir sind ein lustiges Völkchen, das auch gern mal einen Schoppen oder zwei nach der Turnstunde trinkt.

donnerstags 20 – 21:30 Uhr, GTH



Die Dofras – nach 21:30 Uhr

Power Step Aerobic

Die Teilnehmer dieses Übungsangebotes sind ziemlich flott unterwegs! Nach einer kurzen Aufwärmphase üben wir eine anspruchsvolle und temporeiche Step-Choreografie ein, oftmals gemischt mit Aerobic- und Dance-Elementen. Das Niveau ist mittel bis fortgeschritten. Es ist hilfreich, früher schon mal Step Aerobic gemacht zu haben. Die Stunde endet in der Regel mit einigen knackigen Bauch-Beine-Po Übungen und einem kurzen Stretching. Auch eine Einheit Liegestütze ist keine Seltenheit.

Die optimale Übungsstunde, um sich nach einem anstrengenden Arbeitstag mal so richtig auszupowern. Wer also Lust hat, sich sportlich fordern zu lassen und seine Koordination und Kondition in Form bringen möchte – der ist hier richtig!

Derzeit arbeiten wir in der letzten halben Stunde unseres Trainings an einer besonderen Choreografie, die wir anlässlich dem TuS-Januarball am 22. Januar aufführen werden.

Nadja Graf
montags 20 – 21:30 Uhr, Fit



Getränke *Der persönliche Fachhandel*

STUMPF

Max - Planck - Str. 1
 55218 Ingelheim
 Tel.: 06132 - 791910
 Abholmarkt & Heimservice
 www.stumpf-getraenke.de

Unsere Öffnungszeiten: Montag - Freitag 08.00 Uhr - 19.00 Uhr, Samstag 08.00 Uhr - 16.00 Uhr



Elektrohandwerk
 – heute
 so wichtig
 wie morgen!

H. G. BRACK ELEKTROANLAGEN

Hermannstraße 9 · 55218 Ingelheim am Rhein
 Telefon 0 61 32 / 8 64 33 · Telefax 8 73 91

Gebäudetechnik · SAT-Anlagen · ISDN und Telefon-Anlagen
 E-Check · Hygienische Staubsaugeranlagen



Bahnhofstraße 22
 55218 Ingelheim am Rhein
 Telefon (0 61 32) 13 55

Betty Barclay

EXCLUSIV

SPORTLICH ELEGANTE
 DAMENMODE
 IN DEN GRÖSSEN 34–42/44



Kindertanz

Hallo liebe Kinder!

Es ist soweit, die "WILDEN ZEBRAS" sind unter neuer Leitung da.

Jeden Dienstag treffen sich tanzbegeisterte Kinder im Mehrgenerationenhaus in Ingelheim - West und tanzen was das Zeug hält. Kinderlieder, aber auch moderne Musik, begleiten uns um schon kleinere Choreographien einzustudieren.

Der Spaß am Tanz wird ganz groß geschrieben und soll vor allem Interesse an Bewegung vermitteln.

Wer Lust hat kann dienstags gerne zu einer „Schnupperstunde“ vorbeischaun. Wir freuen uns immer über neue Teilnehmer(innen).



Von 16.30 bis 17.30 Uhr trainieren die 3-bis 5jährigen mit Selina Mehler und von 17.30 bis 18.30 Uhr trainieren die 6- bis 8jährigen Mädchen und Buben mit Maria Luisa Virdó.

Selina und Luisa

www.edda-oppenheimer-raumausstatterin.de

Gardinen
Sonnenschutz
Tapeten
Farben
Bodenbeläge

Neuweg 53
55218 Ingelheim
Tel. 06132-3508
Fax 06132-432846

Beratung Ausführung

REHM
Straßen-und Tiefbau



seit 1925

Vorderer Böhl 46 · 55218 Ingelheim · Telefon 0 61 32 / 21 78

SKIN DEEP - „Wir gehen unter die Haut“

Wir, die Showtanzgruppe SKIN DEEP, gehören der TUS 1848 Ober-Ingelheim an und sind eine bunt gemischte Truppe tanzbegeisterter Jungs und Mädels. Derzeit sind wir 22 Tänzer und Tänzerinnen im Alter zwischen 18 und 32 Jahren und trainieren bereits jetzt fleißig für die kommende Saison 2011.

Wir trainieren intensiv zweimal wöchentlich jeweils dienstags und donnerstags in der Turnhalle an der Burgkirche. Unsere Trainerinnen Steffi Hausmann und Julia Allen halten die Truppe fit und bereiten uns immer gut auf die kommende Saison mit ihrem schweißtreibenden Training vor.

Wie in jedem Jahr haben wir im Frühjahr ein Probetraining für interessierte neue Tänzer und Tänzerinnen durchgeführt, bei dem wir viele neue und sehr motivierte Neuzugänge gewinnen konnten.

Was Skin Deep unter anderem ausmacht, hat sich in diesem Jahr auch wieder bewahrheitet. Demnach haben sich alle Neuen gut und schnell in die alte bestehende Gruppe integriert und wir sind bereits zu einer festen Einheit zusammengewachsen.

Voller Freude geht es an die Vorbereitungen unseres alljährlichen Trainingslagers im Hambachtal, welches im November stattfinden wird.

Dort machen wir es uns vorrangig zur Aufgabe, den Tanz der kommenden Saison fertig zu stellen und zu perfektionieren. Weiterhin werden dort die letzten Feinheiten in Sachen Kostüm und Make-Up gemeinsam besprochen, ausprobiert und festgelegt.

Dieses Wochenende gibt der Gruppe die Chance, über die wöchentlichen gemeinsamen vier Trainingsstunden hinaus etwas zusammen zu unternehmen.

Auch außerhalb unserer Trainingszeiten versuchen wir in regelmäßigen Abständen unsere Freizeit gemeinsam zu verbringen, sei es bei einem Grillfest oder nach einem gelungenen Tanzauftritt.

Mit unserem aktuellen Tanz „MAESTITIA ET OBSCUARITAS...WENN DER TAG ZUR NACHT WIRD“, wollen wir tänzerisch den Wandel vom schönen Tag zur dunklen Nacht präsentieren.

Dies stellen wir mit Hilfe von spektakulären Hebungen und Akrobatikeinlagen, raffinierten Kostümwechseln und Requisiten dar. Mit unserem aktuellen Tanz wollen wir ganz bewusst eine andere Seite von Skin Deep zeigen und bedienen



uns hierfür eines noch nie dagewesenen Kostüms und einer, für einen Showtanz, außergewöhnlichen Musik.

Wie sich in der laufenden Saison zeigte, hatten wir mit diesem speziellen Thema großen Erfolg und konnten damit auch zusätzlich eine andere Publikumsgruppe ansprechen.

Zu unseren Erfolgen zählen in diesem Jahr unter anderem der 1. Platz in Frei-Weinheim, 1. Platz in Gau-Algesheim (Enjeue), 2. Platz Sprendlingen (Zoom), 3. Platz Nieder-Ingelheim (Just für Fun)

In diesem Jahr absolvierten wir zum 4. Mal erfolgreich unser eigenes Showtanz-Open-Air „Die Burg beb“.

Vor ausverkauftem „Haus“ und somit zahlreichem Publikum präsentierten sich mit uns 18. Tanzgruppen vor atemberaubender Kulisse.

Durch Lichteffekte wurde die alte und kurz zuvor restaurierte Burgmauer

wundervoll in Szene gesetzt, so dass dies wieder einmal ein unvergesslicher Abend für alle war.

In diesem Jahr positiv zu verzeichnen war, dass nach gelungenem Showprogramm weiterhin bis spät in die Nacht gruppenübergreifend getanzt und gefeiert wurde.



Wir tanzen nicht nur auf Wettbewerben oder Meisterschaften sondern auch immer wieder gern auf privaten oder beruflichen Feiern. Sollten auch Sie Interesse haben, jemanden mit einem Auftritt von uns zu überraschen oder fehlt Ihnen noch ein passender Showbeitrag auf der geplanten Firmen- oder Geburtstagsfeier, so setzen sie sich einfach mit uns in Verbindung. Sehen sie hierzu einfach auf unserer Homepage unter „Kontakt“ nach.

Gerne können sich jederzeit motivierte und tanzbegeisterte Tänzerinnen und ganz besonders Tänzer bei uns melden. Infos hierzu und zu allem was die Gruppe betrifft, kann man auf unserer Homepage www.skindeep-ingelheim.de nachlesen.

Wir freuen uns auf die gemeinsame neue Saison und bleiben unserem Motto natürlich treu!

SKIN DEEP – „WIR GEHEN UNTER DIE HAUT“

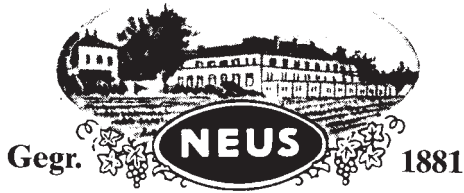
Manuela Knoll und Steffi Hausmann

Rückenfit für Männer

An alle Männer: aufgepasst,
damit hier keiner etwas verpasst.
Am Mittwochabend ist es soweit,
da steht der Fitnessraum für uns bereit.
Muskeln kräftigen, dehnen, lockern und auch lachen,
sind Dinge, die wir regelmäßig machen.
Fällt das Atmen bei den Übungen auch schwer,
wir bemühen uns trotzdem sehr.
Willst du auch mal eine Stunde mit uns verbringen,
lass dich nicht abhalten von anderen Dingen.
Herzlich bist du uns willkommen,
wir freuen uns alle auf dein Kommen.

