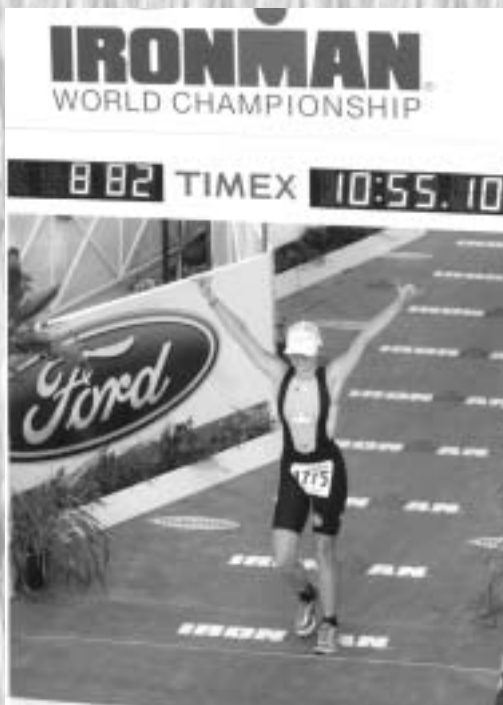


# TGO Intern

Ausgabe 27  
2. Halbjahr 2005



## Das Vereinsgeschehen im Überblick



# Vorwort



*Ein Jahr der Veränderungen steht an. Unsere Mitgliederversammlung im September hat beschlossen, unser Haus in der Westallee künftig intensiver sportlich zu nutzen. Hierzu sind erhebliche Baumassnahmen erforderlich, die im Januar mit dem ersten Bauabschnitt beginnen werden. Der Sportbetrieb selbst wird hierdurch nicht tangiert. Wir bemühen uns unser Vermögen so zu gestalten, dass alle Mitglieder künftig davon profitieren können, wir hoffen unser Angebot dadurch erweitern zu können, damit die TGO ein attraktiver Turnverein bleibt.*

---

## Fanfarenzug der TGO zweifacher Landesmeister



Bei der Rheinland-Pfalz-Meisterschaft für Spielmanns-, Fanfaren und Musikzüge am 23.10.2005 in Stadtecken-Elsheim errang der Fanfarenzug der TG Oberlahnstein zweimal den Titel des Rheinland-Pfalz-Meisters; einmal in der Senioren- und einmal in der Juniorenklasse. Senioren und Junioren wurden mit der Note „sehr gut“ bewertet. Als Lohn für die tollen Leistungen gab es für beide Teile eine Goldmedaille, den Siegerpokal und eine Siegerurkunde.

Hier wurde monatelange harte Übungsarbeit belohnt. Besonders stolz waren die Verantwortlichen des Fanfarenzuges auf den Jugendzug. Vor 10 Monaten, dank aktiver Nachwuchsgewinnung neu ins Leben gerufen und hervorragend von Heiko Streich, Dietmar Macher und Jürgen Heift ausgebildet, gleich ein Meistertitel, damit hatte keiner gerechnet. Für diese tolle Jugendarbeit gab es den Hans-Hubrat-Gedächtnispokal des Landesverbands. Großes Lob gab es auch für seitens der Wer-

tungsrichter für die Instrumentenzusammensetzung, vor allem für die neuen Kesselpauken, die von Lahnsteins Fans des Fanfarenzuges gesponsert wurden.

Der Gewinn der Landesmeisterschaft berechtigt den Senioren- und Jugendzug der TGO zur Teilnahme an der Deutschen Meisterschaft 2006 in Meinerzhagen (NRW).

Viel Freude hatten auch die mitgereisten Fans und Gönner des Fanfarenzuges, 50 an der Zahl, für die extra ein zweiter Bus gechartert wurde. Alle Fans feierten den grandiosen Sieg mit den aktiven Musikern und Musikerinnen.

In Lahnstein angekommen, marschierte der Fanfarenzug mit Fans und Trophäen ins altbewährte „Winzerhaus“, wo sich Abteilungsleiter Stoltefuß für die tollen Leistungen bedankte und alle Musiker und Fans gemeinsam bis nach Mitternacht den großen Erfolg feierten.



