



Turnverein Nierstein

www.tvn-1901.de

TVN-REPORT

Heft 79

März 2015



**Deutsche
Schüler-
meisterin
im Minigolf
2014 aus
Nierstein!**

siehe Seite 4

**Donnerstags-
gruppe
Gesundheits-
sport 60+**

siehe Seite 29





**Nie waren Genossenschaften attraktiver.
Wechseln Sie JETZT zu uns!**

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wilhelm Gerlach und Bernd Hühn,
Vorstandsvorsitzende

Wir machen den Weg frei.

- Demokratisch:** Jedes Mitglied hat eine Stimme.
- Nachhaltig:** Seit Jahrzehnten sind wir erfolgreich für unsere Mitglieder und Kunden da.
- Sicher:** Wir gehören der genossenschaftlichen Sicherungseinrichtung an. Bei uns verliert kein Kunde sein Geld.
- Solidarisch:** Die genossenschaftliche FinanzGruppe macht uns stark. So machen wir gemeinsam den Weg frei.
- Regional:** Wir sind nah. Wir kennen die Wünsche und Sorgen der Menschen. Wir sprechen ihre Sprache.
- Unabhängig:** Wir gehören unseren rund 60.000 Mitgliedern. Uns kann man nicht kaufen.



Editorial

Liebe Mitglieder, liebe Kolleginnen und Kollegen aus den Sparten!

Herzlich willkommen – vor Euch/Ihnen liegt die neueste Ausgabe des TVN-Reports! Wir wünschen Ihnen und Euch allen ein gesundes neues Jahr 2015. Und wir wünschen uns allen weiterhin viele, viele Erfolge mit dem und für den TV Nierstein.

Im vergangenen Jahr konnten wir alle viele Grundsteine legen – Grundsteine für Veränderungen im Verein, aber auch Grundsteine für die weiterhin erfolgreiche Arbeit unserer Sparten. Es gab und gibt viel Grund zur Freude und viele Gründe, stolz auf unseren Verein und seine Aktiven zu sein.

Bei den offenen Fragen bleiben wir am Ball, viele angestoßene Projekte werden in diesem Jahr abgeschlossen, so z.B. die neue Homepage bis zum März und danach dann eine komplett neue Mitgliederverwaltung, die den immer größer werdenden Anforderungen an unseren Verein gerecht werden soll.

Wir, der Vorstand des TV, hoffen, dass wir schon zur Generalversammlung am 27. März bei einigen richtungsweisenden Projekten „Vollzug melden“ können – lassen wir uns überraschen!

Bis zur Mitgliederversammlung, bei der wir uns hoffentlich sehen werden, wünschen wir Ihnen und Euch eine erfolgreiche Zeit!

Ihr / Euer Vorstands-Team

Horst Stumm, Tobias Bieker, Heiderose Stumm, Christiane Horn, Arnold Knappek



Minigolf – Randsport und Leistungssport – Deutsche Schülermeisterin 2014 aus Nierstein!

Unser Vereinsmitglied, Patricia Gras (14 Jahre), ist in 2014 Deutsche Schülermeisterin im Minigolf geworden.

Patricia trainiert diese Sportart seit zwei Jahren und ist im Juli 2014 in Wanne-Eickel (bei Bochum) Deutsche Schülermeisterin auf dem Belag „Eternit“ und Deutsche Vizemeisterin in der Kombination (Beton und Eternit) geworden. Zusammen mit ihrem Trainer und Vereinsmitglied Steffen Poltermann spielt sie von März bis Oktober montags ab 18.00 Uhr auf der Mi-



Wir führen Apple®-Produkte + Zubehör!

PC - Service - Lang

Service rund um den Computer

- Ladengeschäft für Computer - Multimedia - Zubehör
- Verkauf, Installation u. Reparatur-Service
- Netzwerktechnik, Telekommunikation
- Virenbeseitigung und Datenrettung
- Mitglied der Electronic Partner GmbH
- Vertriebspartner für Vodafone
- Apple®-Produkte und Zubehör
- Finanzierungen über die Santander Consumer Bank
- u.v.m.




Ladengeschäft Telefon: 06133 - 571051
 Marktplatz 8 Telefax: 06133 - 924213
 55283 Nierstein Mobil: 0173 - 5700794

E-Mail: info@pc-lang.de
 Internet: www.pc-lang.de

nigolfanlage in Nierstein. Da aber die Trainingsmöglichkeiten in Nierstein nicht ausreichen und sich für eine Sportmannschaft bisher nicht genügend Mitglieder gefunden haben, spielt Patricia für den MGC Millenium Lorsch (Hessen). Der Erfolg bei der Deutschen Meisterschaft führte auch zu Fernsehreportagen beim SWR 3 und Sat 1 sowie zur Nominierung „Frau des Jahres 2014“ der Stadt Nierstein. Wir gratulieren Patricia zu diesem tollen Erfolg.

Im Dezember 2014 wurde Patricia dann auch in den Kader der Deutschen Jugend-Nationalmannschaft berufen, mit der sie im Juni 2015 in Tschechien für Deutschland antreten wird.

Minigolf wird in Deutschland auf drei verschiedenen Belägen gespielt. Man unterscheidet zwischen Betonbahnen (die Mehrzahl aller deutschen Minigolfplätze), Eternit- und Filzbahnen (wie in Nierstein).

International werden Wettkämpfe häufig nur auf Filzbahnen ausgetragen, was damit auch den Niersteiner Minigolfplatz (der außerdem auch Bundesliga tauglich ist) attraktiv macht. Leider gibt es aber für Leistungsträger wie Patricia, die vor Wettkämpfen bis zu drei- bis viermal die Woche trainiert, hier in Nierstein nicht die Möglichkeit häufiger zu spielen. Es steht nur der Montagabend zur Verfügung. Es wäre wünschenswert, wenn die Investition der Stadt Nierstein in so einen tollen Minigolfplatz auch für den Mannschaftssport und die Vereinsmitglieder des TV Nierstein besser genutzt würden. In den Herbst- und Wintermonaten trainiert Patricia in der einzigen ortsnahe Minigolfhalle in Sondheimofen bei Mannheim.

Ziel eines jeden Minigolfspielers der Deutschen Minigolfrangliste (Patricia ist derzeit auf Rang 850 von ca. 4.000 Spielern) ist es, die 18 Bahnen mit 18 Schlägen zu absolvieren. Das heißt, jede Bahn mit einem Schlag direkt ins Loch. Patricia ist dies im November 2014 auf einem Minigolfturnier in Sonthofen fast gelungen. Sie spielte in vier Runden jeweils 21, 20, 23 und 26 Schläge. (Zum Vergleich: Der amtierende Europameister spielte in dem Turnier 19, 18, 20, 19). Damit belegte Sie von 72 Spielern (incl. Europameister und Bundesligaspieler) immerhin Rang 14. In der Kategorie Schülerinnen (bis 15 Jahre) und Jugend (bis 21 Jahre) wurde sie Siegerin.



Wir gratulieren Patricia zu einem so erfolgreichen Jahr und wünschen ihr weiterhin „Gut Schlag“.



Nicole Horn berichtet

Magic Eyes des TV Nierstein

Die jetzige Saison lief bisher mehr als spannend ab. Wertungen von 251 bis 258 Punkten lagen an der Tagesordnung. Doch die Tänzerinnen ließen sich nicht unterkriegen, im Gegenteil, der Ehrgeiz wurde immer größer, denn das Ziel in die 1. Bundesliga aufzusteigen, war zum greifen nah.

Am 7. Februar 2015 wurden die Tänzerinnen in Heilbronn endlich mit einer Punktzahl von 261 Punkten, also einer 1. Bundesli-



ga-Wertung belohnt und überzeugten die Wertungsrichter endgültig von ihrer Tanzleistung und ihrem Können. Wie man sich vorstellen kann, war die Freude riesig, denn das harte Training hat sich gelohnt =)

Auch das Duo Sina & Jorien, mit dem Thema „Lass mich nicht allein“, und das Duo Antonia & Nina, mit dem Thema „Die Mauer“, meisterten bisher alle Turniere mit Bravour.

Vor allem für das neu zusammengewürfelte Duo Antonia & Nina können wir uns freuen. Im Dezember starteten die beiden in der 3. Bundesliga. Diese Bundesliga ließen sie aber ganz schnell hinter sich und stiegen nach nur zwei Turnieren in die 2. Bundesliga auf.

Am 8. März 2015 folgt nun noch RLP-Meisterschaft in Stromberg für die Magic Eyes und die beiden Duos. Wir dürfen sehr gespannt sein, was uns dort erwartet.