Anja Oder
mittwochs 20 – 21 Uhr, Fit





Weingut J. NEUS

Bahnhofstraße 96 · 55218 Ingelheim am Rhein
Telefon (0 61 32) 7 30 03 · Telefax (0 61 32) 26 90



Feine Spätburgunder-Weine aus den
besten Ober-Ingelheimer Rotweinlagen

Mitglied im Verband Deutscher
Prädikats- und Qualitätsweingüter



Ihr Bäcker- & Konditor-Fachgeschäft

Rainer Nehlig

Stiegelgasse 2

55218 Ingelheim

Telefon 0 61 32 / 20 81

Fax 0 61 32 / 44 01 59



*Brotkörbe, Torten,
bunte Kuchenplatten
und vieles mehr . . .*

Qualität ☆ Ofenfrische ☆ Fachliche Beratung



Wie wünschen unseren
Mitgliedern ein frohes
Weihnachtsfest und alles
Gute für das Jahr 2011!

Der Vorstand

Badminton

Die Ballsportart Badminton ist ein Rückschlagspiel, das mit einem Federball (Shuttlecock) und jeweils einem Badmintonschläger pro Person gespielt wird. Dabei versuchen die Spieler, den Ball so über ein Netz zu schlagen, dass die Gegenseite ihn nicht den Regeln entsprechend zurückschlagen kann. Es kann sowohl von zwei Spielern als Einzel, als auch von vier Spielern als Doppel oder Mixed gespielt werden. Es wird in der Halle ausgetragen und erfordert wegen der Schnelligkeit und der großen Laufintensität eine hohe körperliche Fitness. Weltweit wird Badminton von über 14 Millionen Spielern in mehr als 160 Nationen wettkampfmäßig betrieben.

Deshalb hat sich die TuS Ober Ingelheim entschieden, auch dies in ihr großes Angebotsspektrum aufzunehmen. Jeder zwischen 11 und 17 Jahren kann in diesem Training testen ob es „seine“ oder „ihre“ Sportart wird. Grundidee ist der Spaß am Spiel. Die Kinder und Jugendlichen werden mit Tipps und Technikhilfen unterstützt und vertraut mit den Spielregeln und der Philosophie des Badmintons gemacht. Leistung steht nicht im Mittelpunkt und das Training bietet viel Raum für freies Spiel und Herausforderung! Zur Zeit sind ca. 15 Sportler in dieser Gruppe und wir freuen uns über jeden, der gern mal schnuppern möchte und vielleicht dabei bleibt...Ich würde mich freuen!

*Thomas Jauch
montags 18:30 – 20 Uhr, SMG II*

Spitze! Unsere Übungsleiter

Viele engagierte Übungsleiter sind Tag für Tag in unserem Verein aktiv. Mit viel Engagement und Sachverstand werden Stunden vorbereitet. Es werden Weiterbildungen besucht, sich vor und nach dem Training um die Belange der Mitglieder gekümmert.

Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, sind unsere Übungsleiter sehr kreativ in der Abwicklung der Geschäfte und erledigen die Bearbeitung zügig und schnellstmöglich.

Hier ein besonders schneller Übungsleiter unterwegs auf dem Weg zum nächsten Termin.



Ballspielgruppe West

Die Ballspielgruppe für Grundschüler ist für alle Jungs und Mädels gedacht, die sonst in ihrer Freizeit keine oder nicht viel Bewegung haben bzw. einfach etwas Abwechslung zu Angeboten suchen, in denen sie „wettkampfmäßig“ Training betreiben.

Bei uns geht es in der Hauptsache um Spaß am Spiel ohne Wettkampfstress. Es sind auch „übergewichtige“ Kinder willkommen!

Wir beginnen unser Training meist mit Fangspielen wie etwa „schwarzer Mann“, „Fischer, Fischer“ oder „Feuer/Wasser/Blitz“, machen dann Spiele mit kleineren Bällen wie „Zombie Ball“, „Jägerball“ oder einfache Ball-Fang-Spiele und steigern uns gegen Ende der Trainingseinheit mit Spielen wie „Völkerball“, „Brennball“, aber auch Fußball.

Mitzubringen sind neben Hallenschuhen oder Turnschlappchen genug zu Trinken - wir machen ca. alle 30 Minuten eine Trinkpause.

Kommt doch einfach mal zum Zuschauen oder Mitmachen vorbei...

Achim Schmitz

donnerstags 16 – 18 Uhr, THS

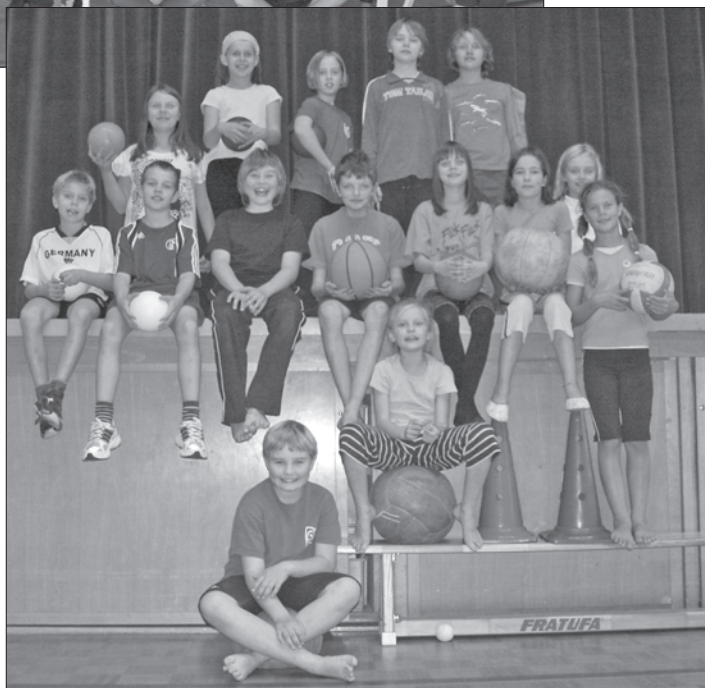
Ballspiele Grundschüler

„Sitzgeschädigte Schulkinder“ ist für uns Ballspielkinder ein Fremdwort. Wir laufen, dribbeln, werfen und spielen uns frei. Nach einer anstrengenden Schulwoche stürmen wir freitags ab 14:30 Uhr die Turnhalle an der Burgkirche. In der ersten Stunde dürfen die ersten bis dritten Klassen fangen und toben, danach sind die älteren Klassen dran. Flip Flop, Fußball und Völkerball mögen wir sehr gerne. Das Größte jedoch ist die Schnitzelgrube.

Sich fallen lassen aus schwindelnden Höhen und in die Grube springen ohne Angst sich zu verletzen, ist der Wahnsinn. Kommt einfach zum Schnuppern vorbei und erlebt wie „Ballkinder“ ihre Schulwoche ausklingen lassen.

Cäcilia Kuhlmann

freitags 14:30 - 17 Uhr, VTH



AUTOHAUS *Senger* GmbH



Ihre Servicebetriebe

**55270 Schwabenheim Selztalstraße 4
Tel. (0 61 30) 9 10 90 - 0 Fax (0 61 30) 9 10 90 - 99**

**55218 Ingelheim Konrad-Adenauer-Str. 44
Tel. (0 61 32) 79 100 - 0 Fax (0 61 32) 79 100 - 99**

www.senger.info e-mail: mail@senger.info

Abschlepp-Notdienst Tel.: 0171-636 80 08

Ihr Partner für:

**Neu- und Gebrauchtwagen · Finanzierung · Leasing
Versicherung · Unfall-Instandsetzung · Lackierung ·
Ersatzteile und Zubehör · Kundendienst ·
Abschleppservice · Auto-Waschanlage · Euromobil-
Mietwagen · Jahreswagenvermittlung**

Mädchen- Volleyball

Pritschen, Baggern, Aufschläge und Annahme, das ist unsere Welt. Wir Volleyballmädels der TuS sind eine lustige Truppe, die sich jeden Montag in der Turnhalle an der Burgkirche zusammen findet. Uns geht es um den Spaß am Lernen



des Spiels. Turniere spielen wir keine. Unser Können reicht von: „Ich fange gerade erst an Volleyball zu spielen ...“ bis hin zu „Ich möchte Angriff und Abwehr gut beherrschen...“ Im Sommer verlegen wir unser Training auf den vereinseigenen Beachvolleyballplatz oder auch ins Schwimmbad. Wir sind sehr flexibel, vielseitig und voller Ideen. Lust bekommen? Wir freuen uns über Zuwachs.

*Cäcilia Kuhlmann
montags 17-19 Uhr, VTH*

Volleyball-Mixed Jugend (Nachwuchs)

Es ist immer noch dienstags, 19.30 Uhr ...

Wie im Jahr zuvor füllt sich langsam die Halle mit jungen Leuten zwischen 14 und 17 Jahren, von denen ein paar wieder mal früher - als ich selbst - angekommen sind und bereits das Netz aufbauen (Vielen Dank!).

Die Gespräche untereinander werden von mir dann mit dem Aufwärm-Training „fast“ unterbrochen, das – wenn auch nicht am Rande der Kapazitätsgrenze der Jugendlichen – gerne bejammert wird. Trotzdem lohnt sich ein Aufwärmen immer wieder, um die Kondition und Kräfte herauszufordern und auch nicht völlig kalt mit einem schnell fliegenden (= geschmetterten) Volleyball konfrontiert zu werden.

Wir steigen dann in einfache bis manchmal komplexe Übungen ein, die immer dasselbe Ziel verfolgen. Ballkontrolle und Ballgefühl. Letzteres ist noch wichtiger, weil wir als Mannschaft zusammen versuchen, den Ball in drei Spielzügen bestmöglich beim Gegner unterzubringen. Manch einer vermisst dann den



Rhein Hessische

Energie- und Wasserversorgungs-GmbH

Für Sie sind wir rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr zur sicheren Versorgung mit preiswerter Energie dienstbereit und liefern :

Strom Gas Wasser

und durch individuell auf Ihren Bedarf abgestimmte Anlagen der Kraft-Wärme-Kopplung (Blockheizkraftwerke) auch

Wärme.

