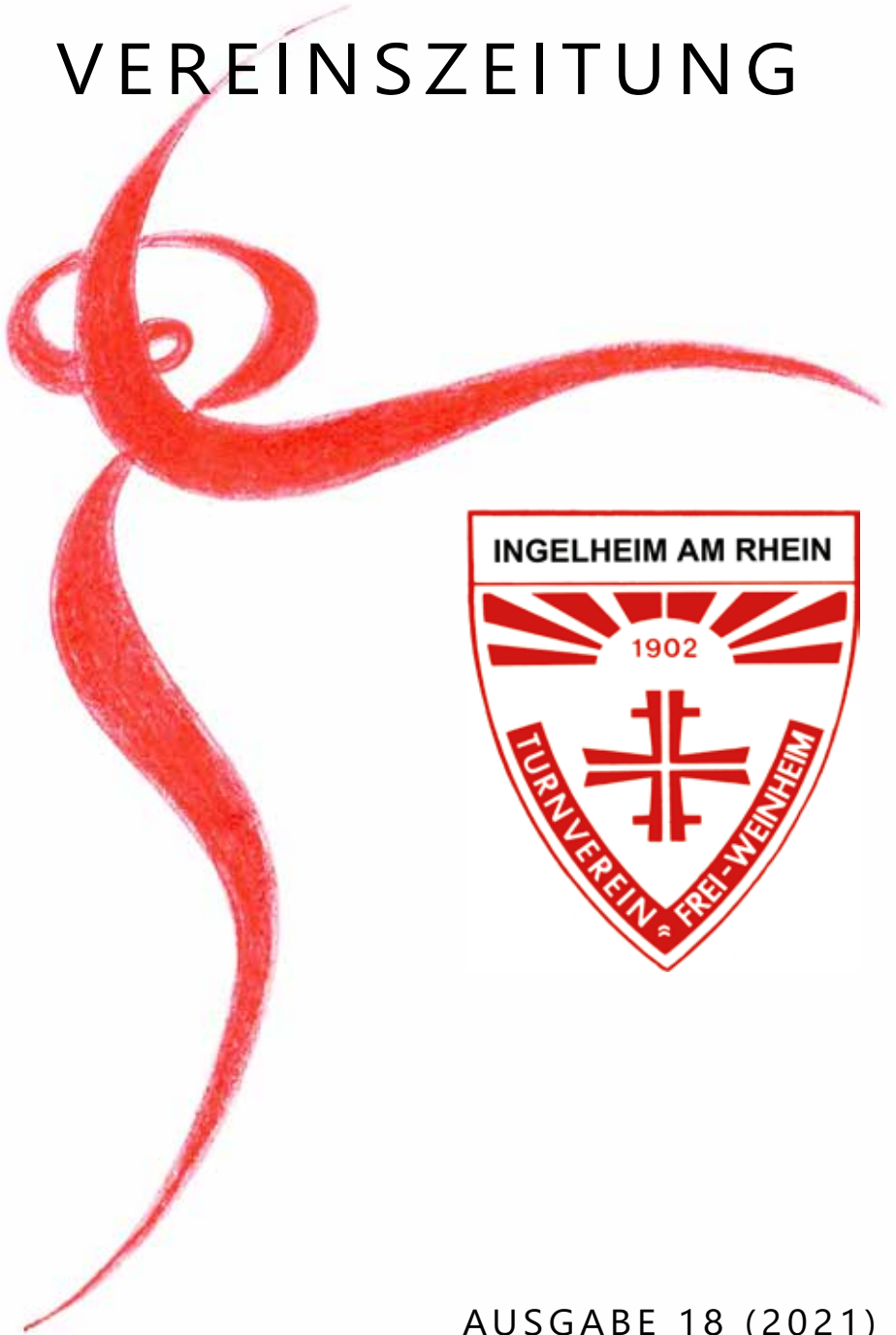


VEREINSZEITUNG



AUSGABE 18 (2021)

Hörsysteme **Jörg Rempe**

Filialen in
Ihrer Nähe

**Mainz,
Ingelheim,
Nieder-Olm**



Reha für das Gehör.

Stärken Sie mit unserem Renova Hörtraining Ihre eigenen Kompetenzen bei der Hörverarbeitung im Gehirn. Für ein besseres Hören und die maximale Nutzung Ihres Sprachverstehens.

www.rempe.de | info@rempe.de

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|-------|
| Grußwort | 4 |
| Portrait | 5 |
| Fortbildung: „Keine Chance für sexualisierte Gewalt!“ | 6 |
| Neue Übungsleiterinnen und Assistentinnen | 7 |
| Turnen in Corona-Zeiten | 8 |
| Training Pilates, BBP und Step in Zeiten von Corona | 10 |
| Digitaler Sport in Pandemiezeiten macht glücklich | 12 |
| Halloween-Party in der BAM 1 und BAM 2 Gruppe | 13 |
| Die Männersportgruppe und Corona | 14 |
| Fastnacht 2021 | 16 |
| Übungsplan TV Frei-Weinheim | 18 |
| Volleyballer auf Abwegen | 20 |
| „Wettkampfturnen“ mal anders als gewohnt | 23 |
| Wochenendfahrt der Turnerfrauen nach Hamburg | 24 |
| Rätselspaß | 28/30 |
| Termine | 30 |
| Das Redaktionsteam sucht dringend Verstärkung | 31 |
| Einladung zur Mitgliederversammlung | 33 |
| Anzeigenformular | 34 |
| Der Vorstand | 35 |
| Impressum | 35 |

Mitgliedsbeiträge
Da der Übungsbetrieb aufgrund der Pandemie nur noch eingeschränkt möglich ist, hat der Vorstand beschlossen, für März bis Juni 2020 und Januar bis März 2021 keine Mitgliedsbeiträge zu erheben.

Bitte beachten Sie auch die Anzeigen in diesem Heft und berücksichtigen Sie die Inserenten bei Ihren Einkäufen. Durch diese Anzeigen wird unsere Vereinszeitung etwa zur Hälfte finanziert.

Grußwort

Liebe Mitgliederinnen und Mitglieder,

unser Tagesablauf ist geprägt von Inzidenzzahlen, Prognosen und AHA Regel. Wen wundert da eine Wortschöpfung wie „Coronamüdigkeit“?

Auch unser Vereinsleben wurde durch Verordnungen und Regelungen in den letzten Monaten stark beeinflusst. Wir wurden alle überrascht vom ersten Lockdown im März 2020 und seinen Auswirkungen. Um wenigstens die finanziellen Belastungen für unsere Mitglieder abzumildern, hat der Vorstand kurzfristig reagiert und die Mitgliedsbeiträge für die Monate März bis Juni erlassen und den jährlichen Einzug ins Spätjahr verschoben. Auch für dieses Jahr wurde der Beschluss für die Aussetzung der Mitgliedsbeiträge für die Monate Januar bis März 2021 bereits gefasst. Seit Beginn der Pandemie mussten viele gemeinsame Trainingsstunden, Wettkämpfe und gesellige Ereignisse abgesagt werden. Doch wir sind Sportlerinnen und Sportler, haben Durchhaltevermögen und behalten unser Ziel im Auge: gemeinsam Sport zu treiben!

Wenn auch eingeschränkt, ist dies zum Glück dank digitaler Plattformen, trotz Corona möglich. Ob Pilates, Bauch-Beine-Po, Gymnastik oder Step Aerobic im Wohnzimmer, Kindertanzen im Ess- oder Kinderzimmer, Wettkampfturnen als Challenge über alle Wohntage - vieles ist möglich! An dieser Stelle ein besonderer Dank an unserer Übungsleiterinnen und Übungsleiter, die mit vielen Ideen und Engagement ein kreatives Online-Training für Sie möglich machen.