Weitere Infos gibt es auf unsere Internetseite www.magic-eyes-nierstein.de



Intelligentes Heizen



Hans Joachim Kehl

Große Fischergasse 3

55283 Nierstein

Telefon (0 61 33) 6 02 52

Fax (0 61 33) 6 02 54



natursteinfachbetrieb

hans jung

steinmetz- u. bildhauermeister
elisabethenstrasse 16
55283 nierstein
fax 573031

06133 573031
0172 6812304

Showtanzturnier

der Magic Eyes
Tv Nierstein

30. Mai 2015

Kinder- und Jugendshowtanzturnier
Einlass: 12:00 Uhr, Beginn: 13:00 Uhr

Showtanzturnier der Erwachsenen
Einlass: 18:30 Uhr, Beginn: 19:30 Uhr

Rundsporthalle
Carl-Zuckmayer-Realschule Nierstein

Eintritt: 5 €

www.tvn-1901.de

2. Showtanzturnier der Magic Eyes am 30. Mai 2015

Nach dem großen Erfolg des 1. Showtanzturnieres im Jahr 2013 in der Rundsporthalle Nierstein, findet nun am 30. Mai 2015 das 2. Showtanzturnier statt. Die Anmeldung der Tanzgruppen läuft schon seit drei Wochen, und wir freuen uns sehr, dass wir schon einige Tanzgruppen begrüßen können. Seien es Gruppen aus der Umgebung oder auch Gruppen von weiter weg, z.B. aus Kaiserslautern.

Mittags findet das Turnier für Kinder- und Jugendgruppen im Alter von 5 bis 15 Jahren statt. Eine fachkundige Jury wird die Gruppen bewerten. Außerdem dürfen sich das Publikum sowie die Gruppen untereinander einen Liebling aussuchen. Beim abendlichen Showtanzturnier starten Showtanzgruppen ab einem Alter von 16 Jahren. Auch hier wird die Jury die Gruppen bewerten und das Publikum kann sich seinen persönlichen Favoriten aussuchen.

Die unterschiedlichsten Themen und abwechslungsreichen Tänze machen diesen Tag zu etwas Besonderem. Es lohnt sich also zu kommen. Es gibt viel zu sehen =). Wir freuen uns schon auf Sie.

Karten (5€) können ab sofort unter der E-Mail-Adresse Magic-Eyes-TVN@gmx.de gekauft werden. Vorverkaufsstellen werden noch bekannt gegeben. Alle weiteren Infos können Sie dem Plakat entnehmen oder auf unsere Internetseite www.magic-eyes-nierstein.de nachlesen.

 **teamsport**
RHEINHESSEN
nierstein am rhein

FREYBURGER ALLEE 5 in NIERSTEIN; gegenüber ALDI

Öffnungszeiten

Mo – Fr: 09:00

Sa: 09:00

Achtung!!!
umgezogen nach Oppenheim,
alte B9, gegenüber von ALDI



Laura Lazzarotti berichtet

Zumba® Fitness beim Turnverein Nierstein

Im Februar des Jahres 2012 startete die erste Zumba®-Fitness-Stunde beim Turnverein Nierstein 1901 e.V. mit 25 Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Schnell hat sich die Begeisterung für die einzigartige Tanz-Fitness-Party herum gesprochen und so konnte der Turnverein Nierstein mit drei Übungsleiterinnen neun Zumba®-Fitness-Stunden anbieten in denen über 200 fitnessbegeisterte Damen, Herren, Kinder und Jugendliche ihre Pfunde purzeln lassen konnten.

Am 15. November 2014 veranstalteten die drei Zumba®-Instructorinnen Dimi Frings, Jill Kaiser und Laura Lazzarotti die zweite Zumba®-Party des Turnverein Nierstein im Bürgerhaus Schwabsburg. Die drei Instructorinnen, die mit Herz und Leidenschaft viele Zumba®-Fans seit nunmehr drei Jahren begeistern, ha-



GO TOP
SPORT & THERAPIE

Physiotherapie
im
GO TOP
Gemeinschaftspraxis
Heike & Ulrich
FRINKEN

- Krankengymnastik,
- Krankengymnastik am Gerät
- Manuelle Therapie - Massagen
- Manuelle Therapie bei Kiefergelenkerkrankungen CMD
- Manuelle Lymphdrainage
- Craniotrakrale- & Dorn-Therapie
- Kinesiotaping, Sportphysiotherapie
- Hausbesuche
- und vieles mehr.....

Dr. WOLFF®
Sports & Prevention

Ein gesunder Rücken kennt keinen Schmerz
Ein Training zur Stabilisierung der tiefen Rückenmuskeln,
basierend auf den aktuellen Forschungsergebnissen.

Informieren Sie sich bei uns
Förderung durch die BKK-Südwest - BKK Rückenstark

Rückentherapie-Center

55283 Nierstein, Daubhausstr. 27 - Tel.: 06133 - 50479
Mehr Info: www.gotop-nierstein.de



ben an diesem Abend dreieinhalb Stunden 100 sowohl Fitness-Neulinge als auch Zumba®-Erfahrene ins Schwitzen gebracht.

Die Zumba®-Party des Turnverein Nierstein war ein voller Erfolg, der nicht nur durch die drei Instructorinnen, sondern auch durch die Helfer hinter der Bühne zustande gekommen ist. Hier gilt ein großes Dankeschön Harald Kaisers, Gianna Simmer, Dirk Huff und Cedric Ultes. Sie alle haben einen großen Beitrag bei der Vorbereitung und am Abend geleistet. Außerdem konnten durch Unterstützung des REWE-Marktes Oppenheim (der freundlicher Weise 40 kg Obst sponserte), der Linden-Apotheke Nierstein (die Magnesium- und Calciumgetränke und Traubenzucker spendete) und durch eine großzügige Getränkespende eines Getränkelieferanten der Umgebung die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der zweiten Zumba®-Party des Turnverein Nierstein ausreichend mit Energie versorgt werden.

Wir freuen uns auf das Jahr 2015 mit all den begeisterten Teilnehmerinnen und Teilnehmern unserer Zumba®-Stunden, mit denen wir auch in diesem Jahr die Energie und die mitreißende Stimmung einer Zumba®-Stunde teilen können.

**Vertretung für die Senioren-Gymnastik-Gruppe gesucht –
montags von 19.00 bis 20.00 Uhr in der Grundschulturnhalle Nierstein.**

Gerne auch spätere Übernahme der Gruppe erwünscht.

Unsere Zumba® Stunden im Überblick

Neueinstieg nur nach vorheriger Anmeldung (ab 13 Jahren)
bei andrea.lazzarotti@tvn-1901.de



ZUMBA®

| | | | | | |
|-----|-----------------|---------------|------------|-------------------------|-------------|
| Mo. | 10.00-11.00 Uhr | HdG Nierstein | Zumba Gold | Plätze frei ab 08.09.14 | ÜL: Jill |
| Mo. | 21.00-22.00 Uhr | HdG Nierstein | Zumba | Plätze frei | ÜL: Laura |
| Di. | 10.00-11.00 Uhr | HdG Nierstein | Zumba | Plätze frei | ÜL: Jill |
| Di. | 20.00-21.00 Uhr | HdG Nierstein | Zumba | belegt | ÜL: Dimitra |
| Mi. | 17.30-18.30 Uhr | HdG Nierstein | Zumba | Plätze frei | ÜL: Jill |
| Mi. | 18.30-19.30 Uhr | HdG Nierstein | Zumba Step | Plätze frei ab 10.09.14 | ÜL: Jill |
| Do. | 19.30-20.30 Uhr | HdG Nierstein | Zumba | belegt | ÜL: Dimitra |
| Do. | 20.30-21.30 Uhr | HdG Nierstein | Zumba | belegt | ÜL: Dimitra |
| Fr. | 10.00-11.00 Uhr | HdG Nierstein | Zumba | Plätze frei | ÜL Dimitra |
| Fr. | 18.30-19.30 Uhr | HdG Nierstein | Zumba | Plätze frei | ÜL : Laura |



Arnold Knappek berichtet

Wanderungen 2014

Wir können wieder auf einige schöne, erlebnisreiche Wandertouren in 2014 zurückblicken.

Mit einem kleinen Stamm (insgesamt zwölf Personen) haben wir in großer oder kleiner Gruppe verschiedene Gegenden erwandert. Die Anreise erfolgte entweder mit eigenem Auto in Fahrgemeinschaften oder öffentlichen Verkehrsmitteln (nach vorheriger Absprache).



Getränkemarkt Knoll



Rheinstraße 20
55283 Nierstein
Tel. 0 61 33 / 6 00 99

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 8.00-18.00 Uhr
Sa 8.00-13.00 Uhr



Je nach Angebot ernährten wir uns auf der Wanderroute aus dem Rucksack und/oder machten Rast in Hütten oder Gasthöfen am Wegesrand oder am Ziel.