Den Einsatz regenerativer Energien fördern wir durch die Planung und den Betrieb von thermischen und fotovoltaischen Solaranlagen. Wir liefern sowohl Ökostrom als auch Biogas.

Bei all diesen Aufgaben sorgt unser Know-how für kostengünstigen Umweltschutz! Sprechen Sie uns an:

Binger Str. 135
55218 Ingelheim
Tel.: 06132 / 7801-0
Fax: 06132 / 7801-181
<http://www.rhein Hessische.de>
rhein Hessische@rhein Hessische.de

erhöhten „Spaßfaktor“, aber bei einem Mannschaftssport kommt eben dieser Spaß nur, wenn man als Mannschaft „zusammen“ spielt. Ein Einzelner alleine macht noch keinen Sieg oder besser gesagt kein bewegtes Spiel. Und wo wir schon von Bewegung sprechen :-> Volleyball ist Bewegung und Bewegung und - ok, ich nerve ... - Grundzüge des Spiels bleiben natürlich Annahme -> Stellen -> Angriff und im Gegenzug Verteidigung mit Block und Blocksicherung.

In diesem Sommer haben wir dann sogar gemeinsam das erste Volleyball-Jugend-Camp erlebt. Leider konnten wegen der Ferien nicht alle daran teilnehmen. Die Teilnehmer/innen erwartete drei Tage Volleyball am Stück, aufgelockert mit Frühstück, Essenspausen, Küchendiensten und echten Pausen, einem Schwimmbad-Fahrrad-Ausflug, Grillabend mit den Eltern incl. Beachen und mehr als einmal Nacht-Volleyball (denn die Halle hatten wir – ab später Stunde - in dieser Zeit für uns alleine). Die drei Übernachtungen in der Halle waren ebenfalls kurzweilig.

Neben den ganzen Anforderungen, die ich an die Mixed-Jugendmannschaft stelle, bleibt immer wieder genug Zeit und Gelegenheit, zu loben, wenn eben ein schöner Spielzug zustande kommt oder mal ein extra Einsatz mit Flugeinlage uns in Atem hält. Und es gibt auch immer wieder was zum miteinander Lachen, wenn mal eine Aktion total daneben geht.

Ziel war es auch – sonst lohnt der ganze Einsatz ja nicht – gegen andere Mannschaften zu spielen. Neben einem Jugendturnier in Wörrstadt (5. Platz von 9



Mannschaften) hatten wir uns auch für eine Jugendfreizeitrunde angemeldet, die hauptsächlich vom TSG Schwabenheim organisiert wurde. Eckpfeiler waren drei Ganztages-Turniere, von denen wir das letzte selbst ausgerichtet haben. Von den übrig gebliebenen Einnahmen konnten wir einen Teil des Camps mitfinanzieren, aber auch einen nagelneuen Volleyball für unseren Verein spenden. Insgesamt belegten wir in der Freizeitrunde einen noch besseren Mittelplatz (5. Platz von 11 Mannschaften). Wir hoffen auch im nächsten Jahr auf diese Gelegenheiten.

Gewinnen ist nicht alles. Wichtig ist, dass man als Mannschaft zusammen spielen lernt und ein Team bildet. Denn gemeinsam gewinnen macht doch viel mehr Spaß.

Mathias Müller-Thies (MT)
P.S. Finger und Nasen weg vom Netz!!!

Mixed-Volleyball, ein „bewegtes“ Jahr...

Wie die Jahre zuvor, spielte unsere Gruppe wieder in der Freizeitrunde Saison 2009/2010 vom Rhein Hessischen Turnerbund mit, noch immer in der 1. Gruppe (von 5en), da wir – auch wie die letzten beiden Jahre - erneut einen Abstieg erfolgreich gegen uns wenden konnten. So ständig rund um den Abstiegsplatz zu kämpfen macht nicht wirklich Spaß, aber die Mannschaften eine Ebene tiefer sind ja auch nicht die Schlechtesten. Allerdings war diese Tatsache nicht Anreiz genug, um den Klassenerhalt zu sichern. Vielleicht freute man sich sogar insgeheim ein wenig, nicht immer gegen dieselben Mannschaften zu spielen.

Es kam dann so, wie es schon länger hätte kommen können - wir haben in dieser Saison den letzten Platz in der 1. Gruppe belegt. Damit waren wir per forma abgestiegen, aber der liebe Volleyball-Gott ist eben doch ein Ober-Ingelheimer ... Denn durch neue Konstellationen wurden wir wieder in die erste Gruppe gesteckt (es gibt jetzt zwei Spielsysteme, 3-3 bzw. 4-2 sprich die erste Zahl gibt die maximal spielenden Männer auf dem Feld an). Wir hatten uns für die aktuelle Saison 2010/2011 für das 4-2 System entschieden, weil wir in der letzten Saison leider auf zwei unserer Damen verzichten mussten.

Der Start in die neue Saison ist uns gut gelungen mit einem 3:0 Auswärtserfolg gegen Powerball Dienheim. Damit haben wir bereits im ersten Spiel 50% mehr Sätze gewonnen als in der ganzen letzten Saison. Also sind wir mal guter Dinge, denn die in 2009 neu dazu gekommenen Spieler haben sich prima weiterentwickelt und zwei weitere Neuzugänge ergänzen inzwischen unsere Mannschaft. Drückt uns die Daumen ...

Auch in diesem Jahr waren – außerhalb der Freizeitrunde – Turnierteilnahmen am Wochenende eher die Ausnahme.

Traditionell haben wir aber in Gimbsheim (Freiluftturnier) teilgenommen, wie-

der verstärkt durch unseren jugendlichen Nachwuchs. Es ist und bleibt einfach ein wunderbares Turnier, bei dem man nicht zu viel erwarten, sondern das Miteinander-Spielen unter freiem Himmel genießen sollte. Die Vorrunde verlief prima, in der Zwischen-Platzierungs-Runde konnten wir aber nicht so weit vorne landen. Damit spielten wir wieder mal in den uns bekannten Regionen und erreichten den 27. Platz von über 40 Mannschaften.

Für eine kleine Gruppe – ergänzt um weitere Nicht-Volleyballer – hat Jürgen T. auch in diesem Jahr eine viertägige Wandertour organisiert. Bei bestem Wetter (drei Tage nur Sonne) waren wir mit sechs Personen rund um die Erlanger Hütte (2.550 m) unterwegs. Für mich persönlich immer ein Highlight der Erholung im ganzen Trubel rund um Familie, Beruf & Verein. Vielen Dank !!!

Unsere Volleyball-Gruppen (auch wir) haben erneut durch Kontakte beim „open Beachen“ Zuwachs bekommen. Vielleicht überbrückt manch einer damit nur die Winterzeit bis zur nächsten Beach-Saison, aber manchmal entdeckt man dadurch wieder wie viel Spaß Volleyball - auch in der Halle - macht.

Vielen Dank an alle „Alten“ und „Neuen“ für die Unterstützung und die gemeinsame Spielfreude, die Volleyball als Mannschaftssport so interessant macht. Gewinnen ist nicht immer das Wichtigste, aber als Team mit Spielfreude gewinnen, macht richtig glücklich...

Mathias Müller-Thies
donnerstags 19:30 – 21:30 Uhr, THS



Unser Verein im Internet:

www.tusoi.de

Aktuelles/Termine – Turn- und Sportangebot – Mitgliederzentrum

WEINGUT KARLSHOF

KARLHEINZ PITZER • INGELHEIM/RHEIN

MÜHLSTRASSE 61 • TELEFON (0 61 32) 34 68

Weinmuseum

Spezialitäten: Riesling, Gewürztraminer
Grauer Burgunder, Chardonnay, Spätburgunder
KARLSHOF-WEINE für die schönen Stunden zu Hause



**TRAUTMANN
IMMOBILIEN**



Ihr Partner des Vertrauens für
• Verkauf • Vermietung • Verwaltung

Grundstr. 85 a • Ingelheim
Telefon 06132-790970 • Telefax 06132-7909777

Kooperationspartner der
M'B Mainzer Volksbank eG
www.mvb.de

 **WOLFPRINT**

www.wolf-ingelheim.de

Volleyball / Spiel / Spaß

Auch dieses Jahr wollen wir bekannt geben, dass wir da sind und immer noch gerne miteinander Volleyball spielen. Unsere Gruppe ist sehr stark gewachsen, zählt fast 30 Mitglieder, so dass wir Ende letzten Jahres zusätzliche Trainingseinheiten bei unserem Verein beantragen mussten und sie auch bekamen. Dafür bedanken wir uns bei der Vereinsleitung der TuS Ober-Ingelheim ganz herzlich. Man kann alternativ einen Trainingstag in der Woche wählen, aber auch die Möglichkeit nutzen, zwei Mal in der Woche zu spielen. Viele machen das auch, da es einfach nett bei uns ist. Wir lachen viel und ärgern uns nicht allzu sehr über verspielte Bälle, wodurch auch die Gruppengemeinschaft stark zusammen wächst.

In der Ferienzeit haben wir auf unserem Beachvolleyballfeld an der Burgkirche das Ostsee-, Nordseefeeling vor der Haustür genossen. Es war auch ein super Sommer zum Volleyballspielen.

Wie jedes Jahr möchte mich an dieser Stelle bei meiner Mannschaft für das Engagement, Offenheit und Freude am Volleyballspielen herzlich bedanken und hoffe, dass wir noch lange zusammen spielen und andere gemeinsamen Unternehmungen genießen können.