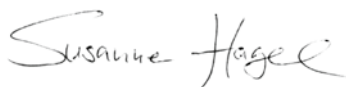
Schauen Sie in der Mitte Ihrer Ausgabe, welches Training digital angeboten wird oder sprechen Sie uns gerne persönlich an.

In der Hoffnung, dass in diesem Jahr eine Mitgliederversammlung wie geplant stattfinden kann, laden wir Sie herzlichst zur **diesjährigen Versammlung am 23. Juni 2021** ins Bürgerhaus Frei-Weinheim ein. Informationen zu diesem und zu weiteren Terminen, finden Sie wie immer auf der letzten Seite dieser Ausgabe Ihrer Vereinszeitung.

Genießen Sie den Frühling und bleiben Sie fit!

Mit sportlichen Grüßen,

Ihre



Frühling ist, wenn die Seele wieder **bunnt** denkt.

(inspirierender Spruch – Autor unbekannt)

Portrait

Eveline Breyer

Auch in diesem Heft setzen wir die Vorstellung unserer Übungsleiter fort.

(EB) Eveline Breyer ist 38 Jahre alt, hat mit ihrem Mann zwei Kinder, wohnt in Frei-Weinheim und ist seit 2002 Übungsleiterin im TV Frei-Weinheim. Sie hat damals die bereits seit längerem existierende Gruppe von Ute Gerber (früher Meuser) übernommen, die sportlich etwas kürzertreten wollte. Kurz zuvor schloss Eveline die Ausbildung zum Fachübungsleiter Fitness- und Gesundheit ab, die sie gemeinsam mit Barbara Guhlmann absolvierte. Neben dem Tanzsport, den sie damals im lateinamerikanischen Paartanz und als Trainerin der Schautanzgruppe „Just for Fun“ betrieb, war ihr die Ausbildung vor allem wichtig, um eine gesunde Körperhaltung, gesunde Bewegungsabläufe und einen allgemein gesunden Lebensstil zu verstehen und konkret im eigenen Sporttreiben und als Trainerin umsetzen zu können.

Das Gelernte in vollem Umfang weiterzugeben gelang ihr damals wie heute am besten in ihrer Mittwochsgruppe. Ständiges Sitzen, falsches Tragen oder nicht gestärkte Muskeln führen zu typischen Alltagsbeschwerden von schmerzenden Bereichen im Körper. Dem möchte sie durch eine funktionelle Gymnastik entgegenwirken. Dazu entwickelt sie jede Woche ein abwechslungsreiches Programm, das immer den ganzen Körper

betrifft. Sie setzt dabei Therabänder, Hanteln, Brasils, Topangas, Bälle und vieles mehr ein. In Pandemiezeiten und Onlinetraining kommen Milchtüten, Wasserkästen und Besenstiele zum Einsatz.

Viel Freude bereiteten Eveline die Fortbildungen, die sie in den letzten Jahren absolvieren konnte. Vor allem das Faszientraining und Pilates hat sie nachhaltig in die Weiterentwicklung der Mittwochs-gymnastik aufgenommen.

Mit dem Start des Ingelheimer Stadtlaufs „Ingelheimer Halbe“ hatte sie auch eine Laufgruppe im TV Frei-Weinheim ins Leben gerufen und immer sonntags eine Gruppe auf den 5 bzw. 10 km-Lauf und Halbmarathon vorbereitet. Es freut sie sehr, dass auch heute noch >



selbstständig eine Laufgruppe regelmäßig trainiert, doch aus Zeitgründen hat sie diese Gruppe wieder aufgegeben. Nach Jahren des Leistungssports und Trainerseins ist mittlerweile die Mittwochsgruppe der einzig verbliebene Sport, den Eveline noch in einer Gemeinschaft treibt. Für Eveline bedeutet ihre Gruppe sehr viel. Die ausgelassene Stimmung und die stets motivierte Haltung, gemeinsam etwas für die Gesundheit zu tun, sind für sie trotz Vollzeitarbeit als Bürgermeisterin der Stadt Ingelheim und Familienleben Antrieb weiter zu machen. Zudem schätzt sie die Zusammenarbeit mit allen Übungslei-

tern und mit dem Vorstand sehr. Keiner steht im Mittelpunkt, sondern alle sind immer stets darauf bedacht gemeinsam den Verein aber auch jeden Übungsleiter einzeln zu unterstützen und zu entwickeln. Für Eveline ist das nicht selbstverständlich.

Eveline nimmt auch an weiteren Angeboten des Vereins teil. Durch „Babys in Bewegung“, „Mama fit“ und Kleinkinderturnen sind auch die Kinder Mitglied geworden. Deshalb freut sie sich auf noch viele weitere Jahre Bewegung und Begegnung im TV Frei-Weinheim.

Fortbildung: „Keine Chance für sexualisierte Gewalt!“

Da die Kinder und Jugendarbeit ein wichtiger Bestandteil des Vereinslebens ist, ist es auch hier wichtig auf dieses sensible Thema aufmerksam zu machen. Deshalb werden wir drei uns vor allem in den kommenden zwei Jahren intensiv mit diesem Thema, im Rahmen einer Fortbildung und der Umsetzung des Präventionskonzeptes in den praktischen Vereinsalltag, auseinander setzen. Dies wird in Form von Selbstverteidigungskursen,

Informationenveranstaltungen und vielem mehr stattfinden. Das gemeinsame Ziel aller rheinland-pfälzischen Vereine und Fachverbände ist es Menschen für dieses komplexe Thema zu sensibilisieren und entsprechende Schutzmaßnahmen vor Ort aufzubauen. Wir freuen uns auf die Herausforderung des Projektes, sowie auf die enge Zusammenarbeit aller Übungsleiter/-innen.

Corinna Koch, Jule Bauer, Nadine Zerban

**Wir schauen hin –
Keine Chance
für sexualisierte Gewalt**

Ein Gemeinschaftsprojekt des Landessportbundes
Rheinland-Pfalz, der Sportjugend Rheinhessen, der
Sportjugend Rheinland sowie der Sportjugend Pfalz.



Neue Übungsleiterinnen und Assistentinnen

Die Yoga-Stunde montags hält ersatzweise Petra Kolfenbach. Elke Plep wird im Bereich Kleinkinder von Anna Köhl unterstützt. Und Carmen Löhr ist seit Oktober 2020 die ÜL für die Stepstunde.

Herzlich Willkommen, DANKE für euer Engagement und viel Spaß bei den Trainingsstunden!

Carmens Stepstunde
in der Coronazeit.



- Anzeige -




**Bäckerei
Grünewald**
Landbäckerei seit 1881

Backwaren mit Zutaten
aus unserer Region
Soonwald • Nahe • Rheinhessen
www.baeckerei-gruenewald.de
Feldborn 2 • 55444 Waldlaubersheim

SooNahe

Gutes von Nahe und Hunsrück

Turnen in Corona-Zeiten

Eltern-Kind- und Kleinkinderturnen freitags 16:00 bis 18:00 Uhr

(CL) Für alle war das vergangene Jahr ein turbulentes und ungewöhnliches Jahr mit vielen Neuerungen und Einschränkungen. Die Pandemie hatte die ganze Welt im Griff.

Das hat sich natürlich auch auf den Turnbetrieb ausgewirkt.

Begonnen hat es an der Brüder-Grimm-Schule mit der Schließung des Schulbetriebes, woraufhin wir als Turnverein den Betrieb ebenfalls komplett eingestellt haben.