Folgende Touren standen auf unserem Programm:

| | |
|-------------------------|--|
| Bensheim-Zell | Rundwanderweg 14,5 km |
| Pirmasens | Felsenpfade am Beckenhof 15,5 km (mit Übernachtung) |
| Leistadt/Pfalz | Über den Ungeheusersee zum Bismarckturm 15 km |
| Dannenfels/Pfalz | Kneipp-Kleeblatt-Wanderweg 13,2 km |
| Rhein Hessische Schweiz | Hiweltour Tiefenthaler Höhe 12,6 km |
| Rheinsteig | Wiesbaden-Biebrich – Schlangenbad 16,7 km Schlangenbad – Kiedrich 9,6 km Kiedrich – Johannisberg 14,3 km Johannisberg – Rüdesheim 14,2 km |

Auch für 2015 werden wir wieder in lockerer Folge interessante Touren unternehmen (ab März). Interessenten können sich melden bei Heiderose Stumm (Telefon 0 61 33 / 5 85 84) oder Arnold Knappek (Telefon 0 61 33 / 5 03 81).



Angelika Rautenberg berichtet

5. Neujahrsturnier der Volleyballabteilung am Samstag, 3. Jan. 2015

Inzwischen ist unser Volleyball-Turnier am ersten Samstag im neuen Jahr zur Tradition geworden, und viele interessierte Mannschaften aus der Hobby-Mixed-Runde fragen schon vor der Herausgabe der Einladung nach dem Termin. So waren auch beim 5. Turnier in Folge die zwölf Teilnahmeplätze schnell vergeben. Wir selbst konnten uns wieder mit zwei Mannschaften am Turnier beteiligen.



Nach anfänglichen Diskussionen wegen einer angeblichen Doppelbelegung der Halle durch Modellflieger (gegen ca. 120 VolleyballerInnen konnten sich die zehn Modellflieger dann doch

nicht durchsetzen) konnten die spannenden und teilweise heiß-umkämpften Spiele beginnen.

Bei den Einsatz der SpielerInnen in 36 spannenden, aber immer fairen Begegnungen ging es auch



dieses Jahr um „Weck, Worscht und Woi“ und um die Ehre, der Niersteiner Weinkönigin Lea Kopp bei der Siegerehrung die Hand zu schütteln.



Die strahlenden Sieger TV Kostheim II bei der Preisübergabe.

Unsere Teams erreichten den 8. und den 9. Platz.

Text: Angelika Rautenberg /

Fotos: Marco Fellner für die Mixed-Volleyball-Abteilung



Ralf Alsfeld berichtet

Niersteiner Judokas erfolgreich in der Bezirksauswahl

Die drei Niersteiner Judokas Luisa Fischer, Ron Alsfeld und Josiah Powell konnten sich bei der Bezirkseinzelsmeisterschaft am 9. November in Wörrstadt für die Bezirksauswahl qualifizieren. Bereits eine Woche später, am 16. November, durften sie in der Auswahlmannschaft des Bezirks Rheinhessen-Nahe ihre Kräfte messen. Mit Erfolg! Luisa Fischer konnte mit ihrem

Bild rechts: Die drei Niersteiner Judokas Luisa Fischer, Ron Alsfeld und Josiah Powell gehören den Auswahlmannschaften des Bezirks Rheinhessen-Nahe an.



Die beiden erfolgreichen Mannschaften des Bezirks Rheinhessen-Nahe.

achtköpfigen Team souverän den ersten Platz vor den Auswahlmannschaften der Bezirke Westerwald, Koblenz und Trier behaupten. Und auch die Bezirksauswahl Rheinhessen-Nahe der Jungs konnte sich gegen die Auswahlmannschaft des Bezirks Koblenz durchsetzen und damit einen beachtlichen dritten Platz erlangen.

Nikolaustunier 2014: Der Spaß gewinnt

Bereits dreimal haben sich die Niersteiner und Nackenheimer Judokas zum gemeinsamen Training getroffen und hierbei erste Freundschaften geschlossen. Kurz vor Weihnachten hatten ihre Trainer Michael Ludewig, Thomas Werling und Ralf Alsfeld eine weitere Überraschung in petto: Im Rahmen eines Nikolaustuniers sollten sich die Kinder und Jugendlichen am 6. Dezember wieder treffen, diesmal jedoch unter Wettkampfbedingungen. Teilgenommen haben insgesamt 42 Judokas, von denen der jüngste sechs und der älteste 17 Jahre alt war – absolute Anfänger wie erfahrenere „Orangegurte“.



Beim Warmmachen herrscht noch große Ausgelassenheit.



Bild links: Die Neulinge bekamen reichlich Unterstützung. Hier bekommt Jacob Geisler Unterstützung beim Gürtelbinden.

Bild unten: Auch die kleinsten Turnierteilnehmer Marten Lampe und Boris Petrowski haben trotz Aufregung großen Spaß.

Die Aufregung und der Stress der Kämpfer und Kämpferinnen hielt sich jedoch im Rahmen: Zum einen kannte „man sich ja inzwischen“, zum anderen waren die Trainer auch die Kampf-



richter, was die Situation für die Neulinge wesentlich entspannte. Für die drei Trainer war von vornherein klar, dass es bei diesem Turnier nur Gewinner geben soll. So beendeten letztendlich alle Judokas den Wettkampftag mit einer Medaille, einer Urkunde und einem Schoko-Nikolaus.

Vorankündigung

Die Mini-Meisterschaft des Turngau Mainz wird in diesem Jahr durch den TV Nierstein ausgerichtet.

Datum: 14. März 2015

Ort: Rundsporthalle Nierstein

Zeit: 09.00 bis 17.00 Uhr

Für das leibliche Wohl wird bestens gesorgt · Eintritt ist frei



Klaus Hummel berichtet

Kobudo/Karate im TV-Nierstein Shugyosha-Dojo

Seit der Gründung im Januar 2012 als Abteilung im Turnverein 1901 e.V. Nierstein hat die Abteilung Kobudo-Karate mittlerweile fast 30 gemeldete Mitglieder, von denen ca. 18 regelmäßig das Training donnerstags (RSH 20.00 bis 21.30 Uhr) und/oder sonntags (GrH 10.00 bis 12.00 Uhr) besuchen.

50 Jahre
Tradition & Fortschritt

Sanitär • Bad

• Heizung • Solar

KESSEL

Der Spezialist mit langer Erfahrung
in Gas- und Ölbrennwerttechnik und
dem Bau von Solaranlagen.

Wir bedanken uns bei unseren Kunden
und Mitarbeitern für das Vertrauen
und die Zusammenarbeit.

Ernst-Ludwig-Straße 11 · 55283 Nierstein
 Tel. 0 61 33 / 971 20 · Fax 0 61 33 / 97 12 13
 hd.kessel@heizkessel.de

Regelmäßig ist auch ein hoher Kampfkunstmeister aus Okinawa zu Besuch, der dann seine Kunst lehrt. Der reguläre Trainer für die Sportler, Klaus Hummel, ist Mitglied in der Deutschen Dan-Akademie, Inhaber einer B-Trainerlizenz, sowie einer Prüfer-Lizenz für Kobudo.

Zwei- bis dreimal jährlich bieten wir Sonderkurse/Lehrgänge ganztags an, einschließlich der Möglichkeit für Prüfungen. Diese Sonderkurse werden zum Teil als Benefiz-Lehrgang für soziale Zwecke durchgeführt, wobei der Hauptverein bislang die eingenommenen Spenden großzügig aufgerundet hat.

Kobudo ist der Umgang mit traditionellen Bauernwaffen aus Okinawa wie Kurzstock, Langstock, Schlagholz (Tonfa), Metallgabel (Sai) und Sichel (Kama). Im Training wird ein hohes Bewegungsniveau auf Basis der jeweiligen Stufe im Karate/Shotokan-Stil vermittelt wie in der folgenden Tabelle für die parallel laufenden Graduierungen (Gürtelfarben) zu sehen ist:

| | | | | | | | | | | |
|--------|--------|----------|--------|---------|---------|-----------|----------|---------|-----------|------------|
| 9. Kyū | 8. Kyū | 7. Kyū | 6. Kyū | 5. Kyū | 4. Kyū | 3. Kyū | 2. Kyū | 1. Kyū | 1.-9. Dan | 10. Dan |
| (weiß) | (gelb) | (orange) | (grün) | (blau) | (blau) | (braun) | (braun) | (braun) | (schwarz) | (weiß-rot) |
| | | | | violett | violett | | | | | |
| Hanbo | Hanbo | Bo/Kon | Sai | Tonfa | Kama | Hanbo/Sai | Tonfa/Bo | Kama/Bo | Versch. | |

Von unseren SportlerInnen haben sechzehn Personen bereits Prüfungen im Karate und Kobudo bestanden, vom Gelbgurt bis Braungurt, darunter auch Karate-Schwarzgurtträger, die ihr Können erweitern wollen.