Regina Matczak
montags in der neuen SMG Halle von 18:30 – 20 Uhr und
dienstags in der IGS Halle von 20 – 22 Uhr



Kinder in Bewegung

Laufen, Springen, Balancieren, Krabbeln, Kriechen, Koordination schulen, den natürlichen Bewegungsdrang unserer Kinder fördern und dabei viel Spaß haben---, das sind die Bausteine unserer Kinderturnstunden.

Zu Beginn der Stunde dürfen die Kinder unsere Gerätelandschaft frei erkunden. Helfer stehen wachend zur Seite, greifen jedoch nur ein, wenn Hilfe erbeten wird oder die Situation es erfordert.“ So viel wie nötig, so wenig wie möglich“ ist der Leitsatz. Kinder finden im Spiel mit der Bewegung ihre eigenen Lösungen. Es ist immer wieder erfrischend zu sehen, wie fantasie reich die Kleinen durch die Halle fegen.

Mit dem Begrüßungskreis, in dem alle Teilnehmer namentlich aufgerufen werden, beginnt der Turnspaß.

Laufen so schnell wie ein Auto, Beine anziehen wie beim Fahrrad fahren oder Spiele wie „Eismonster“ und „Brücken fangen“ erwärmen das Herz-Kreislaufsystem. Kleine Übungen mit und ohne Materialien runden den ersten Teil ab.

Und dann---- Startklar zum Turnen. Zwei vorbereitete Turnmeilen für Kraft, Gleichgewicht, und Koordination stehen bereit. Noch ein Stempel auf die rechte Hand, das erleichtert die Gruppeneinteilung und hilft beim Abschiedslied die Hand wieder zu finden, und -- Los geht es.

Balancieren über den Schwebebalken, Rollen wie ein Baumstamm über die Matte, mit dem Seil einen Berg erklimmen und im Fallen einen Ball fangen machen enormen Spaß.

Mit einem Spiel gehen 60 Minuten „Cilli-Turnen“ zu Ende. Nach dem Lied: „Alle Leut ...“ oder einem aufgeblasenen Luftballon verabschieden wir uns.

Verabschieden müssen wir uns auch von Cora, die für 6 Monate nach England geht.

Bis zum Jahresende steht sie uns noch mit vorausschauenden Augen und hilfreichen Händen zur Seite. Ihre liebenswerte und ruhige Art wird uns fehlen. Für die Zukunft wünschen wir ihr alles Gute, viel Freude bei ihrem Auslandsaufenthalt und sagen herzlichen Dank für wunderschöne Jahre.

Für Cora Gercek ein Abschied, für Matthias Winterzheimer ein Neuanfang.

Als frisch ausgebildeten Vorturner heißen wir ihn herzlich in unseren Turnstunden willkommen. Bereits jetzt hat er die Herzen der Kinder erobert. Danke für Deine Hilfe.

Cäcilia Kuhlmann
montags 16 – 17 Uhr, VTH



Tischtennisgruppe

Wir sind zur Zeit etwa 10 Jungs und Mädels im Alter von 10-15 Jahren, wovon 5 Spieler aktiv in der Schülermannschaft der TuS 1848 Ober Ingelheim beim Rhein Hessischen Tischtennis- Verband (RTTV) mitspielen und im letzten Jahr bereits einen beachtlichen 5. Platz in der Schülerliga erringen konnten.

Zu Beginn unseres Trainings machen wir meist Aufwärmspiele wie „Tischtennis-Tennis“, Hockey oder Fußball und nach einer Trainingseinheit werden anschließend noch spielerische Trainingsformen wie Kaiserspiel oder Rundlauf gemacht.

Willkommen sind alle Schüler / Jugendlichen ab ca. 8 Jahren. Es sollte bereits eine gewisse Grunderfahrung vorhanden sein sowie der Ehrgeiz, auch irgendwann mal in einem „offiziellen Wettkampf“ gegen andere antreten zu wollen.

Die Tischtennisgruppe ist gedacht, um den Schülern / Jugendlichen erste Einblicke in die Wettkämpfe mit anderen Vereinen zu geben.

Mitzubringen sind Hallenturnschuhe und geeignete Sportkleidung- wer hat, auch ein Schläger (...wir haben auch Schläger zum Verleihen..)

Kommt doch einfach mal zum „Schnuppertraining“ vorbei.

*Achim Schmitz
mittwochs 17 – 19 Uhr, VTH*

GROSSER ONLINE-SHOP!

SCHÖN FAHRRÄDER

TELEFON 0 67 25 / 25 75
INGELHEIMER STRASSE 46
55435 GAU-ALGESHEIM

FAHRRÄDER
KINDERRÄDER
HEIMSPORT
RADSPORTBEKLEIDUNG
MODERNE WERKSTATT

„Rad fahren ist Schön!“

www.schoen-fahrraeder.de

Entdecken Sie
Ihr schönes
Haar!

„Sie finden uns:“
Obere Bahnhofstraße 116
Tel.: 2615



Jürgen Berr Malergeschäft



*Maler-, Tapezier- und Anstricharbeiten
klassische Lasurtechniken*

*55218 Ingelheim-Großwinternheim
Kreuzstraße 49 · Telefon: 0 61 30/13 67*

Bambino - Bubenturnen (5 u. 6 jährige)

Donnerstags um Drei, sind wir mit dabei!

Ab jetzt gehört den Jungs die Turnhalle. Springen, Hüpfen und koordinierte Übungen an Turngeräten werden zum „Kinderspiel“. An den Turngeräten erfolgen erste Übungen und Erfahrungen werden gesammelt. Gezielte Übungen zur Kräftigung der Muskulatur stehen auf dem Übungsplan.

Besonders interessant wird es, wenn wir Geräte missbrauchen und die Ringe zur „Affenschaukel“ werden. Das Tau in der Turnhalle hat die Stunden um viele ideenreiche Übungen erweitert. So können wir wie „Tarzan“ durch die Lüfte fliegen. Besonders viel Spaß haben wir auf unserem Außengelände. Hier üben wir Weitsprung, Werfen oder nutzen es für Spiele.

Die Kinder erfahren hier viele Möglichkeiten der Bewegung und entwickeln ihren sportlichen Ehrgeiz. Dabei werden soziale Aspekte erlernt, um im Alltag so manche Situation leichter und stressfreier zu bewältigen.

Wir wünschen allen Kindern weiterhin viel Spaß und Freude beim Turnen.

*Miriam Fleischmann & Martin Haas
donnerstags von 15 bis 16:30 Uhr, VTH*



Sieht aus wie neu!
Riecht wie neu!
Macht stolz wie neu!



Für Sie ausgesucht:

50 erstklassige Mercedes-Benz
Jahreswagen. Gebrauchtwagen.

Garantie. Inzahlungnahme. Finanzierung.
Leasing. Alle Preislagen.



Mercedes-Benz
Zerban

Autorisierter Mercedes-Benz Service

Binger Straße 200 55218 Ingelheim Telefon 06132 - 8 80 01

Bubenturnstunde

Mit viel Freude und Spaß gehen diese Jungs im Alter von 7-9 Jahren jeden Donnerstag zum Turnen in unsere Vereinsturnhalle. Ein abwechslungsreiches Übungsangebot steht immer auf dem Programm. Kraft und Beweglichkeit sind keine Fremdwörter.

Es gilt besonders die Koordination von verschiedenen Bewegungsabläufen zu erlernen und dabei die Muskelkraft gezielt einzusetzen. Durch gymnastische Übungen werden die Voraussetzungen für das Turnen an verschiedenen Geräten erlernt. Sport ist nicht nur Kraft, auch das Sozialverhalten und das Selbstbewusstsein der Kinder wird gestärkt. Damit es nicht zu einem Leistungszwang wird, sind die Übungen in einen spielerischen Ablauf eingebunden. Auch Gruppenspiele kommen hierbei nicht zu kurz.

Die Außenanlage haben wir wieder ausgiebig genossen und die Sandgrube wurde mit viel Geschrei gestürmt. Die große Wiese und die Laufbahn wurden eifrig genutzt. Es wurde gemessen wer schneller läuft, weiter wirft oder am weitesten springt. Das hat richtig Spaß gemacht.

Auf jede Menge tolle Turnstunden mit Euch freuen sich....

*Philipp Weitzel, Maximilian Haas und Martin Haas
donnerstags 15:30 – 17 Uhr, Gym*



Gerätturnen für Jungen

Mein Name ist Thomas Jauch und ich leite die Geräteturngruppe Jungs von 8 - 12 Jahren. Zur Zeit turnen ca. 8 Buben bei mir. Die Grundidee meiner Turnstunde ist Spaß am Turnen zu finden und neue Bewegungsformen zu entdecken. Der Leistungsgedanke steht eher im Hintergrund, wird aber nicht vernachlässigt. Es soll bei den Kindern eine Bewegungsgrundlage für ihre weitere Zukunft geschaffen werden, wobei Wettkämpfe und Leistungsvergleiche eher zweitrangig sind bzw. vorerst nicht auf dem Plan stehen. Die zwei Stunden werden so gestaltet, dass jeder auf seine Kosten kommt und der Bewegungsdrang zumindest für diesen Tag befriedigt wird. Dies wird durch viele kleine Aufwärmspiele gewährleistet und natürlich der Dauerbrenner Fußball darf nicht vergessen werden. Ich glaube, dieses Konzept stellt einen guten Ausgleich zu den Sportstunden in der Schule und dem üblichen wettkampforientierten Vereinssport dar. Der individuelle Fortschritt steht hier im Mittelpunkt. Ich hoffe, die Jungs bleiben mir noch lange erhalten und vielleicht kommen auch wieder neue dazu... Ich würde mich freuen!