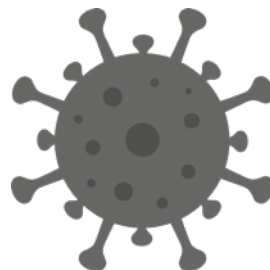
Nach dem ersten Lockdown wurde dann nur unter Einschränkungen weiter gemacht. Die Turngruppen mussten verkleinert werden. Für das Eltern-Kind- und Kleinkinderturnen freitags hieß das 18, bzw. später nur noch 9 Personen pro Hallenteil waren erlaubt. Somit wurde in der Eltern-Kind-Gruppe mit maximal 8, später sogar nur noch mit 4 Kindern geturnt, was sich, wie man sich vorstellen kann, in der großen Halle ziemlich verloren hat. Aber die Kinder hatten trotzdem Spaß an der Sache, was wohl das Wichtigste war. Eine weitere Einschränkung betraf die Geräte. Es waren nur noch Turngeräte erlaubt, die auch mit Desinfektionsmitteln abgewischt werden konnten. Somit war ein Großteil der Aufbauten nicht mehr möglich.

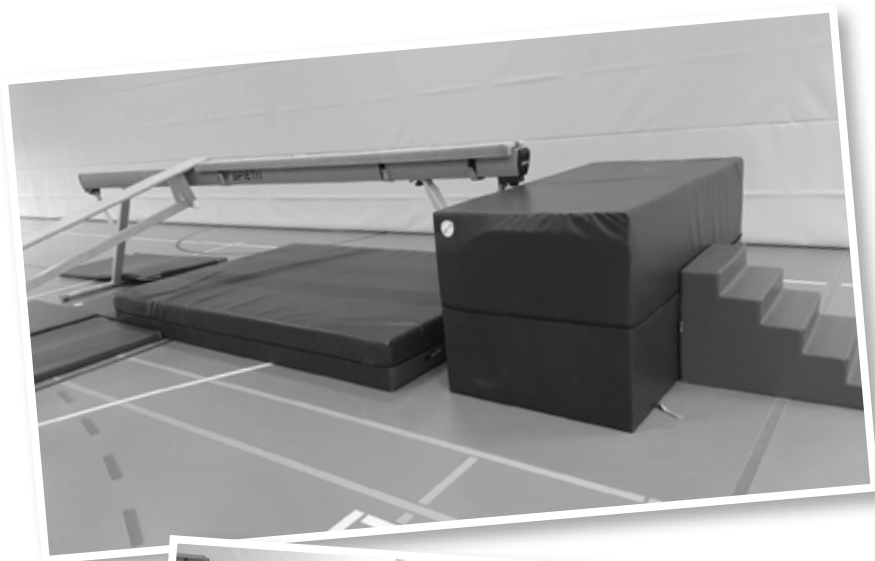
Was ebenfalls eine Herausforderung darstellte, war das Hygienekonzept, dass umgesetzt werden musste. Im Eltern-Kind-Turnen wurden alle Teilnehmer vorne am Tor abgeholt, dann wurden alle Hände desinfiziert, danach ging es los. Alle Eltern durften nur mit Maske teilnehmen. Nach der Stunde mussten alle Geräte desinfiziert werden und alle wurden wieder raus ans Tor gebracht.

Beim Kleinkinderturnen wurden die Kinder am Tor vorne abgeholt, Eltern konnten leider nicht mit in die Halle, da sonst die vorgegebene Personenzahl überschritten wäre. Das war ebenfalls für viele nicht einfach.

Auch konnten bei beiden Gruppen jeweils nur Kinder mitmachen, die vorher angemeldet waren.

Alles in allem nicht einfach, aber machbar. Dennoch sind wir froh, wenn wir wieder ein ‚normales‘ Turnen anbieten können. Denn Bewegung und Sport sind eine schöne Sache, die unbedingt gefördert werden muss.





*Bildquelle: Carmen Löhr, privat.
Aufbaubeispiele Kinderturnen*

Training Pilates, BBP und Step in Zeiten von Corona.

(MML) Meine letzte Stunde im Bürgerhaus fand Anfang März 2020 statt, danach war nichts außer abwarten.

Ich habe angefangen mir Videos aufzunehmen und über YouTube in die Gruppen zu teilen, damit wir wenigstens ein bisschen Bewegung in dem Lockdown hatten.

Leider war es für mich Neuland, Videos zu drehen. Mit dem Mobiltelefon ist es schwierig sich selbst aufzunehmen. Ein Video wurde gelöscht, weil ich nicht an die GEMA gedacht habe.

Zum Glück sind die Maßnahmen gelockert worden und wir durften uns draußen treffen und trainieren. Den ganzen Sommer haben wir im Rheingau trainiert. Es ist gewöhnungsbedürftig auf dem Rasen zu trainieren, an dem Leute vorbei spazieren, Mücken uns vertreiben wollen oder Regengüsse uns die Stunde abbrechen ließen. Trotzdem war es eine tolle Erfahrung, die wir dieses Jahr wiederholen werden.

Der zweiten Lockdown kam und Carmen übernahm die Stepstunde. Sie und beschloss, dass jedes Mitglied ein Stepbrett mit nach Hause nimmt, um mit dem Online-Training starten zu können.

Ende November machte ich einen Crashkurs bei ihr und begann mit meinem On-

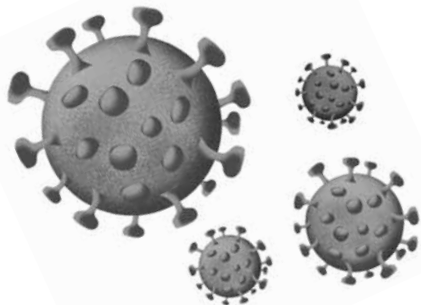
line-Streaming Pilates und BBP mein Online-Streaming.

Wir begannen damit die Plattform Jitsi zu benutzen. Sie ist ganz einfach zu bedienen, da man kein Passwort benötigt. Es war für uns alle Neuland mit Laptops, Mobiltelefon oder I-Pads zu trainieren. Die Gruppe gibt mir Feedback wie die Position der Kamera ist oder ob der Ton zu laut, zu leise ist. Je nach Geschwindigkeit des Internets ist die Qualität des Bildes mal besser und mal schlechter. Manchmal sind Ton und Bild zeitversetzt. Deswegen haben wir den Server gewechselt. Der Vorherige war sehr langsam.

Persönlich empfinde ich manchmal den Raum wie leer durch die Unterdrückung des Bildes. Bei der Gruppe wirkt es bei mir ein bisschen „unheimlich“.

Leider ist diese Art und Weise des Unterrichts nicht für jede geeignet, und viele Menschen haben immer noch nicht die nötige Ausrüstung, um das Training sehen zu können oder keinen Platz zu Hause, um zu trainieren.

Mittlerweile haben wir weniger Probleme mit dem Ton und der Kamera. Wir werden uns weiter verbessern und uns hoffentlich sehr bald wieder live treffen, um die Übung zu genießen.



HOLZWERK

Böden | Türen | Möbel



„Wir machen das richtig!“ – HOLZWERK ist nicht einfach nur eine neue Firma, HOLZWERK ist Ausdruck einer Spezialisierung auf Böden, Türen und Möbel aus Holz. „Wir wollten unseren Kunden eine Lösung aus einer Hand anbieten. Einfach DIE Schreinerei sein für komplett alles, was beim Innenausbau anfällt“, sagt Schreinermeister Matthias Rumpf.



Große Ausstellung
auf 180 qm Fläche!