Die jüngste Sportlerin ist 8 Jahre alt, die ‚gesetzteren Sportler‘ sind über fünfzig. Uns ist jede/jeder Interessierte im Training willkommen. Auch von anderen Karate-Vereinen unserer Region kommen Sportler zum Training, da Kobudo nicht überall zu lernen ist. Diese sind mittlerweile auch Mitglied im TVN.

Unser Training ist differenziell und kreativ gestaltet und bietet ebenfalls im Integrativsport ungeahnte Möglichkeiten. Wir planen in 2015 eine weitere Trainingsgruppe für Karate-Einsteiger anzubieten.

Interessierte wenden sich bitte an klaus.hummel@tvn-1901.de

Zusammen haben wir Spaß im Training und freuen uns über alle, die mitmachen – Willkommen.



Luca Guttandin berichtet

Handball C-Jugend spielt Oberliga-Qualifikation!

Die gute Jugendarbeit bei den Handballern des TV Nierstein trägt weiter Früchte. Nachdem die B-Jugend im letzten Jahr den Einzug in die Oberliga RPS knapp verpasste, will nun das Team um Luca Guttandin und Nils Midinet eine Altersklasse tiefer angreifen. In den letzten Jahren war dieser Schritt kaum denkbar, aber die C-Jugend ist motiviert und freut sich auf die Qualifikationsspiele.

Absoluter Außenseiter

Zwei von drei Mannschaften werden den Einzug in die Oberliga schaffen, eine allerdings muss den Weg in der Rheinhessenliga weitergehen, der höchsten Spielklasse in Rheinhessen. Die Gegner sind keine anderen als die MJSJ Ingelheim/Budenheim und die SG Bretzenheim. Beide Vereine haben sich bereits seit Jahren überregional in der Oberliga RPS etabliert und sind aufgrund ihrer Erfahrung absolute Favoriten für die Qualifikation. „Ich kenne beide Mannschaf-

Hotel Restaurant Feinschmecker-Weinstube
„Alter Vater Rhein“
 Das liebe alte Haus im freundlichen Weindorf

Geöffnet von 17 bis 23 Uhr
 Küche täglich von 17 bis 21 Uhr
 Mittagstisch nach Vereinbarung

Samstag, Sonn- und Feiertage von 12 bis 21 Uhr durchgehend
 Donnerstag Ruhetag

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Telefon 06133/5628
hotel@alter-vater-rhein.de www.Alter-Vater-Rhein.de

ten und weiß, dass da ein ganz schöner Brocken auf uns zukommt. Es soll nicht pessimistisch klingen, aber es wird für uns unheimlich schwer. Wir haben aber nichts zu verlieren“, so Trainer Luca Guttandin. jedenfalls ist das



Team guter Dinge. Man freut sich auf die wegweisenden Spiele und auf die neue Erfahrung. „Wir können nur gewinnen“, ergänzt Luca Guttandin, denn diese Erfahrung nimmt den Jungs keiner mehr.

Unterstützung benötigt

Die Termine für die Qualifikationsspiele stehen noch nicht fest. Etwa Ende Februar werden die Termine festgelegt und auf unserer Homepage bekannt gegeben (www.handball-nierstein.de).

Die Mannschaft und Mannschaftenverantwortlichen würden sich über tatkräftige Unterstützung von den Rängen freuen. Helft mit, wenn es um die Oberliga-Wurst geht und verwandelt die Halle in einen brodelnden Hexenkessel, in dem die Niersteiner ihre kleine Chance zu nutzen versuchen. Seid Teil einer Darbietung feinstem Jugendhandballs und eines seltenen Events. Macht ordentlich Krach und unterstützt die Mannschaft von Luca Guttandin und Nils Midinet in ihrer bisher größten und wichtigsten Handballerfahrung.

Mitspieler gesucht

In der kommenden Spielrunde meldet Jugendkoordinator Luca Guttandin außerdem zwei Mannschaften im C-Jugend-Alter. Dies hat ein intensiveres Training und individuellere Förderung zum Vorteil. Beide Teams werden aber gemeinsam trainieren, um voneinander zu lernen und das Mannschaftsgefüge zu stärken. Die Trainer Luca und Nils suchen weitere Spieler des Jahrgangs 2001/02, die unsere C-Jugend unterstützen möchten. Die Jahrgänge haben eine große Perspektive. Das Training ist intensiv, anstrengend und verlangt den Jungs einiges ab, der Spaß miteinander kommt allerdings niemals zu kurz.




Ganzheitliche Beratung für Mensch und Tier

Angelika Perthold
 Tierheilpraktikerin & Psychologische Beraterin
 Homöopathie, Bachblüten, Reiki...
 Obere Auflangenstrasse 2
 55283 Nierstein

06133- 50 93 07
 0163-466 20 57
 angelika.perthold@online.de
 naturheilpraxis-angelika-perthold.de

Gutschein im Wert von 10,00 €
 Keine Auszahlung, nur einlösbar
 bei 1 Behandlung pro
 Person oder Tier
 gültig bis
 31.12.2014

Gutschein mit ganzer Anzeige vorlegen!

Fernseh - Müller

TV – HIFI – VIDEO – DVD

Kabelanschluss – Sat Anlagen / Meisterbetrieb

Unsere Leistungen für Sie:

- Fachhändler für Unterhaltungselektronik, digitale Empfangsanlagen, Telekommunikation und Mobilfunk
- Verkauf, Installation, Reparaturen
- Mitglied der Electronic Partner GmbH
- Vertriebspartner für T-Mobile und T-Home
- Finanzierungen über die Santander Consumer Bank
- Sky Händler

Ladengeschäft

55283 Nierstein – Marktplatz 8

Tel.: 061 33 - 57 1051

Fax: 061 33 - 6 12 82

Mobil: 01 70 - 995 76 65

mi-mueller@online.de



Ingo Fischer berichtet

Zweite Herren – Neues Saisonziel: Vizemeisterschaft statt Klasseerhalt

Die zweite Handballmannschaft der Herren spielt bislang eine Bombensaison und steht aktuell (8. Februar 2015) auf Platz zwei der A-Klasse Rheinhessen. Damit hätte nach all den Problemen in der Vorbereitung wirklich niemand gerechnet – am allerwenigsten ich als Trainer.

Ein kurzer Blick zurück: Eine echte Vorbereitung hatte bei uns gar nicht stattgefunden, da wir bis Mitte August keinen Trainer hatten. Nicht weil ich es unbedingt wollte, sondern allein aus Mangel an einer Alternative habe ich mich dazu bereit erklärt, trotz der anstehenden Geburt meiner Tochter Liv das Team als Spielertrainer zu übernehmen. Mit Blick auf die vergangene Saison, in der die Zweite bis zum Schluss gegen den Abstieg gekämpft hatte, und der extrem kurzen Vorbereitung – mit nur einem einzigen Testspiel, an dem sagenhafte sieben Feldspieler und kein Torwart teilnahmen – rechnete ich mit einem schwierigen Rundenstart und legte für mich als Saisonziel den Nicht-Abstieg fest.

Dieses Ziel haben wir nun zu unserem eigenen Erstaunen bereits nach der Hinrunde erreicht. Super ist, dass wir mehrere Spiele ganz hauchdünn mit ein oder zwei Toren Vorsprung gewonnen haben – genau solche knappen Spiele hatte die Zweite in der Vergangenheit meist verloren. Das Potenzial in der Mannschaft ist bei weitem noch nicht ausgeschöpft. Wenn annähernd so viele Spieler im Training wären wie am Wochenende bei den Spielen, dann würde unser Weg über eher kurz als lang weiter nach oben führen: Die Kreisliga ist seit dieser Saison kein Lichtjahre entfernter Stern mehr, zumal die Erste sich anschickt, diesen in Richtung Heimatplaneten Verbandsliga nach nur einer Saison wieder zu verlassen (und damit der Weg für die Zweite in der kommenden Saison frei sein könnte).

In dieser Saison ist der Aufstieg nach dem am vergangenen Spieltag verlorenen Spitzenspiel gegen den HSV Alzey II jedoch kein Thema mehr, sofern er jemals eines war. Nun gilt es, die sehr gute Hinrunde in der Rückrunde zu bestätigen. Neues Saisonziel der Zweiten: Vizemeisterschaft!