*Thomas Jauch
Montags 16 – 18 Uhr Pesta*

Die Rolladen Firma

Inh. M. Porr
Rolladen- und Jalousiebauermeister

- Rolläden • Markisen • Jalousien •
- Kundendienst •

55122 Mainz

Ⓟ **Mombacher Str. 23** Ⓟ

Tel.: 06131 - 3 28 98 **30** Fax: **39**

www.die-rolladen-firma.de

Bubenturnen 8 - 10 Jahre

Schlau und fit, das ist hier der Hit!

Donnerstags in der Zeit von 16:30 Uhr bis 18 Uhr haben wir hier unseren Spaß. Bewegung, Gruppenspiele und Sport ist für viele Kinder ein Fremdwort, jedoch bei uns ist Bewegung und Sport jede Woche mit viel Spaß verbunden.

Wir machen Spiele, Übungen zur Kräftigung unserer Muskulatur, Dehnübungen und nutzen die Vielfalt der Geräte in unserer Halle. Viele Übungen sind spielerisch aufgebaut und machen richtig Spaß. Was gibt es Schöneres als mal

so richtig zu toben, Energien frei zu lassen und sich mit anderen Jungs zu "messen". Jede Woche wird ein abwechslungsreiches Programm geboten.

Leistung wird täglich in der Schule gefordert, dann lass uns die Freizeit entspannt und frei gestalten. Dies genießen die Kinder und freuen sich auf einen tollen Nachmittag.

Auf abwechslungsreiche Turnstunden mit Euch freut sich...

*Martin Haas
donnerstags 16:30-18 Uhr,
VTH*



Mädchenturnen

Rad, Handstand, Rolle und Aufschwung kann man bei uns lernen. Ohne Leistungsdruck, in deinem eigenen Tempo, kannst Du jeden Freitag kleine Erfolgserlebnisse spüren und etwas für deinen Körper tun.

Mit Haltung und Körperspannung über den Schwebebalken schreiten oder eine zusammenhängende Übungsreihe zu Turnen macht Spaß. Turnbegeisterte Kinder ab 10 Jahre sind in unserer Turnstunde herzlich willkommen.

Cäcilia Kuhlmann
freitags 17 - 19 Uhr, VTH



Spiel - Sport - Spaß

Wir sind ca. 15 Jugendliche im Alter von 11-15 Jahren, die sich jeden Donnerstag (außer in den Ferien) von 18-20 Uhr treffen.

Die Gestaltung der Stunde übernehmen teilweise unser engagierter Trainer Martin, teils aber auch wir in die Hand:

Es gibt mal ein Krafttraining oder es wird für das Sportabzeichen trainiert, dies absolvieren wir jedes Jahr. Natürlich werden die Stunden mit vielen abwechslungsreichen Spielen (z. B. Hockey, Flip-Flop usw.) gefüllt.



Dabei haben wir alle eine Menge Spaß.

Im Sommer unternehmen wir regelmäßig Ausflüge ins Freibad oder mit dem Fahrrad in die Umgebung mit anschließendem Eisessen.

*Friedrich Ehinger und
Magnus Berner
donnerstags 18 – 20 Uhr, VTH*

Der Übungsleiter und alle Jugendlichen freuen sich jederzeit auf neue Teilnehmer. Wer Lust hat kommt einfach mal zu uns in die Stunde und macht mit.

Martin Haas

Besuch im Kletterwald Lauschhütte

Am Freitag, den 28. Mai 2010 fuhren wir mit unserer Sportgruppe in den Kletterwald Lauschhütte.

Wir trafen uns am frühen Nachmittag auf dem Vereinsgelände der TuS Oberingelheim. Mit freundlicher Unterstützung einiger Eltern und einem Leihtransporter, organisiert von Martin, fuhren wir zur Lauschhütte in den Binger Wald. Dort angekommen stürmten viele zum Eingang des Kletterwaldes. Nachdem wir unsere Ausrüstung bekommen und alle erfolgreich die Einweisung absolviert hatten, konnten wir auf den verschiedenen schwierigen Parcours beginnen. Zu unserer Freude gab es fast keine Wartezeiten auf den Plattformen oben in den Bäumen. Nach dem erfolgreichen Durchklettern verschiedener Parcours, zum Glück

ohne Verletzte, gab es eine kräftige Stärkung. Danke an unseren Übungsleiter Martin, der uns dieses Abend-Picknick mitgebracht hatte.

Nachdem wir alle satt waren, hatten wir Spaß auf einem von Kin-



dern aus Naturmaterialien gebauten, bodennahen „Nicht den Boden berühr“ Parcours. Nach 50 Sekunden Laufzeit auf der wackeligen Strecke verbesserten wir uns bis auf 25 Sekunden. Läufer, die unter 40 Sekunden laufen würden, bekämen Süßigkeiten zur Belohnung, meinte Martin anfangs, doch später stürzten wir uns alle nur noch darauf.

Als wir am späten Abend wieder am Vereinsgelände der TuS ankamen, waren wir alle kraftlos, aber auch froh, etwas so Tolles gemacht zu haben.

Etienne Fieg

Fördergruppe weiblich, 5 - 8 Jahre

Seit 2 Jahren trainiere ich jetzt die Fördergruppe im Bereich Gerätturnen weiblich der TuS Ober-Ingelheim. Unser Training findet dienstags und freitags in der Gerätturnhalle statt. Unser Ziel ist es, die P-Übungen der Variante b an den Geräten Boden, Balken, Barren und Sprung zu trainieren und sie an Einzel- und Mannschaftswettkämpfen vorzuzeigen. Wie jedes Jahr haben meine Turnerinnen an den Gau-Einzelmeisterschaften teilgenommen und gute Leistungen erbracht. Cosima Pitzer erturnte sich in der Ak 7 einen erfolgreichen zweiten Platz auf dem Treppchen. Auch in der Ak 6 hatten wir eine Turnerin am Start. Stella Tennigkeit absolvierte ihren ersten Wettkampf mit einem fantastischen zweiten Platz.

Um diese kleinen Talente weiter zu fördern, arbeiten wir im Bereich Turnen weiblich an einem neuen Programm. Wir möchten ein Grundlagentraining aufbauen, welches für die Fördergruppe verpflichtend und für die Gerätturn- und Mädchenturngruppen freiwillig ist. Dort sollen Haltung,

Beweglichkeit und Kraft geschult werden, unter anderem auch durch Ballett. An dieser Stelle möchte ich mich für die Hilfe und Unterstützung bei Bianca Simonsmeier bedanken.

Um weitere Turntalente zu entdecken, besuchten Bianca und ich dieses Jahr die Purzelolympiade. Diese findet einmal im Jahr für die Erstklässler der Präsident-Mohr-Schule und für die Kindergartenkinder statt. Durch die speziellen Übungen bekamen wir einen guten Eindruck über die Beweglichkeit und Kraft der



Kinder. Die Kinder, die eine bestimmte Punktzahl erreicht haben, bekommen eine Einladung von mir für ein Probetraining in meiner Fördergruppe. Die Einladungen werden Anfang November verschickt und ich freue mich über jeden, der das Probetraining besucht.

Zum Schluss möchte ich meinen Turnerinnen weiterhin viel Glück und Erfolg auf ihren Wettkämpfen wünschen.

Jana Haynert
dienstags 16 – 18 Uhr, freitags 15 – 17 Uhr, GTH





Jürgen Guth
Schreinermeister
Schulstr. 1
55270 Bubenheim
Tel./ Fax 0 61 30 / 86 76
Mobil: 01 63 / 9 25 28 08

- > Innenausbau
- > Vollholz- & Einbaumöbel
- > Parkett- & Laminatböden
- > Trockenbau
- > Haustüren & Fenster
- > Holzbödenaufarbeitung

Alles für Wein-, Obst-, Ackerbau und Garten

Dünger, Saatgut, Pflanzenschutz, Gartengeräte und vieles mehr
Bestellung per Internet: www.heinrichs-agrar.de

061 32 18 19



**Heinrichs
Agrar**

Bauschlosserei

Schmiedearbeiten · Metallgestaltung

55218 Ingelheim
An den Wiesen 25

Tel.
(0 61 32) 8 68 20

Gerätturnen weiblich (7 - 10 J.)

Zweimal wöchentlich, immer dienstags von 17.30 bis 19.30 Uhr und samstags von 10 bis 12.30 Uhr trainieren wir gemeinsam, um unsere Grundlagen zu schulen, aber auch um neue Elemente an den vier Geräten Sprung, Barren, Balken und Boden zu erlernen.

In diesem Jahr hat sich unsere Gruppenzusammensetzung deutlich verändert. Zum einen sind einige Mädchen in die Leistungsriege gewechselt, dafür haben wir aber auch einige neue fleißige Turnerinnen hinzugewonnen. Ebenso hat ein Trainerwechsel stattgefunden. Nachdem Kerstin Menk die Gruppe berufsbedingt nicht mehr trainieren kann, ist nun ihre Schwester Bettina ins Trainerteam gerückt.

Auf Grund des Wechsels haben wir dieses Jahr noch nicht an den Gau- Mannschaftsmeisterschaften teilgenommen. Dafür freuen wir uns aber umso mehr auf die Vereinsmeisterschaften und auf die noch folgenden Wettkämpfe.