# Die TGO beim Deutschen Turnfest 2005 in Berlin

Am Samstag, den 14.05.2005 machten sich 40 TGOler auf den Weg nach Berlin zum Internationalen deutschen Turnfest, dem mit über 100.000 Teilnehmern größten Breitensportfest der Welt. Untergebracht war man mit 15 anderen Vereinen aus dem Turngau Rhein - Lahn in dem Coubertin Gymnasium auf dem Prenzlauer Berg, der besten Unterkunft seit Jahren. Nach einer störungsfreien Anfahrt gemeinsam mit den Braubacher Turnern mit dem Reisebus begab sich die TGO-Truppe zur großen Eröffnungsfeier, die mit einem gestalteten Festzug von der Siegessäule bis zum Brandenburger Tor ihren Auftakt haben sollte. Leider machte hier das Wetter einen Strich durch die Rechnung. Regen und Kälte ließen die Feier buchstäblich ins Wasser fallen.



Sonntags begannen die ersten Wettkämpfe. Die Schwimmerinnen Silke Keul, Christina Raffauf und Sonja Syré durften im neugebauten Europasportpark, dem Olympiastützpunkt um den deutschen Meistertitel in den Mehrkampfmeisterschaften kämpfen. Während die anderen Teilnehmer sich erstmal einen Überblick unter Führung von Annerose Thörmer über Berlin verschafften, belegten Christina Raffauf den 6. Platz, Silke Keul den 13. und Sonja Syré den 18. Platz.



Einen der Höhepunkte bildete der Besuch des Reichstages. Dr. Wilfried Ströhm, ehemaliger Lahnsteiner und Mitarbeiter der CDU-Fraktion beim Deutschen Bundestag, führte die Lahnsteiner nicht nur durch den Reichstag, sondern zeigte auch das Paul-Löbe-, Elisabeth-Lüders- und Jakob-Kaiser-Haus und informierte über den Arbeitsablauf der Bundestagsabgeordneten. Begeistert bedankten sich die Lahnsteiner bei ihm.

Der Montag war nach dem Vorschlag der Veranstalter Potsdam gewidmet. Teilnehmen konnte man an geführ-



ten Wanderungen durch die Gärten und Parks der Hohenzollern, eine Magnetbühne mit attraktivem Programm und eigenen Aktivitäten wie Eiswandklettern wurde geboten und strahlender Sonnenschein versöhnte mit dem verregneten Beginn.

Von Dienstag bis Freitag war nun das Programm gefüllt mit sportlichen Aktivitäten. Neben den Wettkampfangeboten bildete die Turnfestfestakademie Übungsleiter und Vereinsmanager fort, was von den mitgereisten Übungsleitern intensiv genutzt wurde. In den Messehallen wurde sich über die Neuheiten am Markt informiert und neue Trainingsgeräte und Spiele ausprobiert, die demnächst bei der TGO genutzt werden können.



Auch sportlich zeigten sich die Lahnsteiner zufrieden, so konnten im Wahlwettkampf, bei dem jeder Teilnehmer aus 16 möglichen Disziplinen 4 auswählt, folgende Platzierungen erreicht werden: in Klammern die Zahl der gesamten Teilnehmer:

Christina Raffauf 6. (63) - Waltraud Unkelbach 16. (16) - Heidi Buch 43. (168) - Timo Emmerich 162. (180) - Rita Bender 12. (165) - Roswitha

Ahlbach 48. (75) - Helga Zimmermann 93. (165) - Anneliese Hares 63. (75) - Raphael Thörmer 811. (845) - Erich Weiher 2. (19) - Silke Keul 20. (63)

Beim Beachvolleyball belegte das TGO-Team mit Andrea Brauner und Claudia Löhr den 17. Platz von über 100 Mannschaften.

Abschließend zeigten sich die Lahnsteiner begeistert von der Stadiongala, die das deutsche Turnfest 2005 am Freitag beendete. Berlin ist immer eine Reise wert, besonders noch wenn das Turnfest einlädt.



# Spitzenergebnisse für Jennifer

## **Jennifer Lehmler mit neuer Bestzeit im Marathon**

In neuer persönlicher Bestzeit und mit einer erneut guten Platzierung lief die für die Turngemeinde Oberlahnstein startende Jennifer Lehmler am 10. April den Rheinenergie Marathon in Bonn. Bei schlechtem Wetter erfolgte um 9.45 Uhr der Start auf dem Münsterplatz.