Petra Hessinger berichtet

Aerobic im TV Nierstein

Was wird bei mir trainiert?

AEROBIC und Rücken – Arme – Bauch – Beine – Po – also ganzheitliches Training wie man heute so schön sagt. Der Spaß kommt dabei nicht zu kurz.

Seit 2008 leite ich nun schon diese Gruppe. Unser Training ist montags von 20 bis 21.15 Uhr in der Grundschulturnhalle Nierstein. Nachdem wir eine Choreographie erarbeitet haben, gehen wir zu Kräftigungsübungen über und zum guten Schluss wird dann ausgiebig gedehnt.

Zur traditionellen Jahresabschlussfeier setzen wir uns bei einem guten Essen zusammen, und sogar der Nikolaus, der übrigens bei meiner Gruppe mittrainiert, besucht uns jedes Jahr.

Jede/r kann gerne zu einem „Schnuppertraining“ vorbei kommen und sollte bitte folgendes mitbringen: Hallenturnschuhe, Getränk, Handtuch und falls vorhanden eine Gymnastikmatte.

Heise am Kranzberg



Weingut & Guttschänke
direkt am Roten Hang
Karolingerstr. 15
55283 Nierstein
Tel 06133 / 8587 Fax 60493
www.heise-am-kranzberg.de

Nierstein/Rhein



Sigrid Peter berichtet

Gymnastik im TV Nierstein

DiWirbelsäulengymnastik von 20.00 bis 21.00 Uhr

Wirbelsäulengymnastik hört sich nach langsamen, haltenden Übungen an, die wir von der Krankengymnastik her kennen. Doch so ist es nicht! Die Wirbelsäule ist wie ein Lot, im Lot sein, das heißt: Ist der Kopf gerade und steht die Wirbelsäule in ihrer doppelten S-Form im Lot, so sprechen wir von einer geraden, gesunden Haltung.

Die Muskulatur sollte gleichmäßig symmetrisch trainiert werden damit Dysbalancen (verkürzte oder abgeschwächte Muskeln, Ungleichgewicht) ausgeglichen werden. Ein starker Schultergürtel sorgt für eine Aufrichtung der Brustwirbelsäule. Ein flacher, muskulöser Bauch und eine starke Lendenmuskulatur stärkt und schützt die Lendenwirbelsäule. Eine bewegliche Hüfte, ein starker Po und starke Beine lassen uns aufstehen und fortbewegen. Starke Muskeln (keine starken im Sinne von großen Muskeln) schützen und mobilisieren unsere Gelenke. Und ... wenn das unser Ziel ist, können Sie sich vorstellen, dass unsere Gruppe ganz oft mit Muskelkater, doch immer guter Laune die Stunde verlässt.



Bei Interesse meldet euch bei: sigrid.peter1@gmx.net oder Telefon 01 77 / 4 59 64 42.

Mittwochsgruppe 19.30 bis 20.30 Uhr – Pilates

Ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur primär der Beckenboden, Bauch und Rückenmuskulatur.

Joseph Pilates vertrat die Ansicht, wenn wir einen stabilen, Muskelgürtel oder Korsett (Beckenboden, Bauchmuskeln, tiefliegende Rückenmuskulatur) das sogenannte Powerhouse haben, so verbessert es die Konstitution und Haltung. Das Powerhouse hat eine wesentliche Stützfunktion für unsere Wirbelsäule und der Beckenaufrichtung.



Mir persönlich ist es wichtig, ein Gefühl für seinen Körper, besonders den Beckenboden zu entwickeln, da unser Beckenboden (bei Frauen wie auch Männer) vom Zwerchfell abwärts den Darm die unteren Organe, Blase, Gebärmutter, Prostata ect. halten muss. Ist dieser schwach, so kippt das Becken nach vorne, der untere Rücken verkürzt und schmerzt, die Blase wird nach unten gedrückt. Mit konzentrierten Übungen und bewusster Atmung verbessern wir nicht nur unsere Haltung, sondern beugen auch Inkontinenz vor.



Da unser Kurs sehr voll ist und wir kein Aufbaukurs haben, ist es für Einsteiger manchmal sonderbar gleich, mittendrin anzufangen. Doch nach einiger Zeit bekommt jeder das Gefühl für sein Powerhouse, da ich immer und immer wieder Grundinformationen einfüge.

Mittwochsgruppe Flexi bar (Schwingstab) 20.30 bis 21.30 Uhr Donnerstags 9.00 bis 10.00 Uhr

Diese Workout geht tief unter die Haut, durch die Schwingung des Flexi bar Stab werden gelenksnahe, tiefliegende Muskeln trainiert. Muskeln, die wir nicht bewusst steuern oder anspannen können. Es stärkt das Bindegewebe und die Rumpfmuskulatur. Der in Schwingung gebrachte Flexi bar bewirkt durch seine Vibration eine unwillkürliche reflektorische Anspannung des Rumpfs, die durch bewusste Muskelkontraktion nicht erreicht werden kann.

Mittwochsabends gibt es noch drei freie Plätze, donnerstags ein freier Platz. Bei Interesse meldet euch bei: sigrid.peter1@gmx.net oder Telefon 01 77 / 4 59 64 42.

Donnerstagsgruppe 60+ von 10.00 bis 11.00 Uhr und von 11.00 bis 12.00 Uhr

Seit nun fast drei Jahren besteht diese Gruppe von Damen und Herren im Alter von 60+, wobei wir stolz sind, Teilnehmerinnen im Alter über 80 bei uns zu haben. Das Ziel unseres Trainings ist es, den gesundheitlichen Zustand zu erhalten und zu verbessern. Unsere Gelenke beweglich zu halten und vor allen Dingen die Kraft zu haben, wieder aufzustehen.

Gleichgewichtstraining wird in jeder Stunde mit integriert, Koordination, Kraft/ Ausdauertraining sind auch feste Bestandteile einer Übungsstunde. Spaß am Üben, Schwitzen, Lernen, viel Lachen und der Kontakt untereinander ist uns allen sehr wichtig. Jede Stunde wird mit einem kleinen Ritual beendet, jedes Halbjahr beenden wir mit einem gemeinsamen Frühstück.



Die Gruppen sind noch nicht überfüllt!!! Also liebe Damen und Herren, reinschnuppern, mitmachen unter dem Motto: Mensch beweg Dich.

Bei Interesse meldet euch bei: sigrid.peter1@gmx.net oder Telefon 01 77 / 4 59 64 42.



Christiane Horn berichtet

5. Interner Vereinswettkampf des TV Nierstein

Am Samstag den 13. Dezember 2014 fand der diesjährige Vereinswettkampf des TV Nierstein statt. Die Turnmädchen der Trainerinnen Leistungsturnen, Christiane Horn, Constanze Bastian und der Übungsleiterinnen Breitensport Nelli Sawatzki, Lea Hebeiß und Fabienne Syre, nahmen in diesem Jahr zusammen an dem Wettkampf teil. Nach Eröffnung durch den 1. Vorsitzenden Tobias Bieker konnte der Wettkampf beginnen.

Zum ersten Mal zeigten die Turnerinnen Breitensport ihre Leistungen an den Geräten Sprung und Schwebebalken sowie im Fitness Parcour.

Jana Rübsam belegte mit 73,1 Punkten den 1. Platz.

Lina Bouhlou kam mit 71,25 Punkten auf den 2. Platz.

Laura Dupont kam mit 70,05 Punkten auf den 3. Platz.

Cilia Hasert kam mit 68,1 Punkten auf den 4. Platz.

Jessica Hasert kam mit 67,45 Punkten auf den 5. Platz.

Nora Evans kam mit 66,2 Punkten auf den 6. Platz.



Die Siegerehrung erfolgte durch den 1. Vorsitzenden Tobias Bieker.

Als Mannschaftswettkampf wurde in diesem Jahr zum ersten Mal der Geräte-3-Kampf (Spannbarren, Boden, Balken) ausgetragen.

Emily Strub, Yasmin Wolksi, Laura Christmann und Laura Kahler belegten mit 136,55 Punkten den 1. Platz.

Lotta Strub, Charlotte Allebrand, Mia Döring und Mira Bieger kamen mit 130,15 Punkten auf den 2. Platz.

Finnja Wolff, Pauline Strub, Aurelia Geissler und Julia Scherer kamen mit 129,55 Punkten auf den 3. Platz.

Daria Kosik, Maja Balzer, Fanny Früauff und Jana Richter kamen mit 127,65 Punkten auf den 4. Platz.

Rosalie Nadler, Anna Schittler, Lene Ohnsorg und Emilie Kahler kamen mit 126,35 Punkten auf den 5. Platz.