Bettina Menk



Autohaus

Schneider

NISSAN DAIHATSU

**Vorderer Böhl 33
55218 Ingelheim 06132-44070**

Jetzt wieder in Ingelheim



ERMURI - DIE GENUSS COMPANY

FIRST EUROPEAN GROUP OF TOBACCONISTS

by

Tabak Schenkel

(ehemals Bambach)

An der Burgkirche 2 · Ingelheim
Telefon 0 61 32/71 69 54 · Telefax 71 69 76

BLOCH & MÜLLER GmbH

Miele ■ **LIEBHERR** ■ *jura* ■ **NIVONA**

Beratung - Verkauf - Kundendienst

- Kundendienst mit modernsten Diagnosegeräten
- größte Miele-Ausstellung in Rheinhessen

55218 Ingelheim · Nahering 4 · Telefon (06132) 87051

e-mail: blochmueller@t-online.de

Öffnungszeiten: Montag - Freitag 9-19 Uhr / Samstag 9-14 Uhr

„...KAUFEN SIE, WO PREIS UND SERVICE STIMMEN“.

Fördergruppe Gerätturnen weiblich 14 Jahre und älter

In der Fördergruppe weiblich (14 Jahre und älter) turnen Mädchen und Frauen mit dem Ziel, bei Wettkämpfen in der Kür modifiziert (KM) zu starten. Dies ist eine erleichterte Form der Kür, wie sie auch von Spitzenturnerinnen im Fernsehen gezeigt wird. In diesem Jahr turnten Bianca Simonsmeier, Ellen Schmitz und Alina Haynert in der KM3. Bei den Gau-Meisterschaften wurde Ellen erste, Bianca und Alina zweite in ihren Altersklassen. Obwohl sich alle drei qualifiziert hatten, konnte leider nur Ellen bei den Rheinhessen-Meisterschaften starten und belegte einen guten vierten Platz. Sie konnte als Nachrückerin bei den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften im Rahmen des Rheinland-Pfalz-Turnfestes in Mainz an den Start gehen, und konnte durch eine sehr gute Leistung auch dort den vierten Platz belegen.

Bei den Mannschaftsmeisterschaften starten in diesem Jahr Alina Haynert, Ellen Schmitz, Katharina Schmitz, Linda Tempski, Michaela Ahrens und Nataly Knopper in der jahrgangsoffenen KM3. Bei den Gau-Meisterschaften konnten sie noch ohne Konkurrenz ihre Übungen testen, haben mit ihrer Leistung schon gezeigt, dass sie auch in diesem Jahr an den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften teilnehmen wollen, wo sie im letzten Jahr den 7. Platz belegten.

*Jochen Körber
montags, mittwochs, freitags, immer 19 – 21 Uhr in GTH*





Inh. Ralf Wedekind
Hornweg 10
55218 Ingelheim
Tel. 0 61 32 / 23 79
Fax 0 61 32 / 4 07 90

www.burghorneck.de
E-Mail: info@burghorneck.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Samstag ab 16.00 Uhr

Sonn- und Feiertags 11.30 – 14.00 Uhr und 17.30 – 21.30 Uhr



Bahnhofstr. 111 • 55218 Ingelheim
Tel: 06132 / 790 420 • Fax: 06132 / 790 429

claudia@ingelheimer-reisebuero.de

WWW.INGELHEIMER-REISEBUERO.DE

Flughafen, Internet, Reisebüro - überall ein Preis! Wußten Sie das?
Beratung & Service machen den einzigen Unterschied!



Metzgerei
Stephan
Ein gutes Stück Ingelheim ...



55218 Ingelheim/Rhein

Rinderbachstraße 7 · Telefon (06132) 22 79

Turnerische Mehrkämpfe

Im Deutschen Turnerbund gibt es eine Wettkampf-Form, bei der die Vielseitigkeit im Vordergrund steht, die Mehrkämpfe. gibt es zwei Wettkämpfe, bei denen wir regelmäßig teilnehmen: einmal die Deutschen-Sechs- bzw. Acht-Kämpfe, die aus je drei bzw. vier turnerischen und leichtathletischen Disziplinen bestehen. Zum anderen die Jahn-Sechs- bzw. Jahn-Neunkämpfe, die aus je zwei bzw. drei turnerischen, leichtathletischen und schwimmerischen Disziplinen bestehen.

Anna Burger und Lea Reinheimer starteten in diesem Jahr erstmals im Jahn-Sechskampf und konnten beim Kehler-Jahn-Cup erste Erfahrungen sammeln, wo Anna mit Platz zwei und Lea mit Platz vier in einem 15-köpfigen Teilnehmerfeld gleich einen guten Eindruck machten.

Bei den diesjährigen Rheinland-Pfalz-Meisterschaften im Rahmen des Rheinland-Pfalz-Turnfestes in Mainz starteten sieben Teilnehmer, von denen sich die vier Jahnkämpfer für die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften in Berlin qualifizieren konnten.



Rheinland-Pfalz-Mehrkampfmeisterschaften:

- | | | |
|-----|--------------------|-----------------------------|
| 1. | Jochen Körber | Jahn-Neunkampf M30+ |
| 1. | Anna Burger | Jahn-Sechskampf W12/13 |
| 3. | Lea Reinheimer | Jahn-Sechskampf W12/13 |
| 2. | Bettina Menk | Jahn-Sechskampf W18/19 |
| 4. | Timo Engelmann | Deutscher-Sechskampf M14/15 |
| 12. | Theresa Junkermann | Deutscher-Sechskampf W12/13 |
| 17. | Amelie Schild | Deutscher-Sechskampf W12/13 |

Leider konnte Bettina Menk, Vizemeisterin 2009, aufgrund einer Verletzung nicht bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften starten. Die drei verbleibenden Teilnehmer konnten sich im vorderen Mittelfeld behaupten. Der Punkteabstand zu den Podiumsplätzen war bei allen Teilnehmern relativ klein, was neue Motivation für das nächste Jahr geweckt hat.

Deutsche-Mehrkampfmeisterschaften

- | | | |
|-----|----------------|------------------------|
| 8. | Jochen Körber | Jahn-Neunkampf M30+ |
| 14. | Anna Burger | Jahn-Sechskampf W12/13 |
| 15. | Lea Reinheimer | Jahn-Sechskampf W12/13 |

Jochen Körber

Todesfälle 2010

Ilse Weber
Anton Krämer
Doris Hansen
Ernst Menk, Ehrenmitglied
Ingeborg Hofmann
Prof. Dr. Hans-Armin Weirich, Ehrenmitglied



Leistungsriegen Gerätturnen männlich Ak 9-14 und Ak 15+

Etwa 30 Turner verteilen sich auf unsere beiden Turngruppen im männlichen Jugendbereich.

Betreut und trainiert werden sie in wechselnder Zusammensetzung vom Trainerteam Christian Bader, Jan Hendric Britsemmer, Marco Eppelmann, Dennis Hofstetter, Peter Knopper und Tim Lunkenheimer. Gelegentlich hilft auch Harry Walter aus und nach ihrem Zivildienst hoffen wir auf erneute Verstärkung durch Christian Fenner und Andreas Seemer.

Alle Turner der Ak 9-14 trainieren montags und freitags 2 Stunden, einige darüber hinaus mittwochs und samstags noch einmal je 2 Stunden an den 6 Geräten Boden, Pauschenpferd, Ringe, Sprung, Barren und Reck.

Die Turner der Ak 15+ trainieren mit den Erwachsenen im Aktivtraining montags, mittwochs und freitags je 2 Stunden.



Da ist es nicht verwunderlich, dass wir sehr erfolgreiche Turner und auch Mannschaften vorzuweisen haben.

Um nur einige Erfolge herauszugreifen, erwähne ich im Folgenden:

Einzelmeisterschaften 2010:

Turner	Meisterschaft	Platz
Sam Bender	Gau-Meisterschaften Ak 10/11 Pflicht	1.
	Rheinessenmeisterschaften	2.
	RLP-Meisterschaften	7.
Bastian Castor	Gau-Meisterschaften Ak 10/11 Pflicht	2.
Lucas Engelmann	Gau-Meisterschaften Ak 11 u.j. Kür	2.
	Rheinessenmeisterschaften	1.
	RLP-Meisterschaften	2.



Top-Service statt 08/15. Das Girokonto der Sparkasse.

16.000 Geschäftsstellen, 25.000 Geldautomaten, 130.000 Berater u.v.m.*

175 Jahre
Gut für die Region.

 Sparkasse
Rhein-Nahe

Geben Sie sich nicht mit 08/15 zufrieden. Denn beim Girokonto ist mehr für Sie drin: mehr Service, erstklassige Beratung rund ums Thema Geld und ein dichtes Netz an Geschäftsstellen mit den meisten Geldautomaten deutschlandweit. Mehr Infos in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sparkasse.net.
Wenn's um Geld geht - Sparkasse.

*Jeweils Gesamtanzahl bezogen auf die Sparkassen-Finanzgruppe.

Gangluff

Wärme- und Versorgungstechnik oHG

Industriestraße 27

55543 Bad Kreuznach

Telefon (06 71) 3 10 66

www.gangluff-haustechnik.de

Heizung · Lüftung · Sanitär

Blockheizkraftwerke

Solaranlagen · Pelletskessel

Kundendienst · Planung

Turner	Meisterschaft	Platz
Timo Engelmann	Gau-Meisterschaften Ak 14/15 Kür	2.
	Rheinessenmeisterschaften	3.
	RLP-Meisterschaften	5.
	RLP-Mehrkampfmeisterschaften	6.
Marco Eppelmann	Gau-Meisterschaften Ak 19+ Kür CdP	1.
	Rheinessenmeisterschaften	1.
	RLP-Meisterschaften	2.
Nepomuck Guth	Gau-Meisterschaften Ak 12 Pfl+Kür	1.
Maik Konrad	Gau-Meisterschaften Ak 16/17 Kür	2.
	Rheinessenmeisterschaften	2.
	RLP-Meisterschaften	6.
Robin Lunkenheimer	Gau-Meisterschaften Ak 14/15 Pflicht	2.
Tobias Menk	Gau-Meisterschaften Ak 12/13 Kür	1.
	Rheinessenmeisterschaften	2.
	RLP-Meisterschaften	3.
Leo Schild	Gau-Meisterschaften Ak 9 u.j. Pflicht	3.
Thilo Schild	Gau-Meisterschaften Ak 11 u.j. Kür	1.
	Rheinessenmeisterschaften	2.
	RLP-Meisterschaften	1.
Andreas Seemer	Gau-Meisterschaften Ak 19+ Kür CdP	2.
Patrick Stadler	Gau-Meisterschaften Ak 12/13 Kür	3.
	Rheinessenmeisterschaften	3.
	RLP-Meisterschaften	7.
Jan Weil	Gau-Meisterschaften Ak 14/15 Kür	3.
Peter Weil	Gau-Meisterschaften Ak 16/17 Kür	1.
	Rheinessenmeisterschaften	1.
	RLP-Meisterschaften	5.