Getragen von der guten Stimmung entlang der kompletten Strecke unter den Zuschauern erreichte Jennifer Lehmler trotz starken Muskelkrämpfen in beiden Oberschenkeln nach einer Endzeit von 3 Stunden und 54 Minuten das Ziel und belegte damit den 7. Platz in der weiblichen Hauptklasse unter 41 Athletinnen dieser Altersklasse. Das gesamte Starterfeld betrug 6000 Läufer und Läuferinnen. Die TGO-Athletin sah diesen Marathon persönlich als Trainingslauf im Rahmen ihrer „Ironman-Vorbereitung“

## **Jennifer Lehmler wurde beim Bienwaldmarathon in Kandel Dritte**

Lahnsteins Sportlerin des Jahres 2004, Jennifer Lehmler, von der Turngemeinde Oberlahnstein startete jüngst beim Bienwaldmarathon in Kandel (Pfalz). Unter 2000 Läufer(innen) erreichte sie bei zeitweise starkem und kaltem Wind sowie kalten Temperaturen den 3. Platz in der weiblichen Hauptklasse. Der Marathonlauf war dabei ein Vorbereitungslauf für den Ironman Germany am 10. Juli in Frankfurt, mit dem die Qualifikationsmöglichkeit für den Ironman auf Hawaii im Oktober verbunden ist.

In ruhigem Lauftempo begann Jennifer Lehmler den Marathonlauf, welcher durchgehend auf Asphalt gelaufen wurde. Ab Kilometer Zehn begann die große Einsamkeit, da dort der Wendepunkt für all diejenigen war, die nur den Halbmarathon liefen. Die TGO-Athletin ließ sich jedoch nicht stören, „...denn schließlich findet man immer nette Leidensgenossen, mit denen man sich angeregt während des Laufens unterhalten kann um sich die Zeit zu vertreiben“, so ein Zitat der ansonsten im Triathlon und Schwimmen startenden TGOlerin. Trotz andauerndem Tempoanstieg konnte sie sich ab Kilometer 28 von ihren Laufkonkurrentinnen absetzen und ihr Lauftempo nochmals erhöhen. Selbst bei Kilometer 35, wenn man jeden Muskel, jeden Knochen und jedes Gelenk einzeln schmerzhaft fühlt, konnte sie das nun hohe Lauftempo bis zum Ende der 42,195 Kilometer langen Strecke durchhalten. Durch den stetigen Anstieg des Lauftempos konnte Jennifer Lehmler schließlich sogar noch ihre Vorjahreszeit verbessern. (tg)

## **TGO Athletin erfolgreich beim 7. Maxdorfer Mitteldistanztriathlon**

Am 12.06.2005 startete die TGO Athletin Jennifer Lehmler beim 7. Maxdorfer Mitteldistanztriathlon in der Pfalz, bei dem die Athleten 2km schwimmen, 82km radfahren und im Anschluss 20km laufen müssen.

Um 9 Uhr morgens begaben sich ca. 500 Triathleten und Triathletinnen unter strahlend blauen Himmel in den nur 18 Grad kalten See, um die 2km lange Schwimmstrecke zu bewältigen. Nach 29 Minuten erreichte Jennifer Lehmler als drittschnellste Frau die Wechselzone, um sich im

Anschluss auf die 82km lange und anspruchsvolle Radstrecke zu begeben, welche sie in 2 Stunden 38 Minuten als zweitschnellste Frau absolvierte. Nach dem 2. Wechsel vom Radfahren zum Laufen befand sich Jennifer auf dem 2. Platz, den sie jedoch nur bis Kilometer 10 halten konnte, da ihr arge Krämpfe das Laufen erschwerten.

Nach insgesamt 4 Stunden und 47 Minuten und dem 5. Platz von 74 Frauen erreichte die TGO Athletin zufrieden mit ihrer Leistung das Ziel auf dem Sportplatz in Maxdorf.

„Angesichts der Tatsache, dass dieses Rennen nur ein Trainingslauf war und zur Vorbereitung für den Ironman Germany in Frankfurt dient, bin ich voll und ganz mit meiner Leistung zufrieden und freue mich über meinen 5. Platz. ...“ so die TGO Athletin nach dem Wettkampf, die zudem ihre Zeit auf dieser Distanz um 12 Minuten verbessern konnte.