HOLZ-WERK GmbH & Co. KG
Rheinstraße 198 | 55218 Ingelheim
T 06132 711614-90 | info@holz-werk.eu
www.holz-werk.eu

N. Pittner

Fenster und Türen GmbH

Ihr Partner für Neubau und Altbausanierung



Wir informieren und beraten Sie gerne in allen Produktthemen, die wir vertreiben, wie Fenster, Haustüren, Rollläden oder Markisen. Einbruchschutz gegen Einbruchdiebstahl wird bei uns großgeschrieben! Sprechen Sie uns an, wir realisieren Ihnen Ihre persönlichen Bedürfnisse, damit Sie sich zu Hause rundum wohlfühlen.

- Fenster und Haustüren
- Innentüren
- Nachrüstung
- Rollläden und Jalousien
- Markisen und Vordächer
- Antriebe und Steuerungen
- Insektenschutz
- Reparatur und Wartung
- Fachmontage

PaX partner

N. Pittner Fenster und Türen GmbH
Rheinstraße 198 | 55218 Ingelheim
T 711614-0 | info@pittner-fenster.de
www.pittner-fenster.de

Digitaler Sport in Pandemiezeiten macht glücklich

(EB) Als im Herbst 2020 klar war, dass es zu einem zweiten Lockdown kommen könnte und der Sport in der Halle nur noch eingeschränkt oder gar nicht mehr zulässig wäre, bereitete sich die Mittwochsgruppe von Übungsleiterin Eveline Breyer auf ein hybrides Onlinetraining vor. So waren einige in der Halle, andere über den Laptop zu Hause und trieben gemeinsam Sport.

Zum damaligen Zeitpunkt waren Partnerübungen und das Bewegen im Raum nicht mehr zulässig, so dass die Übungen am Platz aber trotzdem raumgreifend und abwechslungsreich umgesetzt wurden.

Mit der Schließung der Brüder-Grimm-Turnhalle gelang dann der Umstieg des Trainings in die digitale Welt fließend. Herausfordernd war zunächst die Suche nach einem geeigneten Videokonferenzsystem, das mittlerweile mit Jitsi Meet gefunden ist.

Auch stehen nicht die üblichen Trainingsgeräte wie in der Halle zur Verfügung. Dafür kommen Flaschen und Milchtüten als Hanteln, Besenstiele als Stäbe sowie Wasserkästen und Stühle im heimischen Wohnzimmer zum Einsatz. Und auch das vor langem gekaufte, in der Schublade liegende Theraband wird endlich genutzt.

Die Mehrheit der Gruppe von Eveline Breyer ist bis heute jeden Mittwoch am Bildschirm dabei. Einige TVFW-Mitglieder aus anderen Gruppen sowie nicht Vereinsmitglieder schalten sich auch gelegentlich dazu. Und natürlich macht auch das ein oder andere Kind mit.

„Uns allen tut es nicht nur gut gemeinsam Sport zu treiben, sondern uns wenigstens einmal in der Woche digital zu sehen“, erklärt Eveline Breyer. „Ich habe das Gefühl, dass diese Vertrautheit und Kontinuität, das gemeinsame Trainieren sowie das kurze Schwätzchen am Ende der Stunde glücklich macht.“ Deshalb wird sie dieses Angebot von zu Hause oder hybrid aus der Halle fortsetzen, solange durch Corona bedingte Einschränkungen bestehen.



Halloween-Party in der BAM 1 Gruppe



Un in der BAM 2 Gruppe



Die Männersportgruppe und Corona

(AS) Unsere Truppe hatte ja vor und nach den Sommerferien 2020 nur wenige Übungseinheiten.

Seit Corona-Beginn und seit den ersten Handlungshinweisen des LSB Mainz (für Übungsleiter) und den Beschränkungen durch die Landesregierung habe ich die Sache sehr ernst genommen und tue es noch. Ich vertrete Günter ja ab und zu.

Erst einmal zum Thema Training:

Ich habe, wenn ich Zeit hatte, an den Übungseinheiten teilgenommen und alle neuen Pflichten wahrgenommen, wie „Maske tragen“, „in Liste eintragen“, „Hände desinfizieren“ usw. Günter hat uns sehr viel Raum für Abstand gelassen und jedem einen Bereich in der Halle zugeordnet. Es wurde auch gut gelüftet. An Mannschaftsspielen habe ich nicht teilgenommen. In den letzten beiden Trainingseinheiten vor dem Lockdown im Herbst hat Günter begonnen, kreative und unbedenkliche Mannschaftsspiele durchzuführen. Es waren Spiele 2-gegen-2 in zwei abgetrennten Räumen, wie z.B. Badminton 2-gegen-2 mit Netztrennung. Die Trainings waren gut durchdacht und zum letzten Lockdown hin absolut Corona-Konform.

Neben dem Training und Lockdown:

Ich fahre (immer noch und weiterhin) gerne Fahrrad. Das habe ich die ganze Zeit über gemacht. Schade nur, dass man nirgends einkeh-

ren kann. Bei schlechtem Wetter oder Kälte bin ich mehr zum Wandern oder Spaziergehen übergegangen. Dann habe ich noch ein schönes Hobby: Waldarbeiten und Waldpflegearbeiten. Hierbei arbeite ich mehrere Tage am Stück in meinem Wald. Bäume fällen und zersägen, Bäume pflanzen, Gestrüpp wegmachen, Erdarbeiten usw. All diese genannten Aktivitäten bringen mich wenig oder gar nicht mit Corona-Viren in Kontakt und sind sehr körperertüchtigend. Wer möchte mal mitgehen?

Ausblick:

Sollten wir in naher Zukunft wieder in die Halle dürfen, so wünsche ich mir weiterhin genügend Abstand zu meinen Trainingskollegen und die Einhaltung der Hygienemaßnahmen. Den normalen Betrieb, wie vor der Pandemie, sollten wir erst nach Abschluss der Impfungen beginnen. Trotzdem werde ich zukünftig weiter auf Abstand achten und ob ich wieder so oft die Hände schütteln werde – ???



Das Bild ist aus dem Jahr 2019

(GvB) Leider haben sich die meisten von uns schon seit März 2020 nicht mehr gesehen.

Wie war dein Empfinden, bei den jeweiligen Hallenschließungen und dem Sport nach den Lockerungen?

Das ist noch immer eine Hängepartie. Dürfen wir oder bleibt die Halle geschlossen?

Ungewohnt, weil wir an machen Trainingstagen nur 5-8 Teilnehmer hatten. Etwas beklemmend, wegen den Vorgaben (Masken, Abstand, nicht duschen). Sehr schade fand ich, daß wir in den Sommerferien unseren Wunsch weiter trainieren zu dürfen nicht umsetzen durften. Die Stadt ließ die Anfrage des Vereins leider unbeantwortet. Ich hoffe, man zeigt sich dort im kommenden Sommer dahingehend offener.

Was hast du während den Lockdowns gemacht?

Ich versuche einen kleinen Teil des fehlenden Trainings mit 2-3 Jogging-Einheiten pro Woche zu ersetzen. Jedoch kann ich dadurch das Training von Günter nicht ansatzweise kompensieren. Hier fehlen die anderen Belastungsmomente, die Bewegungs- und Kräftigungsübungen und die Mannschaftsspiele nicht zu vergessen. Mein Bauch und mein Rücken warten darauf. Günter schickt uns regelmäßig Übungsblätter für daheim, jedoch will ich diese ohne Trainer nicht umsetzen.

Gibt es positive Seiten, die Du dem Ganzen abgewinnen kannst?

Ich darf im HomeOffice arbeiten und muß nicht mehr ständig zur Arbeit fahren, das vermisse ich genauso wenig, wie die Parkplatzsuche.

Ich hatte dadurch viel mehr Zeit mit der Familie.

Toll ist auch, daß wir in West weniger Flug- Bahn und Autobahnlärm ertragen müssen. Man kann die Natur und Umgebung störungsfreier genießen.