Mannschaft 2010:

Turner	Meisterschaften (Gerätturnen)	Platz
Männer (jahrgangsoffen) Marco Eppelmann, Peter Knopper, Jochen Körber, Andreas Seemer, Fabian Scheele, Manuel Völlinger, Alexander Volk, Roland Zaun	Gau-Mannschaftsmeisterschaften	1.
	Rheinessen-Mannschaftsmeisterschaften	1.
	Rheinland-Pfalz-Mannschaftsmeisterschaften	1.

Turner	Meisterschaften (Gerätturnen)	Platz
Männl. Jugend (13 u.j.) Timo Engelmann, Tobias Menk, Daniel Schäfer, Patrick Stadler, Jan Weil, Matthias Winterheimer	Gau-Mannschaftsmeisterschaften Rheinhessen- Mannschaftsmeisterschaften Rheinland-Pfalz- Mannschaftsmeisterschaften	1. 1. 1.
Männl. Jugend (13 u.j.) Sam Bender, Lucas Engelmann, Nepomuck Guth, Paul Heinrich Rodde, Thilo Schild	Gau-Mannschaftsmeisterschaften Rheinhessen- Mannschaftsmeisterschaften Rheinland-Pfalz- Mannschaftsmeisterschaften	1. 1. 3.

Da wir Trainer allesamt aus dem Leistungsturnen stammen und teilweise selbst noch im Ligabetrieb in Wettkämpfen stehen, freuen wir uns, wenn wir etwas weiter geben können.

Besonderen Spaß macht das Training, wenn alle ehrgeizig an ihren Zielen arbeiten und neue Elemente lernen. Mittlerweile sind viele unserer jungen Turner so gut, dass spektakuläre Turnelemente wie Tsukahara, Twists, Doppelsalti u.v.m. in der Trainingshalle zu sehen sind.

Wir wünschen Euch, dass ihr weiterhin mit viel Spaß fleißig turnt und bald in unsere Fußstapfen als Ligaturner tretet.



Bedanken möchten wir uns bei den Kampfrichtern und engagierten Eltern, die unsere Gruppe unterstützen.

Für das Trainer-team

Peter Knopper

Die TuS 1848 Ober-Ingelheim in der 1. Kunstturn-Landesliga Hessen

In der nunmehr 14. Saison turnen wir in der hessischen Kunstturn-Landesliga , davon 9 Jahre erstklassig.

Notwendig wurde dies, weil es in Rheinland-Pfalz keine Liga in dieser Stärke gibt. Die Hessenliga 1 steht direkt unter der Regionalliga und gilt als eine der leistungsstärksten Landesligen Deutschlands.

2009 wurden wir nach einer durchwachsenen Saison Fünfter. Wir hatten oft Schwierigkeiten unsere Mannschaft komplett auf die Wettkampfmatten zu bringen. Viele arbeiten mittlerweile auch am Wochenende und können dann nicht immer zur Verfügung stehen.

In der Saison 2010 haben wir bisher alle geturnten Wettkämpfe gewonnen. So-



gar gegen den Vorjahressieger TV Ober-Ramstadt konnten wir vor heimischem Publikum punkten. Einzelne Ausfälle konnte das Team gut wegstecken. Dies spricht für die Stärke und Ausgeglichenheit der Mannschaft.

Als Neuzugang aus eigener Vereinsjugend können wir Christian Fenner verbuchen, der gleich einen guten Start als Punktebringer für die Mannschaft hinlegte.

Unser Turner-Kader für 2010 besteht aus einer bunten Mischung von „alt“ und jung

Dennis Hofstetter (26 J.)

Peter Knopper (38 J.)

Fabian Scheele (22 J.)

David Jäger (15 J.)

Alexander Volk (29 J.)

Roland Zaun (36 J.)

Manuel Völlinger (22 J.)

Jochen Körber (31 J.);

Andreas Seemer (20 J.)

Daniel Steinmetz (34 J.)

Harry Walter (23 J.)

Christian Fenner (19 J.)

gehen für uns an die Geräte.

Unser Dank gilt den Helfern, v.a. Hallensprecher Peter Weil und „Rechenbüro“ Bianca Simonsmeier, unserem Heimkampfrichter Christian Bader und „Thekenmannschaft“ Ehepaar Körber, den Jugendturnern für den Aufbau der Bodenfläche und unseren Unterstützern im Verein, Turngau Bingen und Rhein Hessischem Turnerbund, sowie allen unseren Fans, die uns bei den Wettkämpfen anfeuern.

*Roland Zaun und
Peter Knopper*



Aktivturnen

Drei mal in der Woche haben Turnerinnen und Turner ab 18 Jahren bei uns die Gelegenheit mit Spaß am Gerät aktiv zu sein.

Wir turnen in gemischter Runde, d.h. nicht nur, dass man bei uns Frauen und Männer trifft, sondern auch eine bunte Mischung aus Leistungsturnern und Leuten, die eben erst anfangen eine Turnerin oder ein Turner zu werden. Jeder ist willkommen, der Spaß am Turnen hat, egal ob Neueinsteiger oder ehemaliger Spitzen- oder Gelegenheitsturner.

Wir nehmen auch schon mal Leute unter 18 auf, wenn sie zu uns passen – einfach vorbeikommen und ausprobieren.....



Über 40 Turnerinnen und Turner sind eingeschrieben, aber in der Regel sind nur zwischen 15 und 25 in der Halle und üben in lockeren Gruppen, je nach Neigung und Vermögen. Bei uns gibt es keine Anwesenheitspflicht und keiner wird überfordert.

Wer gerade Hilfe oder Tipps braucht, bekommt sie von den Trainern oder auch Mitturnern. Mitglieder unserer Gruppe nahmen dieses Jahr auch am Turnfest Rheinland-Pfalz teil und sind bei so ziemlich allen Vereinsveranstaltungen zu finden. Auch beim Januarball sind einige von uns mit Auftritten vertreten.

Wir freuen uns über weiteren Zulauf von Turnbegeisterten, denn Gerätturnen ist wieder „in“ und macht Spaß!

Peter Knopper

Denk-Sport-Seite

Verteilen Sie Ziffern von 1 bis 9 so in den Feldern, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem der neun 3x3-Feldern jede der Ziffern genau einmal auftaucht.

		3					7	
		4	1		5			3
6			2			4		
7						8	1	5
	3	2						
				1		9		
	6	9	5			3		
	7	8		4			5	

1. Wer tritt uns ungestraft ins Gesicht?
2. Ein Araber vermachte seinen drei Söhnen siebzehn Kamele. Diese sollten sie folgendermaßen unter sich aufteilen:
Der Älteste sollte die Hälfte bekommen, der zweite Sohn ein Drittel und der Jüngste ein Neuntel.
Wie konnten sie die Kamele aufteilen?
3. Hier bilden 10 Streichhölzer 3 gleichseitige Vierecke:



Nun sollen 9 Streichhölzer ebenfalls 3 gleichseitige Vierecke bilden!

Runde und halbrunde Geburtstage im Jahre 2010

75 Jahre: Francisco Amaro
 Ilse Eichler
 Marlies Fauth
 Marline Fischer
 Werner Fischer
 Ulrich Franzky
 Brigitte Gräff
 Katharina Hamann
 Hans Holz
 Ingeborg Krämer
 Margot Lindemann
 Ursula Reißinger
 Heinz Rothkegel
 Günter Schultheis
 Heinz Schupp
 Gertrud Ubl
 Ria Weitzel
 Marianne Winterheimer

80 Jahre: Veronika Axt
 Wilhelm Biebesheimer
 Otto Albert Boehringer
 Erika Harstick
 Helmut Hessel
 Hans-Joachim Kreuziger
 Johannes Müller
 Otti Pauleit
 Waltraud Rapp
 Josefa Schicke
 Anneliese Stephan
 Erich von Baumbach

85 Jahre: Heinz Bitz
 Marianne Buschmann
 Annemarie Frenz
 Hilde Hoog
 Herta Metzler
 Werner Oppenheimer
 Johanna Richter
 Franz Wedekind

90 Jahre: Marianne Esch

Veranstaltungen im 1. Quartal in der Vereinshalle

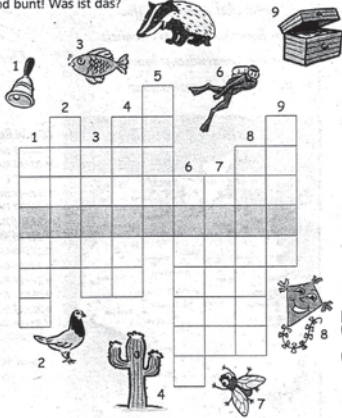
Samstag, 22.1.2011	Januarball TuS 1848 Ober-Ingelheim	20:00 Uhr
Sonntag, 20.2.2011	ICV Kreppekaffee	14:11 Uhr
Samstag, 26.2.2011	ICV Sitzung	20:11 Uhr
Donnerstag, 3.3.2011	ICV Altweiberball	20:11 Uhr
Freitag, 4.3.2011	ICV Fastnachtsparty	20:11 Uhr
Samstag, 5.3.2011	Luy Party Live Musik	19:00 Uhr
Dienstag, 8.3.2011	TuS Kindermaskenball	14:00 Uhr

Weitere Veranstaltungen werden auch auf unseren Internetseiten www.tusoi.de bekanntgegeben.