## **Jennifer Lehmler unter den Top 10 aller Frauen beim Opel Ironman Germany in Frankfurt**

Die Triathletin Jennifer Lehmler von der TG Oberlahnstein beendete am 10.07.2005 den Opel Ironman Germany als 9. von 191 Frauen und siegte in ihrer Altersklasse (18-24) in 10 Std. und 23 Minuten. Durch ihren Altersklassensieg hat sich die 23 Jährige für die im Oktober auf Hawaii stattfindenden Weltmeisterschaften auf der Ironmandistanz qualifiziert.

Am Sonntagmorgen um 7 Uhr erfolgte der Startschuss im 22°C warmen Langener Waldsee zum „längsten Tag des Jahres“, an dem 2000 Athleten aus der ganzen Welt eine Strecke von 3,8 km schwimmen, 180 km Rad fahren und eine 42,195 km lange Laufstrecke zu bewältigen hatten. „Ich hatte unglaubliche Angst vor dem Schwimmstart, denn wenn 2000 Menschen auf einmal anfangen los zu schwimmen kann es gut sein, dass man einige harte Schläge einstecken muss...“ so Lehmler vor dem Start im See. Allerdings stellte sie im Nachhinein fest, dass die Angst eher mit Aufregung zu vergleichen war, denn Jennifer erreichte nach nur 55 Minuten Schwimmzeit die 1. Wechselzone und verbesserte ihre Zeit auf 3,8 km um 5 Minuten im Vergleich zum Vorjahr.

Nach einem schnellen Wechsel aus dem Neoprenanzug raus und rein in die Radkleidung ging die Athletin auf die windige 180 km lange Radstrecke und konnte ihre Top-10-Platzierung weiter verteidigen. In 5 Std. und 29 Minuten absolvierte die Athletin die Radstrecke und begab sich nun bei strahlendem Sonnenschein auf die Marathonlaufstrecke entlang des Mainkai in Frankfurt. Unmengen von Zuschauer standen entlang der Laufstrecke und trieben die Athleten zu Höchstleistungen an. „Die Zuschauer bei der Laufstrecke sind echt der Hammer. Die stehen im Spalier und man hat gar keine Zeit über ein eventuelles Aufgeben nachzudenken, man wird regelrecht über die Laufstrecke geprügelt...“, so die TGO-Athletin, die den anschließenden Marathon in neuer Bestzeit von 3 Std. 53 Minuten beendete. Nach 10 Std. und 23 Minuten im Ziel angekommen vielen dicke Tränen der Erleichterung, des Glücks und der Freude eine



Strecke von 226 km in neuer sensationeller Bestzeit, 1 Stunde schneller als im vergangenen Jahr, absolviert zu haben. Aber nicht nur die Verbesserung der eigenen Leistung ist hervorzuheben, sondern auch ihre Platzierung in der Gesamtwertung der Frauen. Jennifer Lehmler konnte ihre Top-10-Platzierung bis zum Ende behaupten und belegte den 9. Platz.

„Ich kann das alles noch gar nicht glauben, ich flieg nach Hawaii zu den Weltmeisterschaften und bin auch noch 9. geworden! Einfach Wahnsinn!“ so Jennifer Lehmler am Ende eines anstrengenden aber erfolgreichen Tag.

## TGO-Triathletin Jennifer Lehmler belegt Platz 4 auf Hawaii

Beim Ironman Triathlon auf Hawaii war mit Jennifer Lehmler von der Turngemeinde Oberlahnstein auch eine Starterin aus der Region vertreten. Bei ihrer ersten Teilnahme erreichte Jennifer Lehmler nach 10 Stunden 55 Minuten und 10 Sekunden, als vierte ihrer Altersklasse das Ziel. Dabei benötigte sie für die 3,8 km lange Schwimmstrecke 1:05:25 Stunden und für die 180 km auf dem Rad 5:39:50 Stunden. Für den abschließenden Marathon benötigte sie für die 42,195 Kilometer 4:04:24 Stunden.