Greta Nadler, Maya Wesche, Sarah Giel und Lilli von Küstenfeld kamen mit 121,4 Punkten auf den 6. Platz.

Die Siegerehrung erfolgte durch den 2. Vorsitzenden Arnold Knappek.

Allen Helfern und Unterstützern hier noch einmal unseren herzlichsten Dank.



Jahresbericht

Kinderturnen mit Eltern

3- bis 5-jährige donnerstags 16.00 bis 18.00 Uhr Rundsporthalle

Auch im Jahr 2014 war das Kinderturnen der 3- bis 5-jährigen wieder gut besucht. Je nach Jahreszeit nahmen zwischen 25 und 45 Kinder an den beiden Turnstunden teil.

Jede Turnstunde beginnt mit einem gemeinsamen Singspiel und leichten Aufwärmübungen. Im Anschluss daran darf der immer wieder neu gestaltete Geräteparcours, der gemeinsam mit den Eltern aufgebaut wird, erklommen werden. Wenn vor Ende der Turnstunde noch Zeit ist, wird ein Abschlussspiel durchgeführt. Die obligatorische Abschlussrakete lassen sich die Kinder jedoch nicht nehmen und sind immer mit vollem Elan dabei.

Mit der schon traditionellen Weihnachtsfeier wurde das Jahr beendet. Auch der Nikolaus ließ es sich nicht nehmen, im diesem Jahr vorbeizukommen und kleine Geschenke an die Kinder zu verteilen. Sogar der Vorstand des TV Nierstein war anwesend. Frau Gabriele Horn bekam für ihre ganzjährige Unterstützung einen kleinen Blumenstrauß überreicht.



Jahresbericht Leistungsturnen 2014

Freitags 15.00 bis 16.45 Uhr sowie 16.45 bis 18.30 Uhr

Die Turngruppe Leistungsturnen wurde in diesem Jahr durch weitere Turnerinnen verstärkt. Nicht nur durch das reguläre Training, sondern auch durch zusätzliche Trainingseinheiten konnten die Turnmädels ihre turnerischen Fähigkeiten verbessern.



Im März des Jahres wurden die erstplatzierten Turnerinnen des vorangegangenen Turnjahres vom Vorstand des TV Nierstein zu einem leckeren Eis eingeladen.

Die diesjährige Teilnahme erfolgte an folgenden Wettkämpfen:

- Gau- und Rheinhessenmeisterschaft, Einzel
- Mini-Meisterschaft in Udenheim
- Gaumeisterschaft, Mannschaft
- 5. interner Vereinswettkampf

Besonders hervorzuheben ist die Leistung von Lotta Strub, die bei den Rheinhessenmeisterschaften, Einzel, den 3. Platz belegte. Diese Leistung wurde auch vom Vorstand besonders gewürdigt.

Das Motto: „Gemeinsam sind wir stark“ wird bei den Turnerinnen groß geschrieben. Es macht sehr viel Spaß mit den Turnerinnen zu trainieren und zu sehen wie die Gemeinschaft wächst und das Turnerische Können verbessert wird. Mit einer Weihnachtsfeier wurde das Turnjahr beendet.

Folgende Teilnahmen für 2015 sind vorgesehen:

- Mini-Meisterschaft am 14. März 2015 in Nierstein
- Vereinsmeisterschaft TV Oppenheim
- Gaumeisterschaft – Einzel
- Gaumeisterschaft – Mannschaft
- 6. Vereinsinterner Turnwettkampf



Hans Lesser berichtet

Pétanque – Eine ganz ruhige Kugel

Der Boule-Sport (Pétanque = Boule-Spiel aus dem Stand) präsentiert ein Stück französische Lebensart. Der Sport prägt mit die Kultur, er findet seinen Niederschlag in der Literatur, der Musik und im Film. Im Lauf des Jahres kam „Eine ganz ruhige Kugel“ in die Kinos und erlaubte dem Publikum auch einen Blick hinter die Fassaden dessen, was die eine Hälfte der französischen Bevölkerung – die männliche – so zur Jagd auf das „Schweinchen“ erpicht sein lässt. In einer wundervollen, warmherzigen Sozialkomödie über Freundschaft überzeugen Gérard Depardieu als Jacky, Raubein mit Herz, und Atmen Kélif als Momo in ihren schauspielerischen Rollen.



Im Gegensatz zu dem im Film dargestellten professionellen Niveau wird im Turnverein Nierstein Pétanque dagegen auf Breitensportlicher Basis betrieben. Den Teilnehmern soll es Spaß machen, sich einmal in der Woche unter besonderen, entspannten Bedingungen zu treffen und in einem eigenen Umfeld einer gemeinsamen Betätigung nachzugehen. Schwergewichtig ist Boule für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer deshalb nicht nur Freizeit-, sondern auch Freiluftsport. Ihre Saison haben die Boulespieler in der milderen Jahreszeit und im Sommer (für hartgesottene sind aber auch Schnee und Eis kein Hinderungsgrund auf ihr Spiel in Freien zu verzichten). Geeignete Plätze gibt es fast überall, in Nierstein vorzugsweise auf dem Parkplatz am Rheinufer beim Schiffermast oder auch in den Weinbergen, z.B. auf den Flächen rund um den Wartturm.

In der kalten Jahreszeit sind genügend Liebhaber dieses urfranzösischen Gesellschaftsspiels aktiv, um mit weichen Kugeln auf dem Trainingsboden der

Niersteiner Rundsporthalle ihre körperliche Fitness und ihr technisches Wurfvermögen zu erhalten.

Alle fiebern – rückblickend auf das Jahr 2014 – nun schon wieder der Zeit entgegen (die Sommerzeit beginnt in der Nacht von Samstag 28. März auf Sonntag 29. März 2015), um dem Spiel mit den stählernen Kugeln frönen. Im Sommer findet das Spiel immer dienstags statt, die Zeit richtet sich ein wenig nach den



jahreszeitlichen Lichtverhältnissen. Übungsstunden und andere Aktivitäten werden jeweils aktuell auf der Internetseite www.tvn-1901.de/petanque/ bekanntgegeben.

Interessenten und natürlich auch Interessentinnen sind gerne eingeladen, um in die unkomplizierte Sportart hineinzuschnuppern. Bequeme Sportkleidung reicht für die Teilnahme völlig aus, das Sportgerät wird zur Verfügung gestellt. Das gemütliche Zusammensein nach dem Spiel erfreut sich allgemeiner Beliebtheit.

Wer gute Laune zum Boule-Spiel mitbringt, wird die gute Laune auch garantiert wieder mit nach Hause nehmen.

Bäckerei - Konditorei
WILHELM DIETZ

| | | |
|--|---|---|
| 55283 Nierstein Langgasse 15 Telefon 0 61 33 / 52 17 | 55283 Schwabsburg Hauptstraße 57 Telefon 0 61 33 / 92 74 80 | 55276 Dienheim Berlinerstraße 2 Telefon 0 61 33 / 25 98 |
|--|---|---|

www.boeckerei-dietz.de - willidietz@hotmail.com

Rechtsanwalt Dr. Hartmann Oppenheim

- Rechtsberatung
- Vertretung
- Verteidigung

Kompetenz durch Qualifikation und Erfahrung

Rechtsanwalt
 Dr. Klaus-Peter Hartmann
 Mainzer Straße 142
 55276 Oppenheim
 Tel.: 06133/7 04 04 und 48 78

Turnverein 1901 e.V. Nierstein am Rhein



Turnen • Gymnastik • Handball • Leichtathletik
 Fitness + Gesundheitssport • Volleyball
 Tanzen • Judo • Kobudo • Petanque
 Minigolf • Wandern