Kindseite 2010

HALLO KIDS

Findet heraus, was die Bilder bedeuten, und tragt die Wörter ein, dann ergibt sich das Lösungswort. Kleiner Tipp: Es ist knackig, frisch, süß und ziemlich lecker. Dabei auch noch gesund und bunt! Was ist das?



Beim Mittagessen sagt Erna zu ihrer Mutter: „Jetzt habe ich die Möhren genau 18 mal gekaut, Mama!“ „Das ist brav,“ sagt die Mutter. Erna zieht ein Gesicht und fragt dann weinerlich: „Und was soll ich jetzt damit machen?“

Handwritten signature

Buchstabensalat Welches Wort wird gesucht?



Lösung: Sesamstrasse

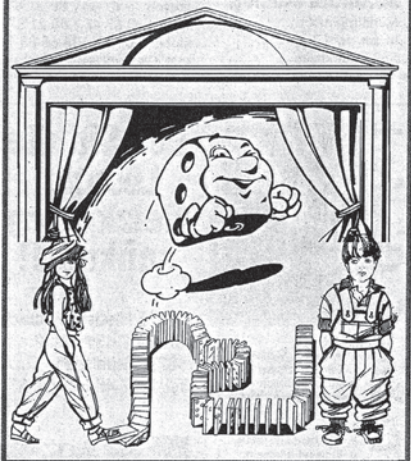
Weißt du was???

Wonach riechen Rehkitze?

- a) Nach Muttermilch
- b) Sie sind geruchlos
- c) nach Äpfeln und Nüssen
- d) nach Vanillepudding

(Richtige Antwort lautet: b)

Zum Ausmalen

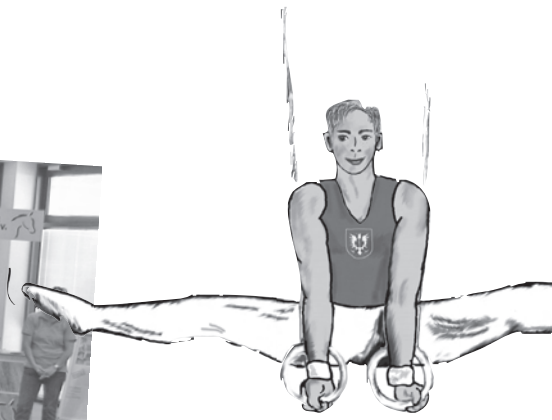


Gesammelte Bilder 2010









Mitteilungen aus der Geschäftsstelle

Geschäftsführer: Martin Haas

Anschrift der Geschäftsstelle: An der Burgkirche 24, 55218 Ingelheim
Telefon 06132-621510, Fax 431178

Internet-Adressen: info@tus-ober-ingelheim.de
verwaltung@tus-ober-ingelheim.de
www.tusoi.de

Geschäftszeiten: dienstags & donnerstags von 8 – 12 Uhr

Der monatliche Mitgliedsbeitrag beträgt für	€
Kinder, Jugendliche und Erwachsene	7,50
Familien (2 Erwachsene und Kinder bis 18 Jahre)	15,00
Aufnahmegebühren für Einzelmitgliedschaft	15,50
Familienmitgliedschaft	26,00

Nach Vollendung des 18. Lebensjahres ist der Verbleib in der Familienmitgliedschaft nicht mehr gegeben. Ausnahmen: Wehrdienst, Ausbildung, Studium (bitte Nachweis erbringen).

Kinder und Jugendliche in den Leistungsgruppen, die an mehr als 2 Übungseinheiten pro Woche teilnehmen, zahlen einen Zusatzbeitrag in Höhe von z.Z. € 5,00 pro Monat. Die Mitgliedschaft in der Fecht- und Karateabteilung setzt ebenfalls einen Zusatzbeitrag voraus.

Die Beiträge werden halbjährlich, jeweils Ende Januar und Ende Juli eingezogen, die Zusatzbeiträge im März und Oktober eines Jahres.

Änderungen der Adresse oder Bankverbindung

bitte umgehend an die Geschäftsstelle melden. Rücklastschriften verursachen Kosten von mindestens € 5,00. Wir sind gezwungen, diese Kosten zuzüglich Ausgaben für Porto und Bearbeitung an die Mitglieder weiterzugeben.

Bei Unklarheiten wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle.

Informieren Sie sich über das Übungsangebot und die Kursangebote auf der Homepage des Vereins: www.tusoi.de

Denk-Sport-Lösungen

2	1	3	9	6	4	5	7	8
9	8	4	1	7	5	2	6	3
6	5	7	2	3	8	4	9	1
7	9	6	4	2	3	8	1	5
1	3	2	8	5	9	7	4	6
8	4	5	7	1	6	9	3	2
4	6	9	5	8	1	3	2	7
5	2	1	3	9	7	6	8	4
3	7	8	6	4	2	1	5	9

1. Der Schweiß
2. Sie liehen sich ein Kamel aus und hatten nun 18 Kamele. Der Älteste nahm die Hälfte also 9 Kamele, der zweite Sohn ein Drittel also 6 Kamele, der Jüngste ein Neuntel also zwei Kamele: $9 + 6 + 2 = 17$. Das geliehene Kamel konnten sie also zurückgeben.
Der Trick: ein Halbes + ein Drittel + ein Neuntel ergibt siebzehn Achtzehntel und nicht ein Ganzes!
3. Streichhölzer:



Impressum

Herausgeber: Turn- und Sportgemeinde 1848 Ober-Ingelheim
1. Vorsitzender Peter Knopper, Vorgergasse 42,
55288 Partenheim, Tel. 06732-964408

Verantwortlich: Traude Rebmann
Bilder und Satz: Peter-Bernd Otte
Druck: Druckerei Wolf GmbH, Ingelheim
Auflagenhöhe: 1.200 Exemplare

Die Vereinsnachrichten erscheinen einmal jährlich und werden von freiwilligen Helfern kostenlos verteilt.

Bankverbindung: Mainzer Volksbank eG
BLZ 551 900 00
Kto-Nr. 466760014



Bauzentrum Struth

Konrad-Adenauer-Str. 12
in Ingelheim
Tel: 06132 – 790 70-0
www.bauzentrum-struth.de

Baumarkt • Baustoffe • Gartengestaltung



GARTENBAU



BODENBELÄGE

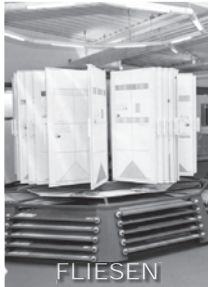


BAUSTOFFE

**Ihr starker
Partner rund
um Haus
und Garten,
Wohnen
und Leben!**



TÜREN/
FENSTER



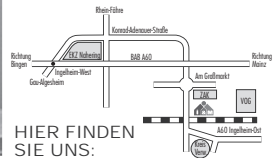
FLIESEN



SANITÄR



geprüfter
Energie-Fachberater.de
im Baustoff-Fachhandel



HIER FINDEN
SIE UNS:

SERVICE

Oberste Priorität – die Kundenzufriedenheit! Wir bieten Ihnen individuelle Beratung und ganzheitliche Betreuung durch unser geschultes Fachpersonal. Ein umfangreiches Servicepaket aus Logistik und Planung orientiert sich ausschließlich an Kundenbedürfnissen. Das unterscheidet uns von anderen!

- ✓ CAD Bad-Planung
- ✓ Lieferung
- ✓ Aufmaß-Service
- ✓ Farbmischmaschine
- ✓ Holzschnitt
- ✓ und vieles mehr

AUSSTELLUNG

In unseren Ausstellungen können Sie sich direkt vor Ort von Qualität, Material und Beschaffenheit überzeugen.

- ✓ Fliesen und Sanitär
- ✓ Bodenbeläge
- ✓ Innentüren
- ✓ Gartengestaltung

ENERGIESPAREN

Auch beim Thema Energiesparen stehen wir Ihnen kompetent zur Seite, stellen den Energie-Ausweis aus und zeigen Ihnen die Einsparpotentiale Ihrer Immobilie auf!

QUALITÄT

Qualität gibt Sicherheit. Die Auswahl der Produkte sowie die Bandbreite des Sortimentes überlassen wir nicht dem Zufall. Wir bieten bewährte Markenqualität zu einem fairen Preis-Leistungsverhältnis an.

**WIR SIND FÜR SIE DA UND STEHEN
IHNEN MIT RAT UND TAT ZUR SEITE!**



da muss man hin...

- **STAMMHAUS** Ingelheim • Bahnhofstraße
Anspruchsvolles Wohnen auf 5 Etagen
Romantisches Kellergewölbe mit exklusiven Importen
- ***KÜCHENWELT*** Ingelheim • Nahering
150 Muster-Küchen
Größte-Küchen-Auswahl der Region
- ***trend discount*** Ingelheim • Nahering
Lifestyle Möbel, Wohnaccessoires, Geschenkartikel,
Teppiche und Leuchten

NEU: Online-Shop:

➔ www.moebel-schwaab.de ◀

MÖBEL

SCHWAAB

INGELHEIM

Ideen und Trends

EINRICHTUNGSPARTNER | RING