# Foto-Impressionen vom Ironman-Triathlon auf Hawaii





### **Erfolgreiche Kunstturnerin Marie-Lena Kussmann**

Eine erfolgreiche junge Kunstturnerin hat die Turngemeinde Oberlahnstein mit der sechsjährigen Marie-Lena Kussmann in ihren Reihen. Beim Gauturnfest in Altendiez erreichte sie vor einigen Wochen in ihrer Altersklasse den 1. Platz. Die junge Turnerin trainiert mit sechs anderen Mädchen im Leistungszentrum Koblenz, startet bei Wettkämpfen aber für die TGO.

### **TGO-Kunstturnen - Marie-Lena Kussmann auf Platz 2**

Die siebenjährige Marie-Lena Kussmann hat den überregionalen „Schott-Pokal“ in Mainz, als zweiter Sieger in ihrer AK-Klasse (Meisterklasse) beendet. Dabei trennten sie nur wenige Zehntel von der ersten Siegerin. Aufgrund einer kleinen Armverletzung konnte Marie-Lena Kussmann nicht hundert Prozent turnen, dennoch erbrachte sie besonders am Schwebebalken (9,10), am Barren (9,15) und beim Sprung (9,00) ihre Leistung. Wie bereits berichtet, trainiert die junge Turnerin im Leistungszentrum Koblenz, startet bei Wettkämpfen aber für die TGO.



### **TGO-Kunstturnen - Turnen Wettkampf, Klasse !**

Beim FKTW-Cup (Förderung Kunstturnen weiblich) der in Hochdahl/Erkrath (NRW) stattfand, überzeugten in der Meisterklasse Turnerinnen aus der Region mit teils herausragenden Leistungen. An dem bundesoffenen Wettkampf nahmen Mädchen aus 8 Bundesländern teil, die Konkurrenz war also groß.

In den AK 7 erturnte sich Marie Kussmann von der TG Oberlahnstein einen überragenden 2. Platz. Mit 36,15 Punkten musste sie nur einer Kontrahentin aus Elz den Vortritt lassen. Marie überzeugte einmal mehr die Kampfrichter von ihrem Können. Ihre besondere Stärke war auch diesmal die Übung am Boden, die sie mit Inbrunst und Eleganz darbrachte. Mit einer Wertung von 9,35 Punkten wurde ihre Leistung belohnt. Auch am Balken und Sprung erkämpfte sie sich jeweils eine 9-er Wertung und war damit den übrigen Teilnehmerinnen weit überlegen.

In der AK 8 landete Charlotte Scholz, die für die CTG Koblenz turnt, auf einem guten 6. Rang, zwei Plätze hinter ihrer Vereinskameradin Evangeline Schanz. Charlotte, die verletzt an den Start gehen musste, blieb am Barren leider weit unter ihren Möglichkeiten und verspielte damit

einen Platz auf dem Treppchen. Bemerkenswert ist, dass die Mädchen auch die Sportlerinnen vom Olympiastützpunkt Köln und von der LG Düsseldorf hinter sich lassen konnten.

Charlotte und Marie trainieren im Leistungszentrum Koblenz auf dem Oberwerth. Hier haben sie mit Anja Rheinbay, Nadine Deusner (beide AK 10) und Julia Wambach (AK 11) sehr erfolgreiche Vorbilder.

### **Marie-Lena Kussmann bei Nachwuchsmeisterschaft erfolgreich**

Bei den Nachwuchsmeisterschaften des Turnverbands Mittelrhein im Geräteturnen der Meisterklasse-Mannschaft AK 7-8 konnte Marie-Lena Kussmann von der TG Oberlahnstein mit Ihren 4 Turnkameradinnen Evangeline, Charlotte, Hannah und Kay-Helen des Leistungszentrums Koblenz den 1. Platz erturnen.

Vor allem durch ihre Leistung am Schwebebalken mit 9,5 Punkten und am Boden mit 9,3 Punkten konnte sie der Mannschaft zu dem guten Ergebnis verhelfen.

### **Hervorragende Ergebnisse für Marie-Lena Kussmann**

Marie-Lena Kussmann von der TG Oberlahnstein konnte am 25. September beim Athletikpokal in Löff den 1. Platz von über 20 Turnerinnen erturnen.