Angebote und Übungsstunden

Stand 1. März 2015

| Tag | Zeit | Angebot | Halle/Ort |
|-----------------|---------------|---|-------------------|
| Montag | | | |
| Mo | 10:00 - 11:00 | Zumba®-Gold | H.d.G.. Nierstein |
| Mo | 19:00 - 20:00 | Gymnastik & Tanz für Erwachsene | GSN |
| Mo | 19:30 - 21:00 | Turnverein-Gymnastik (Gruppe Fr. Wagner) | H.d.G. Nierstein |
| Mo | 20:00 - 21:00 | Aerobic- und Fitness-Training | GSN |
| Mo | 21:00 - 22:00 | Zumba®-Fitness | H.d.G. Nierstein |
| Dienstag | | | |
| Di | 10:00 - 11:00 | Zumba®-Fitness | H.d.G. Nierstein |
| Di | 16:00 - 17:30 | Handball männl. E-Jgd. (Jahrg. 2004/2005) | RSN |
| Di | 16:00 - 17:30 | Handball männl. D-Jgd. (Jahrg. 2002/2003) | RSN |
| Di | 17:00 - 18:00 | Judo-Anfänger (Kinder bis ca. 8 Jahre) | RSN |
| Di | 17:30 - 19:30 | Handball männl. B2-Jgd. (Jahrg. 1998/1999) | RSN |
| Di | 17:30 - 19:30 | Handball männl. B1-Jgd. (Jahrg. 1996/1997) | RSN |
| Di | 17:30 - 19:30 | Handball männl. A-Jgd. (Jahrg. 1996/1997) | RSN |
| Di | 18:00 - 19:30 | Turnverein-Gymnastik (Gruppe Fr. Wagner) | H.d.G. Nierstein |
| Di | 18:00 - 19:30 | Judo (Jugendliche/Erwachsene) | RSN |
| Di | 18:00 - 20:00 | Petanque (www.tvn-1901.de/petanque/Aktuelles) | s. Internet |
| Di | 19:00 - 20:00 | Zumba®-Fitness | Emond-Halle |
| Di | 19:00 - 20:00 | Fitness-Gymnastik | GSN/Gym |
| Di | 19:30 - 21:30 | Damen-Handball (1. u. 2. Damen-Mannschaft) | RSN |
| Di | 19:30 - 22:00 | Volleyball, Mixed-Mannschaften | GymnOpp-alt |
| Di | 19:30 - 20:00 | Handball (Torwarttraining 1. Herren-Mannschaft) | RSN |
| Di | 20:00 - 21:00 | Wirbelsäulengymnastik | GSN/Gym |
| Di | 20:00 - 21:00 | Zumba®-Fitness | H.d.G. Nierstein |
| Di | 20:00 - 23:00 | Handball (1. Herren-Mannschaft) | RSN |

| Tag | Zeit | Angebot | Halle/Ort |
|-------------------|---------------|--|------------------|
| Mittwoch | | | |
| Mi | 16:00 - 17:00 | Handball männl. D-Jgd. (Jahrg. 2002/2003) | RSN |
| Mi | 16:00 - 17:00 | Klein-Kinder-Turnen (1,5 - 3 Jahre) | RSN |
| Mi | 17:00 - 18:00 | Klein-Kinder-Turnen (1,5 - 3 Jahre) | RSN |
| Mi | 17:00 - 18:30 | Handball weibl. D-Jgd. (Jahrg. 2002/2003) | RSN |
| Mi | 17:00 - 18:30 | Handball weibl. C-Jgd. (Jahrg. 2000/2001) | RSN |
| Mi | 17:30 - 18:30 | Zumba®-Fitness | H.d.G. Nierstein |
| Mi | 17:30 - 19:30 | „Magic Eyes“ (Wettkampf-DVG Jahrg. 1998-2002) | GSN |
| Mi | 18:00 - 19:30 | Handball männl. C-Jgd. (Jahrg. 2000/2003) | RSN |
| Mi | 18:30 - 19:30 | Zumba®-Step | H.d.G. Nierstein |
| Mi | 19:00 - 20:30 | Petanque (die In-Door-Spielform) | RSN |
| Mi | 19:30 - 20:30 | Pilates, Funktionsgymnastik nach Pilates | H.d.G. Nierstein |
| Mi | 19:30 - 21:00 | Handball (2. Herren-Mannschaft) | RSN |
| Mi | 19:30 - 21:00 | Damen-Handball (1. u. 2. Damen-Mannschaft) | RSN |
| Mi | 20:00 - 21:00 | Funktionelle Gymnastik: Spaß und Ausdauer, BBP | GSN |
| Mi | 20:45 - 21:45 | Swing-Stick-Gymnastik | H.d.G. Nierstein |
| Donnerstag | | | |
| Do | 09:00 - 10:00 | Swing-Stick-Gymnastik | H.d.G. Nierstein |
| Do | 10:00 - 11:00 | Gesundheits-Sport 60+ | H.d.G. Nierstein |
| Do | 11:00 - 12:00 | Gesundheits-Sport 60+ | H.d.G. Nierstein |
| Do | 16:00 - 17:00 | Handball Minis (Jahrg. 2006 u. jünger) | RSN |
| Do | 16:00 - 17:00 | Eltern-Kind-Turnen (3 - 5 Jahre) | RSN |
| Do | 16:00 - 17:00 | Turnen: Kinder von 4 - 6 Jahren (ohne Eltern) | GSN |
| Do | 17:00 - 18:00 | Eltern-Kind-Turnen (3 - 5 Jahre) | RSN |
| Do | 17:00 - 18:00 | Turnen: Kinder von 4 - 6 Jahren (ohne Eltern) | GSN |
| Do | 17:00 - 18:00 | „Dance Stars“ (ab 5 Jahre) | H.d.G. Nierstein |
| Do | 17:00 - 18:30 | Handball weibl. D-Jgd. (Jahrg. 2002/2003) | RSN |
| Do | 17:00 - 18:30 | Handball weibl. C-Jgd. (Jahrg. 2000/2001) | RSN |
| Do | 17:30 - 19:30 | Handball männl. B1-Jgd. (Jahrg. 1998/1999) | IGS |
| Do | 17:30 - 19:30 | Handball männl. A-Jgd. (Jahrg. 1996/1997) | IGS |
| Do | 18:00 - 19:30 | „Dance Generation“ (12 - 16 Jahre) | H.d.G. Nierstein |
| Do | 18:30 - 20:00 | Handball männl. C-Jgd. (Jahrg. 2000/2001) | RSN |
| Do | 18:30 - 20:00 | Handball männl. B2-Jgd. (Jahrg. 1998/1999) | RSN |
| Do | 19:00 - 20:00 | Rücken-Fit für Männer | GSN/Gymn. |
| Do | 19:00 - 20:00 | Bailong | RSN |
| Do | 19:30 - 21:00 | Handball (2. Herren-Mannschaft) | RSN |
| Do | 19:30 - 21:00 | Handball (3. Herren-Mannschaft) | IGS |

| Tag | Zeit | Angebot | Halle/Ort |
|----------------|---------------|---|------------------|
| Do | 19:30 - 20:30 | Zumba®-Fitness | H.d.G. Nierstein |
| Do | 20:00 - 23:00 | Handball (1. Herren-Mannschaft) | RSN |
| Do | 20:00 - 21:30 | Kobudo - Kampfkunst mit Bauernwaffen | RSN |
| Do | 20:30 - 21:30 | Zumba®-Fitness | H.d.G. Nierstein |
| Freitag | | | |
| Fr | 10:00 - 11:00 | Zumba®-Fitness mit Dimitra | H.d.G. Nierstein |
| Fr | 15:00 - 16:00 | Tanzgruppe Magic Phoenix | GSN/Gym |
| Fr | 15:00 - 16:45 | Leistungsturnen (6 - 10 Jahre) | RSN |
| Fr | 16:00 - 17:30 | Turngruppe (6 - 8 Jahre) | RSN |
| Fr | 16:00 - 17:30 | Turngruppe (8 - 13 Jahre) | RSN |
| Fr | 16:00 - 18:00 | „Magic Eyes“ (Wettkampf-DVG Jahrg. 1998-2002) | GSN |
| Fr | 16:45 - 18:30 | Leistungsturnen (ab 11 Jahren) | RSN |
| Fr | 17:00 - 18:30 | Judo-Anfänger (Kinder bis ca. 8 Jahre) | RSN |
| Fr | 18:30 - 19:30 | Zumba®-Fitness | H.d.G. Nierstein |
| Fr | 18:30 - 20:00 | Judo (Fortgeschrittene, Jugendl. u. Erwachsene) | RSN |
| Fr | 19:00 - 20:30 | Parkour - Hindernisse überwinden | RSN |
| Fr | 19:30 - 23:00 | Volleyball, Mixed-Mannschaften | RSN |
| Sonntag | | | |
| So | 10:00 - 12:00 | Kobudo (Kampf-Kunst-Training/Karate) | GSN |

Genutzte Sportstätten

| | |
|------------------|---|
| Emond-Halle | = Emonds-Halle in Oppenheim |
| GSN | = Turnhalle/Gymnastikraum der Grundschule Nierstein |
| GSN/Gym | = Gymnastikraum der Turnhalle der Grundschule Nierstein |
| GSOpp | = Turnhalle der Grundschule Oppenheim |
| GymnOpp-alt | = Alte Sporthalle Gymnasium Oppenheim |
| GymnOpp-neu | = Neue Sporthalle Gymnasium Oppenheim |
| H.d.G. Nierstein | = Haus der Gemeinde Nierstein |
| Hinter Saal | = Parkplatz Hinter Saal, Nierstein |
| IGS | = Sporthalle der Integrierten Gesamtschule Oppenheim |
| RSN | = Rundsporthalle der Realschule Nierstein |
| Schwabsb. | = Bürgerhaus Schwabsburg |
| SpPlGymnOpp | = Sportplatz Gymnasium Oppenheim |

Leichtathletik

Der Turnverein Nierstein ist Mitgliedsverein in der Leichtathletik-Gemeinschaft Rheinfront (LG Rheinfront), und seine Mitglieder können auch deren Angebote nutzen.