Wie waren die Trainings, die du zwischen den Lockdowns besucht hast, was war anders?

Die Beschränkungen sind als Sportler nicht immer so einfach zu ertragen, aber besser als kein Training zu haben. Unser Trainer hatte uns immer vorab per E-Mail über die aktuellen Gegebenheiten informiert und uns an den Trainingstagen persönlich in Empfang genommen und uns an die Vorsichtsmaßnahmen und Anpassungen erinnert. Auch hat er immer dafür gesorgt, daß wir Sport ausüben konnten, ohne uns zu nahe zu kommen.

Was Du uns noch sagen wolltest:

Ich freue mich auf euch alle und ich hoffe wir sehen uns gesund und munter wieder. Am liebsten in absehbarer Zeit unter normalen Bedingungen. Ich vermisse euch und das anspruchsvolle Training.

*Sportliche Grüße
Gernot van Brügge*

Fastnacht 2021

Leider fiel dieses Jahr die Fastnacht auf der Straße und in der Turnhalle aus. Doch bei den Kindern der „Musik auf Bewegung-Gruppen“ sind wir Video erprobt und haben spontan eine On-line-Fastnacht gefeiert!
Im Folgenden einige Eindrücke unserer Videofeier!



Fastnacht 2021



Übungsplan TV Frei-Weinheim

| Uhrzeit | Art | Beschreibung | Übungsleiter | Ort |
|---------------|-----|---------------------------------------|--|--------|
| Montag | | | | |
| 08:30–09:45 | Gem | Walking / Nordic-Walking | Ute Gerber | Jungau |
| 09:45–11:00 | Gem | Walking / Nordic-Walking Senioren 75+ | Ute Gerber | Jungau |
| 10:00–11:30 | Gem | Yoga KURS* | Susanne Heisig | BH |
| 15:30–16:30 | Gem | Seniorengymnastik | Annette Topeters | BH |
| 16:00–17:00 | Gem | Eltern-Kind-Turnen KURS | Elke Plep | BGS |
| 17:00–19:00 | Mäd | Wettkampfriege 2 | Michaela Ahrens-Rötzer, Maika Sattler-Klöss, Trecia Iyabi | BGS |
| 19:00–20:00 | Gem | Wirbelsäulengymnastik | Barbara Guhlmann | BGS |
| 19:30–20:30 | Gem | Vinyasa Flow Yoga | Bettina Sobkowiak / Petra Kolfenbach | BH |
| 20:00–21:00 | Gem | Wirbelsäulengymnastik | Barbara Guhlmann | BGS |

Dienstag

| | | | | |
|-------------|-----|-------------------------------------|---------------------------|-----|
| 16:00–17:00 | Gem | Krabbelturnen | Elke Plep | BGS |
| 17:00–19:00 | Mäd | Wettkampfriege 1 | Andrea Kopka, Astrid Klos | BGS |
| 17:30–19:00 | Mäd | Mädchenturnen (ab 5. Klasse) | Maika Sattler-Klöss | BGS |
| 18:00–19:00 | Gem | Wirbelsäulengymnastik | Barbara Guhlmann | BH |
| 18:00–19:00 | Gem | Pilates 1 KURS* | Martha Manzano-Laudenbach | BH |
| 19:00–20:00 | Gem | Fitnessrends – BauchBeinePo | Martha Manzano-Laudenbach | BH |
| 19:00–20:00 | Gem | Funktionsgymnastik | Agnes von Trentini | BH |
| 19:30–21:30 | Jun | Gymnastik und Ballspiele für Männer | Günter Roos | BGS |
| 20:00–21:00 | Gem | HipHop Tanzen (ab 20J)** | D. Edelmann | BH |

Mittwoch

| | | | | |
|-------------|-----|---|---|-----|
| 16:00–17:00 | Gem | Kleinkinderturnen (3 Jahre – Schuleintritt) | Elke Plep und Team | BGS |
| 17:00–18:30 | Mäd | Mädchenturnen (1.–4. Klasse) | Gisela Kloes-Lohbeck, Elsbeth Müller, Yasemin Cin und Team | BGS |
| 18:00–19:00 | Gem | Pilates Balance KURS* | Martha Manzano-Laudenbach | BH |
| 18:30–20:00 | Jun | Hallenfußball | Stefan Keim | BGS |
| 19:00–20:00 | Gem | Easy-Step KURS* | Carmen Löhner | BH |
| 20:00–21:15 | Mäd | Fitness 60 Plus – die Turnerfrauen | Susanne Hagel | BGS |
| 20:00–21:30 | Mäd | Funktionsgymnastik für Frauen | Eveline Breyer | BGS |

Erläuterungen

| | |
|-------------|--|
| * | Begrenzte Teilnehmerzahl – Teilnahme bitte mit dem jeweiligen Übungsleiter absprechen. |
| ** | Bitte Rücksprache mit dem jeweiligen Übungsleiter. |
| *** | im Sommer Beachvolleyball möglich, Anfrage über Mixed@der-ball-ist-rund.net |
| KURS | Auch als Kurs möglich (ohne Mitgliedschaft), siehe auch „Kursangebote im TVFW“, auf der Homepage |
| Gem | Gemischte Gruppe |
| BGS | Turnhalle der Brüder-Grimm-Schule |
| Jun | Jungen/Männer Gruppe |
| BH | Bürgerhaus Frei-Weinheim |
| Mäd | Mädchen/Frauen Gruppe |
| Jungau | Treffpunkt Parkplatz Jungau oder Ruderhaus |

Zum Herausnehmen und Aufhängen

| Uhrzeit | Art | Beschreibung | Übungsleiter | Ort |
|-------------------|-----|---|---|--------|
| Donnerstag | | | | |
| 09:00–10:00 | Gem | Fitnessgymnastik 55 Plus | Annette Topeters | BH |
| 10:00–11:00 | Gem | Fit forever 50 Plus | Annette Topeters | BH |
| 09:00–10:00 | Gem | Pilates 60+ KURS* | Martha Manzano-Laudenbach | BH |
| 10:00–11:00 | Gem | Pilates 60+ KURS* | Martha Manzano-Laudenbach | BH |
| 16:00–16:45 | Gem | Bewegung auf Musik für Aller kleinsten | Elke Plep | BGS |
| 17:00–18:30 | Jun | Jungenturnen und mehr (1.–4. Klasse) | Corinna Ott + Assistenz | BGS |
| 16:30–18:00 | Mäd | Aufbauwettkampfriege | Nina Kuschnerreit, Mia Kühl | BGS |
| 18:00–20:00 | Mäd | Wettkampfriege 1+ 2 | Michaela Ahrens-Rötzer, Maika Sattler-Klöss, Jule Bauer, Annemarie Krauter, Nina Kuschnerreit | BGS |
| 18:00–19:00 | Gem | Pilates KURS* | Martha Manzano-Laudenbach | BH |
| 18:00–19:00 | Gem | Walking / Nordic-Walking** | Ansprechpartner: Klaus Urgast | Jungau |
| Freitag | | | | |
| 08:30–09:30 | Gem | Wirbelsäulengymnastik | Barbara Guhlmann | BH |
| 08:30–09:45 | Gem | Walking / Nordic-Walking | Ute Gerber | Jungau |
| 09:45–11:00 | Gem | Walking / Nordic-Walking Senioren 75+ | Ute Gerber | Jungau |
| 10:30–11:30 | Gem | Babys in Bewegung KURS** | Elke Plep | BH |
| 15:30–16:15 | Gem | Bewegung auf Musik 1 (2¾ – 4 Jahre) | Susanne Hagel, Jacqueline Plep | BGS |
| 16:00–17:00 | Gem | Eltern-Kind-Turnen KURS | Carmen Löhr und Team | BGS |
| 16:15–17:00 | Gem | Bewegung auf Musik 2 (5 Jahre – Schuleintritt) | Susanne Hagel, Jacqueline Plep | BGS |
| 17:00–18:00 | Gem | Bewegung auf Musik 3 (1.–4. Klasse) | Susanne Hagel | BGS |
| 17:00–18:00 | Gem | Kleinkinderturnen (3Jahre – Schuleintritt) | Carmen Löhr, Elisabeth Müller und Team | BGS |
| 18:00–20:00 | Gem | Mixed Volleyball*** (Mixed@der-ball-ist-rund.net) | Birgit Langner | BGS |
| Samstag | | | | |
| 10:00–12:00 | Mäd | Aufbauriege + Wettkampfriege | Nina Kuschnerreit, Astrid Klos und Team | BGS |
| Sonntag | | | | |
| 11:00–12:30 | Gem | Freizeit - Badminton* | Thomas Hagel | BGS |