Das siebenjährige Talent bewies beispielsweise beim Klettern am Tau, beim Sprint oder bei der Spagatdehnung, dass sie die Norm des Turnverbandes Mittelrhein mehr als erreichen konnte. Dadurch ist die für die weiteren Wettkämpfe der AK-Meisterklasse zugelassen.

Eine Woche später durfte sie sich mit den besten Turnerinnen ihrer Klasse aus dem Bundesgebiet beim Koblenzer Schängelchen-Pokal in der Uni-Sporthalle am Mozartplatz messen. Hier erturnte sie sich den 5. Platz von über 30 Starterinnen der bundesoffenen Meisterklasse.

Am 16.10.05 wurde Marie Verbandsmeisterin des Turnverbandes Mittelrhein in der Meisterklasse AK 7/Einzelmeisterschaften in Ransbach-Baumbach. Besonders am Schwebebalken (9,50 Punkte), Boden (9,45 Punkte) und am Sprung (9,40 Punkte) konnte sie den Grundstein für Ihren Erfolg legen.



# Schwimmteam nach 7 Stunden an Wettkampfstätte in Osnabrück

Es fing schon alles gut an, am Freitag, den 11.02.2005, als die zwei Autos mit TGO Schwimmern ab Köln im Stau standen. Ziel war die Jugendherberge in Bad Iburg bei Osnabrück, die man eigentlich schon nach drei Stunden erreicht haben wollte, denn am nächsten Tag begann der Schwimm-Fünf-Kampf (Schwimmen, Springen, Tauchen), anlässlich des Jahn-Schwimmfestes im Niedersachsenbad Osnabrück, zu dem vier der acht Insassen gemeldet waren. Von den übrigen Vieren waren zwei aus gesundheitlichen Gründen zu Maskottchen degradiert worden, eine startete erst sonntags beim Wahlwettkampf (Medaillenwettkampf) und der neue Jugendtrainer Daniel Klein wurde als Kampfrichter eingesetzt.

Nach wenigen Stunden Schlaf und Frühstück läuteten samstags um viertel vor acht die Abfahrtsglocken. Auch die Konkurrenz aus Hamburg, Berlin und anderen Städten eines weiten Umkreises, fand sich zum letzten Mal im alten Wettkampfbad ein, (ab März wird das moderne Nette-Bad eröffnet) und schwamm sich fleißig warm.

Für die TG Oberlahnstein machten sich Sonja Syre, Alexandra Kappel, Stefan Schiffer und Marc Lützenkirchen bereit. Auch der mit seiner Frau früher angereiste Trainer, Erich Weiher stellte sich der Herausforderung des Drei-Kampfes, bei welchem die Kunstsprünge wegfallen. Er erkämpfte sich als einziger einen Platz auf dem Treppchen, und zwar Platz 1! Stefan Schiffer verfehlte mit weniger als einem Punkt Platz 3 seiner Altersklasse. Marc Lützenkirchen erlangte Platz 9, ebenso Alexandra Kappel.

Sonja Syre erschwamm Platz 7. Ein wenig enttäuscht, da Bestzeiten ausblieben verließ die Mannschaft für diesen Tag das Bad, aber noch lange nicht die Stadt. Nach einer Stärkung, es war bereits früher Abend, wurde der unwisende Trainer Daniel Klein in eine Tradition eingeführt, die den ein oder anderen frösteln ließ: Eismarathon. Wer hierbei an eine Sportart denkt, verfehlt es nicht ganz, denn die Osnabrücker-Stamm-Eisdiele wird alljährlich Austragungsort des internen Eisbecher-Übertreffungs-Worldcups! Daniel hat die Prüfung mit Auszeichnung bestanden. Nach geselliger Runde konnten die Aktiven die folgende Nacht länger nutzen um Kräfte zu sammeln. Theresa Becker und Silke Keul, die vor diesem Wochenende ungewollt dem Krankenhaus einen Besuch abgestattet hatten, nutzten diese Pause für ihre Stimmen, die am nächsten Tag wieder zum anfeuern gebraucht wurden. Erich Weiher hatte schon alle Strapazen hinter sich, die Sportlerin des Jahres der Stadt Lahnstein, Jennifer Lehmler kam sonntags erst richtig zum Einsatz.