Das umfangreiche und spezifizierte Übungsstunden- und Veranstaltungsprogramm kann auf der Homepage-Seite „Leichtathletik“ des Turnverein 1846 Oppenheim e.V. eingesehen werden (www.Turnverein1846-oppenheim.de).

Bei speziellen Fragen gibt Abteilungsleiter **Freddy Püschel** (Tel.: 0 61 33 / 7 06 56, Mobil-Tel.: 01 77 / 7 03 52 35) gerne Auskünfte und zusätzliche Informationen.

Einzug Zusatzbeiträge 2. Halbjahr 2014 im 1. Quartal 2015

Betrifft alle Mitglieder der Sparten Handball, Zumba, Judo und Tanzen:

Da wir aus technischen Gründen die Zusatzbeiträge für das 2. Halbjahr nicht mehr in 2014 einziehen konnten, erfolgt dieser Einzug noch im 1. Quartal 2015.

Wir bitten euch alle, die Einzüge nicht zurückgehen zu lassen, da uns Beitragsrücklastschriften von den Banken mit bis zu zehn Euro in Rechnung gestellt werden. Und die Betragspflicht besteht dann immer noch. Wir bitten um Entschuldigung für den verspäteten Einzug.

Der TV Nierstein trauert um

Frau Luise Fendrich

verstorben am 4. Februar 2015.

Sie trat dem TV am 01.11.1932 bei und war unser Ehrenmitglied seit dem 17. März 1995. Der Vorstand wünscht den Angehörigen viel Kraft und wird Frau Fendrich allzeit ein ehrendes Andenken bewahren.

Der Vorstand des Turnverein 1901 e.V. Nierstein am Rhein

Ansprechpartner für die verschiedenen Sport-Sparten

| | | |
|--|-------------------|--|
| Ältestenrat | Uwe Arenz | uwe.arenz@tvn-1901.de |
| Gymnastik, Fitness und Gesundheit | Petra Hessinger | petra.hessinger@tvn-1901.de |
| Handball | Ingo Fischer | ingo.fischer@tvn-1901.de |
| Handball | Sebastian Funk | sebastian.funk@tvn-1901.de |
| Judo | Thomas Werling | thomas.werling@tvn-1901.de |
| Kobudo | Klaus Hummel | klaus.hummel@tvn-1901.de |
| Leichtathletik | Christiane Horn | christiane.horn@tvn-1901.de |
| Minigolf | Kai Theobald | kai.theobald@tvn-1901.de |
| Parkour | Christiane Horn | christiane.horn@tvn-1901.de |
| Pétanque | Hans Lesser | hans.lessen@freenet.de |
| Tanzen | Nicole Horn | nicole.horn@tvn-1901.de |
| Turnen | Christiane Horn | christiane.horn@tvn-1901.de |
| Volleyball | Norbert Schweger | norbert.schweger@tvn-1901.de |
| Volleyball | Henrik Seitz | henrik.seitz@tvn-1901.de |
| Wandern | Heiderose Stumm | heiderose.stumm@tvn-1901.de |
| Zumba | Andrea Lazzarotti | andrea.lazzarotti@tvn-1901.de |



DESIGN MEDIA PRINT

LATTREUTER
GmbH

design · media · print

Mediengestaltung

- als Grundlage für Drucksachen- und Medienproduktion
- Gestaltung, Layout, Bildretusche

Internet

- Konzeption, Webdesign und Programmierung

Digitaldruck

- Personalisierte Druckerzeugnisse
- Seminar- und Schulungsunterlagen
- Broschürendruck
- Plakate, Poster, Banner, Rollups ...

Versand

- Kuvertierung, Konfektionierung

LATTREUTER GmbH · Fäulingstraße 44 · 55283 Nierstein · Tel. 06133 925656
Besuchen Sie www.lattreuter.de oder senden Sie eine E-Mail an info@lattreuter.de

Der geschäftsführende Vorstand des Turnverein Nierstein

| | | |
|-----------------|-----------------|-----------------------------|
| 1. Vorsitzender | Tobias Bieker | |
| 2. Vorsitzender | Arnold Knappek | o 61 33 / 5 03 81 |
| 3. Vorsitzende | Christiane Horn | christiane.horn@tvn-1901.de |
| Kassenführung | Heiderose Stumm | o 61 33 / 5 85 84 |
| Schriftführung | Horst Stumm | |

Ansprechpartner für bestimmte Aufgaben

| | | |
|----------------------|-----------------|-----------------------------|
| Mitgliederverwaltung | Margarete Bandt | margarete.bandt@tvn-1901.de |
| Hallenplanung | Christiane Horn | christiane.horn@tvn-1901.de |
| Kontenpflege | Andrea Knappek | andrea.knappek@tvn-1901.de |

PIZZERIA - RISTORANTE

LA CASA

ANRUFEN - BESTELLEN - ABHOLEN!

alle Speisen
auch zum Mitnehmen

**Auf einen Besuch von Ihnen
freut sich Ihr**

La Casa Team

Fäulingstraße 44 / an der B 420
- IM HAUSE LATTREUTER -
55283 Nierstein

Telefon o 61 33 / 92 74 73
www.la-casa-nierstein.de

► **4 Biere vom Fass**
► **Sonnenterrasse**
► **Italienische Spezialitäten**
► **Alle Speisen auch zum Mitnehmen**
► **Wöchentlich wechselnde Gerichte**
► **Frische Muscheln
von September bis April**

Täglich geöffnet von 11.30 - 14.30 u. 17.30 - 23.00 Uhr
Montag Ruhetag

Turnverein Nierstein im Internet

Im Internet informiert und präsentiert sich der Verein mit seiner offiziellen Hauptseite unter www.tvn-1901.de. Für die Sportart Handball betreut Pascal Lattreuter eine umfangreiche Homepage unter www.handball.tvn-1901.de, dort findet man alle Informationen aus, über und für den Bereich Handball. Zur Sportart Pétanque informiert www.tvn-1901.de/petanque, zu Kobudo die Seite <http://kobudo-rheinlandpfalz-nierstein.npage.de/>. Mit der Adresse www.tvn-1901.de/tanzen kann die Internetseite für den Tanz-Sport besucht und bestaunt werden.

Werbekosten im TVN-Report

Sie möchten den Turnverein Nierstein unterstützen und im TVN-Report werben? Gerne! Sprechen Sie den Vorstand an!

Anzeigen im TVN-Report (Kosten pro Kalenderjahr)

| | |
|-----------------------|----------|
| • Umschlag-Rückseite | 250,00 € |
| • Umschlag-Innenseite | 150,00 € |
| • Heft-Mittelseite | 125,00 € |
| • Halbseite in Text | 75,00 € |

Impressum

TVN-Report Heft 79 · 1. März 2015 · 44 Seiten · DIN A5

| | |
|---------------------------|---|
| Herausgeber | Turnverein 1901 e.V. Nierstein am Rhein |
| Anschrift | Pestalozziplatz 1, 55283 Nierstein Postfach 1114, 55279 Nierstein |
| Bankverbindung | Volksbank Alzey-Worms eG IBAN DE37 5509 1200 0050 3661 03 BIC GENODE61AZY |
| Telefon | o 61 33 / 92 77 75 (z.Zt. nur Anrufbeantworter) |
| E-Mail | vorstand@tvn-1901.de |
| Internet | www.tvn-1901.de |
| Redaktion | Pascal & Michael Lattreuter |
| Veröffentlichung | 4 Quartalshefte und ein Sonderdruck (Handball-Termine) |
| Gestaltung + Druck | Lattreuter GmbH, Fäulingstraße 44, 55283 Nierstein |

10 % Partneraktion



VITALIS
NIERSTEIN

VITALIS  APOTHEKE

Ringstr. 6 55283 Nierstein

TVN 1901

**Vereinsmitglieder sparen
5% auf Ihren Einkauf ***

Sie erhalten von uns
Ihre persönliche
Kundenkarte!!

5 %

**und Ihr Verein erhält
weitere 5 % von Ihrem
Einkauf am Jahresende**

5 %

Sammelrabatt
als Spende für Ihren Verein
am Jahresende

*außer rezeptpflichtige Arzneimittel, nicht kombinierbar mit anderen Aktionen oder Rabatten