Beiträge

| | Aufnahmegebühr | Jahresbeitrag |
|---------------------------------------|----------------|---------------|
| Kinder und Jugendliche (bis 21 Jahre) | 10,00 € | 60,00 € |
| Erwachsene (ab 21 Jahre) | 10,00 € | 72,00 € |
| Passive | 10,00 € | 24,00 € |
| Familien (ab 2. Person) | 20,00 € | 114,00 € |

Zusätzliche Kursbeiträge für Mitglieder:

je Pilateskurs 24,00 € pro Jahr, ausgesetzt für Mitglieder bis Juni 2021
 Pilates und Yoga Erw. 24,00 € pro Quartal, ausgesetzt für Mitglieder bis Juni 2021

Kontakt

Bei Fragen zum Übungsangebot stehen Ihnen die Übungsleiter zu den jeweiligen Zeiten, sowie die Sportliche Leiterin des TV (Martha Manzano-Laudenbach, marthastritter@t-online.de), gerne zur Verfügung. Ausführliche Informationen sowie aktuelle Änderungen finden Sie auf unseren Internetseiten (www.tvfreiweinheim.de).

Volleyballer auf Abwegen

(BL) Volleyballer sind in der Regel umgängliche und nette Menschen. Die Spezies ist gutmütig, gesellig und genügsam. Alljährliche Hallenschließungen während der Ferien- oder Faschingszeit tragen sie mit Fassung, auch eine Kommunalwahl wird noch zähneknirschend hingenommen. Aber spätestens im Frühjahr 2020 hörte der Spaß endgültig auf. Hätte man mich als Übungsleiterin vor einem Jahr nach möglichen Alternativen gefragt, wäre meine Antwort kurz gewesen: Eher bringt man ein Kamel durch ein Nadelöhr, als dass die Volleyballer ohne Volleyball einen Tropfen Schweiß vergeuden. Umso mehr freut es mich, dass wir für dieses chaotische Jahr eine absolut passable Rückschau bieten können.

Vor dem ersten Lockdown versüßten wir uns die Hallenschließung während der Fastnachtszeit noch durch einen gemeinschaftlichen Besuch der Bowlingbahn. Außerdem durften wir in dieser Zeit die Sporthalle der Kapri als Ausweichplatz nutzen. Der erste Lockdown im März traf uns alle unvorbereitet und ließ zunächst den Mannschaftssport in den Hintergrund treten. Im Juni schließlich hielt es uns nicht mehr drinnen und so starteten wir coronakonform zur gemeinsamen Radtour mit dem Ziel Bismarckturm – nahezu vollzählig und fast ohne E-Antrieb. Aus der anschließenden Verschnaufpause am Ikasee wurde ein unbeschwerter und geselliger Sommerabend.

In den folgenden Sommerwochen waren uns buchstäblich die Hände gebunden, aber der Drang nach dem Ball war stärker und so traten einige Volleyballer die Reise nach Köln an um an einem zweitägigen Beach-Volleyball-Camp im glühenden Sand teilzunehmen. Was haben wir gelernt? Socken helfen nicht nur gegen Kälte, sondern auch gegen Brandblasen! Wie es im Herbst weiterging, braucht keine große Beschreibung. Vor Weihnachten dann haben wir weder auf die Feier, noch auf unser geliebtes Schrottwichteln verzichtet: Per Zoom trafen wir uns Online in festlicher Robe um gemeinsam anzustoßen und die Päckchen zu öffnen, die vorab von eifrigen Wichteln vor den Haustüren deponiert worden waren. Not macht erfinderisch und manchmal auch richtig Spaß.

Nun sind die ersten Wochen in 2021 verstrichen. Volleyball? Fehlanzeige! Aber die gute Laune lassen wir uns nicht nehmen. Wir sind mit einem Medizinball-Online Training durchgestartet. Wie gesagt: Kamel – und Nadelöhr. Die Pläne zum Onlinekurs „Wollsocken stricken für Anfänger“ stelle ich der Runde demnächst vor. Durchhalten ist die Parole.



AUTOHAUS *Senger* GmbH



**55218 Ingelheim, Konrad-Adenauer-Str. 21 und 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 · Wartung
& Reparatur**

**Unfall-Instandsetzung · Lackierung · Ersatzteile und Zubehör ·
Kundendienst · Abschleppservice · Auto-Waschanlage · Euromobil-
Mietwagen · Jahreswagenvermittlung**



„Wettkampfturnen“ mal anders als gewohnt

(AK) Zu Beginn des 1. Lockdowns stellte sich die Frage: Wie soll das Gerätturntraining im Wettkampfbereich mit Abstand und ohne Geräte stattfinden?

Als der Sportbetrieb Mitte März letzten Jahres eingestellt wurde, mussten wir Trainer der Wettkampfgruppen uns auch erstmal auf die neue Situation einstellen, denn Trainingsanleitung aus der Ferne hatte noch niemand vorher gegeben. Somit versuchten wir die Mädels mit Workout-Videos, die wir in unsere Whats App-Gruppe gestellt haben, zu motivieren, sich einigermaßen fit zu halten und weiterhin Übungen zur Kraft- und Beweglichkeitsschulung zu Hause durchzuführen.

Alle warteten und hofften natürlich darauf, dass das Training schnellstmöglich wieder wie gewohnt in der Turnhalle an den Geräten stattfinden kann. Doch leider zog sich das noch eine ganze Weile hin. Ab Ende Mai/Anfang Juni begannen wir endlich wieder mit dem Training, allerdings sehr eingeschränkt, denn die Geräte durften wir nicht benutzen. Je nach Wetter trafen wir uns auf dem Schulhof oder auch mit viel Abstand in der Halle.

Ab November wurde dann erneut der Sportbetrieb eingestellt.

Da man sich mittlerweile mit Online-Meeting-Program-

men auseinandergesetzt hat, begannen die Trainer- und Übungsleiterassistentinnen Nina Kuschnerit, Mia Kühn, Trezia Iyabi und Annemarie Krauter ab Mitte Januar mit dem „Online-Training“.

Es wird sich zu Beginn der Stunden spielerisch aufgewärmt mit anschließenden Dehnungsübungen, um die Grundlagen zu trainieren. Anschließend folgt ein intensives Krafttraining, damit die Mädels auch zu Hause fit bleiben. Zum Schluss wird versucht, so viele turnerische Elemente einzubauen, wie möglich. Dabei ist zu Hause natürlich Kreativität gefragt. Obwohl besonders der turnerische Teil des „Online-Trainings“ nur sehr eingeschränkt durchführbar ist, da nicht an den Geräten geturnt werden kann, und somit nicht mit dem Training in der Halle vergleichbar ist, so haben alle viel Spaß und sind froh, sich angeleitet bewegen zu können, um hoffentlich bald für kommende Wettkämpfe bereit zu sein.