Um 9:30 Uhr ging's los, der Tag der Premieren und Medaillen begann. So wurden verschiedene Schwimmarten das erste Mal im Wettlauf gegen die Zeit getestet

(z.B. 200 Lagen, 100 Rücken), an die man sich sonst nicht wagte, aber hier gab es nicht viel zu verlieren. Insgesamt konnte man 5 Auszeichnungen mit nach Hause bringen: Jenny Lehmler machte die ganze Palette voll (200m Lagen: Gold, 100m Brust und 100m Freistil: Silber, 100m Schmetterling: Bronze), Stefan Schiffer erlangte über 100m Rücken Bronze. Bei der Osnabrücker Staffel, bei der Erich Weiher und die Wettkampferfahrensten starteten, fehlten dem Team 10 Sekunden zum dritten Platz.

Letztendlich war es wieder einmal schön in Osnabrück Gast zu sein. Gerade vor den Deutschen Meisterschaften in Berlin (Mai 2005), waren die Wettkämpfe für den ein oder anderen eine gute Vorbereitung. Diesmal ohne Stau, ging es Sonntagnachmittag zurück ins Rheinland, mit Vorfreude auf das nächste Jahr, wenn die 50m Bahnen im neuen Nette-Bad auch von TGOlern eingeschwommen werden.

## Informationen der TGO-Schwimmabteilung

*Aufgrund des starken Anstiegs unserer „kleinen“ Mitglieder in der Schwimmabteilung und der jedoch leider immer öfter mangelnden Fähigkeiten am Schwimmen, muss die TGO Schwimmabteilung ein kleines Auswahlverfahren einführen, um sicher zu stellen, dass die Neuankömmlinge die Grundzüge des Schwimmens auch wirklich einsetzen können.*

*Für die Aufnahme in die Schwimmabteilung müssen die Prüfungsaufgaben des Freischwimmers erfüllt werden. Weitere Voraussetzungen sind das Tauchen einer halben Bahn, ein Kopfsprung und natürlich die regelmäßige Teilnahme am Training.*

*Teilnehmer am Training der Schwimmabteilung müssen immer eine Schwimmbrille, Badeschuhe und, bei längeren Haaren, eine Badekappe zum Training mitbringen.*

*Die Schwimmer treffen sich immer 15 Minuten vor Beginn der Trainingsstunde, damit das Training pünktlich beginnen kann.*



# Fortsetzung der Thörmer-Ära TGO-Vorsitzende wurde bei Jahreshaupt- versammlung einstimmig bestätigt

Annerose Thörmer führt auch die nächsten zwei Jahre Lahnsteins größten Verein, die Turngemeinde Oberlahnstein, als Vorsitzende an. Dies ergaben die Neuwahlen des Vorstandes bei der Jahreshauptversammlung der TGO am vergangenen Freitag im Turnerheim, bei denen die selbständige Steuerberaterin nach Abzug von zwei ungültigern Stimmen einstimmig wiedergewählt wurde.

In ihrem Jahresbericht konnte die Vereinschefin einen Anstieg der Mitgliederzahl auf nunmehr 1377 Mitglieder vermelden. 47 Übungsleiter(innen) bieten 82 Übungsstunden in der Woche an. Die Bezirksmeisterschaft der männlichen E-Jugend, drei Titel bei den Mittelrheinmeisterschaften der Rope Skipper, die Goldmedaille des Fanfarenzuges bei den Deutschen Meisterschaften, vier Kreismeistertitel bei den Leichtathletik-Meisterschaften und die Deutsche Meisterschaft von Jennifer Lehmler über die Ironman-Distanz seien die herausragenden TGO-Erfolge aus den vergangenen 12 Monaten im Wettkampf-Bereich gewesen. Mit Daniel Klein sei ein neuer Übungsleiter für die Abteilung Leichtathletik und Schwimmen gewonnen worden, Helga Arikan habe die Seniorentanzgruppe reaktiviert und mit Mountain-Biking sei eine neue Sportart zum Vereinsangebot dazugekommen. Reisen nach Vence, zum Legoland, zur Weinprobe nach Dautenheim, zu Musicals und zum Landtag seien Beweis für die Reisefreudigkeit der TGO-Mitglieder gewesen.