Es freuen sich jedoch alle wieder auf ein gewohntes Training zusammen in der Turnhalle.



Wochenendfahrt der Turnerfrauen nach Hamburg im Corona-Jahr 2020

(RS) Eine fest geplante Fahrt vom 10.09. – 13.09.2020 der Damen 60+ in den „Hohen Norden“ mit dem Ziel: Weltstadt Hamburg.

Wie geht das trotz Corona? Wird es klappen?

Der Ausflug war durch unsere engagierte Heidi Bergmann gebucht und bis ins Kleinste durchgeplant: Zugfahrt, Hotel, Programm, Unterhaltung und Vergnügen. Vorfreude und Zuversicht waren groß.

Treffpunkt war am 10.09.2020 morgens am Bahnhof Ingelheim. Bis auf eine Absage waren alle da.

Der Zug kam pünktlich. Das Gepäck war schnell verstaut und die reservierten Sitzplätze eingenommen. „Maskiert“ mit Mund-Nasen-Schutz, aber zufrieden ließen wir die Landschaft an uns vorbeiziehen. Jetzt noch eine leckere Tasse Kaffee

oder Cappuccino, da ließ der Zugservice nicht lange auf sich warten. Das Glück war beinahe perfekt. Es fehlte vielleicht nur noch ein bisschen Kultur – da war doch was in Uelzen: der „Hundertwasser-Bahnhof“. Er war beeindruckend und schön anzuschauen.

Endlich am Hauptbahnhof Hamburg angekommen, fehlte ein Koffer. Wie und wo war die große Frage? Susanne – unsere „Beste“ – machte sich auf die Suche. Einmal Harburg und zurück mit der S-Bahn kam sie mit ihrem Gepäckstück in der Hand, sehr souverän und gelassen, alles hervorragend gemeistert. Die Freude war groß!

Nun, geschlossen als Gruppe, waren wir auf dem Weg zum Hotel. Aber welche Richtung? Rettung in Sicht – die Polizei – dein Freund und Helfer in der Not. Wir hörten aufmerksam zu: „Sie wissen schon, wo Sie hier sind? In St. Georg. Ge-



hen Sie hier abends nicht alleine auf die Straße, halten Sie Ihre Tasche und Geld fest, und im Notfall befindet sich die Polizeiwache am Ende der Chaussee.“ Alles klar! Es war nicht „Notruf Hafenkante“, sondern real live.

Endlich kamen wir dann doch in unserem Hotel an. Der Tag war lang. Einen Wermutstropfen gab es dennoch: Frühstück coronabedingt nur auf dem Zimmer. Das wollte niemand, also wurde auswärts gefrühstückt und das war nicht das Schlechteste.

Scheinbar waren wir Glückspilze, es hat ja bisher zu unserer Zufriedenheit soweit alles gut geklappt.

Da waren die schönen Spaziergänge, die Stadtrundfahrt mit dem Doppeldecker-Bus und offenem Dach sowie die interessante Hafentrundfahrt mit der Barkasse durch die Speicherstadt bis zur Köhlbrandtbrücke, ganz nah vorbei an der Elphi und den Landungsbrücken.

Da war die Besichtigung vom Hamburger „Michel“ mit den Gedenktafeln von Altkanzler Helmut Schmitt und dem Hamburger Urgestein Jan Fedder.



Da war die Elbphilharmonie, liebevoll Elphi genannt, mit der schönen Aussicht über den Dächern Hamburgs und der endlos langen Rolltreppe.

Da war das Rathaus mit dem großen Platz davor, die Promenade an der Binnenalster am Jungfernstieg mit den Sterne-Hotels (u.a. das Luxushotel Atlantic, das 1909 als Grand-Hotel eröffnet wurde) und den schicken, exklusiven Geschäften. Sehr schön war der Besuch am Abend im berühmten Ohnsorg-Theater, der Geist von Heidi Kabel war spürbar. Erwähnenswert ist noch das „Minimundus“ in der Speicherstadt, eine Miniatur-Ausstel-

lung, die auch schon im Fernsehen gezeigt wurde. Das Wetter war angenehm. Die Sonne blieb uns treu, das passte gut zur Schifffahrt auf der Elbe in Richtung Norden von Wedel ins „Alte Land“. Die schönen Tage gingen schnell vorbei. Am 13.09.2020 traten wir die Heimreise nach einem rundum gelungenen Wochenende an.

Ein Dank gebührt der wunderbaren Betreuung und Leitung der Turnerfrauen des Vereins TV 1902 Frei-Weinheim durch Susanne Hagel.

Die nächste Fahrt kann kommen – hoffentlich ohne Corona-Einschränkungen!

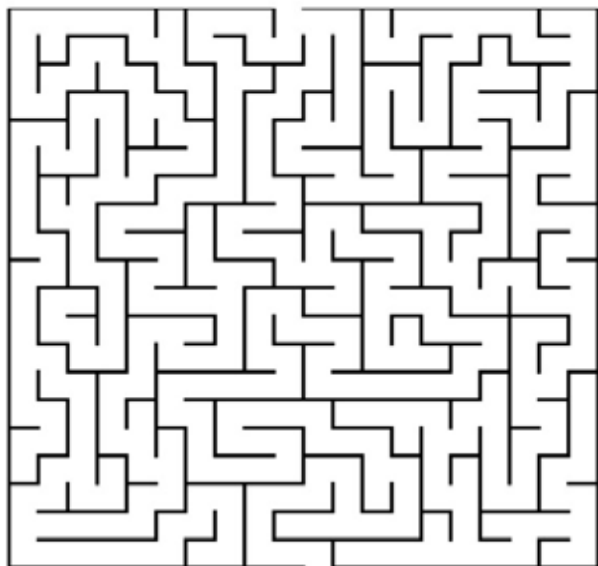




Rätselspaß



Hilft dem Schmetterling
den Weg zu den Blumen
zu finden



- Anzeige -







SALON WEINERT
Der Friseur für die ganze Familie
Matthias Grünewald Straße 6
55218 Ingelheim
Tel.: 06132. 8 44 11
Öffnungszeiten: Dienstag - Freitag
9.00 - 18.00 Uhr
Samstag
9.00 - 14.00 Uhr

The advertisement features a background image of various hairdressing tools, including scissors and a comb, arranged on a textured surface.

JAN SEIFFERT STEUERBERATER
DIPLOM-BETRIEBSWIRT [FH]



MODERN, NACHHALTIG & FAIR

- STEUER- UND UNTERNEHMENSBERATUNG 
- UNTERNEHMENSPLANUNG UND TAX COMPLIANCE 
- GMBH & CO. KG-BERATUNG 
- ÄRZTEBERATUNG 
- VEREINSBERATUNG 
- EXISTENZGRÜNDUNG 

JAN SEIFFERT | STEUERERATER
STRESEMANNSTR. 3 | 55218 INGELHEIM AM RHEIN
T 06132 449755 | F 06132 449756
STEUERBERATER@JAN-SEIFFERT.DE

WWW.INGELHEIMER-STEUERBERATER.DE

Rätselspaß




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

aus: raetseldino.de

Lösung:

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

Termine

-  07. – 09. Mai oder 11. – 13. Juni – Mädchenfreizeit Emmerichshütte
-  23. Juni – Mitgliederversammlung
-  4. Dezember – Kinderweihnachtsfeier
die Gerätemeisterschaften, RLP-Meisterschaften und Minimeisterschaft wurden abgesagt

Juni 2021
Einzug der
Mitgliedsbeiträge

Bitte beachten Sie: Termin-Änderungen sowie Hinweise zur Wiederaufnahme des Turn- und Sportbetriebs werden Ihnen über die Homepage www.tvfreiweihnheim.de und dem Schaukasten an der Brüder-Grimm-Schule mitgeteilt.

!!! Das Redaktionsteam sucht weiter nach Verstärkung !!!

(AK) Liebe Vereinsmitglieder!

Dank des Aufrufs nach Verstärkung in unserer letzten Ausgabe der Vereinszeitung konnten wir Gernot van Brügge für unser Redaktionsteam gewinnen, so dass wir nun immerhin zu viert sind.

Lieber Gernot, vielen Dank für deine Unterstützung!

Dennoch sind wir weiterhin auf der Suche nach zusätzlicher Hilfe.

Wir treffen uns in der Zeit von Januar bis April ca. einmal pro Monat, um alles Wichtige zu besprechen und die Aufgaben zu verteilen. Vieles wird auch zwischendurch per Mailkontakt geklärt. Es können auch einzelne Aufgaben, wie Artikel schreiben, Korrekturlesen, die Hefte etikettieren oder austragen, übernommen werden.

In diesem Jahr fanden unsere Treffen online statt, aber das minderte unsere Arbeit in keinster Weise und auch der gemeinsame Spaß blieb nicht auf der Strecke.

Wer hätte Lust, sich unserem Team anzuschließen und mit uns gemeinsam die Vereinszeitung zu gestalten und weiterentwickeln?

Also gebt euch einen Ruck und meldet euch!

Das Redaktionsteam wird sich über Verstärkung freuen

Klaus Urgast
Frauke Grimm
Gernot van Brügge
Andrea Kopka



Das Reaktionsteam sucht dringend Verstärkung!

Genau dieser Hilferuf der Vereins-Redaktion hatte meine Neugierde geweckt. Mir war klar, daß ich dem Verein durch meine Unterstützung ein Stück weit etwas zurück geben kann. Seitdem ich Mitglied bin, habe ich so viele tolle Menschen kennengelernt und im Training hatten wir immer sehr viel Spaß.

Deshalb nahm ich umgehend Kontakt zu Klaus Urgast auf, um weiteres zu erfahren. Nach dem Gespräch war mir klar, ich starte.

Und nun darf ich bei der Erstellung dieser ersten Vereinszeitung für 2021 mitwirken. Auf diesem Wege vielen Dank an Frauke, Andrea und Klaus, daß Ihr mich so freundlich in euer Team aufgenommen habt.

Gernot van Brügge

Autoteile  *Augustin*^{GmbH}

Tel.: 06132-71510

Fax: 06132-715129

Heinrich-Wieland-Straße 15

55218 Ingelheim

www.autoteile-augustin.de

Einladung zur Mitgliederversammlung

im Bürgerhaus Frei-Weinheim

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Tätigkeitsbericht des Vorstandes
3. Berichte der Übungsleiter
4. Kassenbericht
5. Bericht der Kassenprüfer
6. Aussprache zu den Berichten
7. Entlastung des Vorstandes
8. Neuwahlen
 - 8.1. erste(r) Vorsitzende(r)
 - 8.2. stellvertretende(r) Vorsitzende(r) Bereich Finanzen und Verwaltung
 - 8.3. stellvertretende(r) Vorsitzende(r) Bereich Sportbetrieb
 - 8.4. stellvertretende(r) Vorsitzende(r) Bereich Marketing und Öffentlichkeitsarbeit
 - 8.5. Beisitzer
 - 8.6. Seniorenberater(in)
 - 8.7. Kassenprüfer
9. Ehrungen
10. Anträge
11. Verschiedenes


Anträge zur Mitgliederversammlung sind bis spätestens 29.05.2021 schriftlich an den Turnverein 1902 Frei-Weinheim e.V., Postfach 1520, 55208 Ingelheim, einzureichen.

Ob als Präsenz-, Hybrid- oder digitale Veranstaltung wir möchten Sie herzlich zu der Mitgliederversammlung einladen.

Zum Schutz aller, wird die Präsenz- oder Hybridversammlung selbstverständlich unter den aktuellen Hygiene- / und Abstandsregeln organisiert.

mit sportlichen Grüßen

Der Vorstand des TV 1902 Frei-Weinheim e.V.



Mittwoch,
23. Juni 2021
um 20 Uhr

Anzeigenformular

RÜCKANTWORT

(Brief oder E-Mail)

Absender (Stempel):

Turnverein 1902 Frei-Weinheim

Redaktion Vereinszeitung
Z. H. Herrn Dr. Klaus Urgast
Hans-Holbein-Straße 1
55218 Ingelheim am Rhein

E-Mail: Klaus.Urgast@gmx.de
Tel.: 06132 / 8 68 18

Name/Fa.: _____

Straße: _____

PLZ Ort: _____

Ansprechpartner: _____

Tel.: _____

E-Mail: _____

Ja, ich möchte in den kommenden **zwei Ausgaben** der Vereinszeitung Nr. 18 und 19 des Turnverein 1902 Frei-Weinheim je eine S/W-Anzeige veröffentlichen.

Größe: (Höhe x Breite) Kosten für zwei Anzeigen

- | | |
|---|-------|
| <input type="checkbox"/> 1/1 Seite s/w: (16,4 x 11,8cm) | 120 € |
| <input type="checkbox"/> 1/2 Seite s/w: (8,2 x 11,8cm) | 80 € |
| <input type="checkbox"/> 1/4 Seite s/w: (8,2 x 5,9cm) | 50 € |

Die **Anzeigen-Unterlagen** werde ich Ihnen

- per E-Mail senden
- Unterlagen liegen vor
- Ich bitte um ein Beleg-Exemplar.
- Die Bezahlung der zwei Anzeigen werde ich nach dem Erscheinen der ersten Anzeige nach Rechnungserhalt per **Überweisung** auf das Konto des Turnverein 1902 Frei-Weinheim vornehmen:

Konto-Nr.: IBAN: DE98 5519 0000 0472 2180 15, BIC: MVBMD555

Datum: _____ Unterschrift/Stempel: _____

Der Vorstand

Nachfolgend sind die Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes aufgeführt. Die Angaben sowie weitere Vorstands-

mitglieder finden Sie auch auf unserer Internet-Seite (www.tvfreiweihnheim.de) unter der Rubrik ‚Vorstand‘:



1. Vorsitzende
Susanne Hagel
susanne.hagel@tvfreiweihnheim.de



Leitung Sportbetrieb
Martha Manzano-Laudenbach
marthastritter@t-online.de



Leitung Bereich
Finanzen & Verwaltung
Carmen Löhr
carmen.loehr@tvfreiweihnheim.de



Leitung Marketing &
Öffentlichkeitsarbeit
Elsbeth Müller
elsbeth.mueller@tvfreiweihnheim.de

Impressum

Beiträge:

Susanne Hagel (SH)
Andrea Kopka (AK)
Eveline Breyer (EB)
Carmen Löhr (CL)
Birgit Langner (BL)
Martha Manzano-Laudenbach (MML)
Alfrad Sattler (AS)
Gernot van Brügge (GvB)
Roswita Seiffert (RS)

Herausgeber: TV 1902 Frei-Weinheim e.V.

Titelbildgrafik: Margit Jerchel

V.i.S.d.P: Susanne Hagel

Auflage: 600 Hefte

Druck:

Eckoldt GmbH & Co. KG

Bahnhofstraße 106

Ingelheim

Layout: Frauke Grimm

- Anzeige -

Carolus Apotheke

Apotheker Dr. Christian Becker e.K.
info@carolus-apotheke-ingelheim.de
Rheinstraße 47, Ingelheim-West
Tel.: 06132 982370



www.apotheke-ingelheim.de

Umsorgt bleibt das Leben besser im Fluss