Aus den Abteilungen berichtete Reinhard Stoltefuß über den neu gegründeten Jugend-Fanfarenzug, den eigenen Internet-Auftritt der Musiker und zwei hinzugewonnenen Kesselpauken, die anlässlich der Einweihung des Rhein-Lahn-Stadions am 22.04. erstmals von Raphael Thörmer gespielt worden seien.

Manfred Heilscher berichtete über die Erfolge der Tischtennispieler, Stefan Schiffer über die Aktivitäten der Schwimmer und Marianne Meier konnte vermelden, dass mittlerweile über 100 Mitglieder zum Seniorenturnen antreten. Brigitte Zulauf kündigte eine Frühjahrswanderung am 07. Mai nach St. Goarshausen sowie die Vereinsreise vom 12.-19.Juli nach Pommern und zu den Masuren an.

Mit der silbernen Vereinsnadel ausgezeichnet wurden Marlies Kessler und Richard Bollinger, die beide ihre 25jährige Mitgliedschaft bei der Turngemeinde Oberlahnstein feiern konnten.

Als sehr beliebt stellte sich die Internet-Seite der TGO heraus. Stephan Groß, seit einiger Zeit für den Internet-Auftritt der TGO verantwortlich, berichtete von 10.000 Besuchen mit 50.000 Seitenaufrufen im Jahre 2004, wobei auch mehrere Zugriffe sogar aus Ländern wie der Dominikanischen Republik, Estland, Namibia, Tsche-

chien, den Niederlanden und Großbritannien zu verzeichnen gewesen seien.

Nach der Entlastung des Vorstandes und der Verabschiedung der Etatplanung für das laufende Jahr übernahm Ehrenvorsitzender Dietmar Zulauf die Aufgaben des Wahlleiters. Aufgrund des Ausscheidens von Bernd Enkirch und Erwin Meuer aus dem Vorstand gab es bei der Neubesetzung des Vorstandes einige Änderungen. Neben Bernd Beuttenmüller wurde der bisherige Pressesprecher Thomas Grebel zum 2. Vorsitzenden gewählt, während Stephan Gross das Amt des Vorstandes für Pressearbeit übernahm. Bestätigt wurden in ihren Ämtern Walter Steil (Finanzen und Controlling), Ingolf Thörmer (Vereinssekretär), Rainer Klein (Verwaltung des Vereinsgrundvermögens) und Tim Schwarzburg (Vorstand für Recht und Organisation) ebenso wie die Vorstände für sportliche Angelegenheiten Georg Herbel, Annegret Hermann, Stefanie Muno-Meier und Ilse Stauch. Zweiter Neuling im Vorstand ist Stefan Schiffer, der ebenfalls im Sportausschuss mitarbeitet.

## Der Vorstand der TG Oberlahnstein

Annerose Thörmer, Vorsitzende  
annerose.thoermer@tgo-lahnstein.de  
Bernd Beuttenmüller, 1. stellvertr. Vorsitzender  
bernd.beuttenmueller@tgo-lahnstein.de  
Thomas Grebel, 2. stellvertr. Vorsitzender  
thomas.grebel@tgo-lahnstein.de  
Walter Steil, Vorstand für Finanzen / Controlling  
walter.steil@tgo-lahnstein.de  
Ingolf Thörmer, Vereinssekretär  
ingolf.thoermer@tgo-lahnstein.de  
Rainer Klein  
Vorstand für die Verwaltung des Vereinsgrundvermögens  
rainer.klein@tgo-lahnstein.de  
Stephan Groß, Vorstand für Pressearbeit  
stephan.gross@tgo-lahnstein.de  
Tim Schwarzburg, Vorstand für Recht und Organisation  
tim.schwarzburg@tgo-lahnstein.de  
Stefanie Muno-Meier,  
Vorstand für Kommunikation/Marketing  
stefanie.muno-meier@tgo-lahnstein.de  
Annegret Hermann, Vorstand für sportl. Angelegenheiten  
annegret.hermann@tgo-lahnstein.de  
Ilse Stauch, Vorstand für sportliche Angelegenheiten  
ilse.stauch@tgo-lahnstein.de  
Georg Herbel, Vorstand für sportliche Angelegenheiten  
georg.herbel@tgo-lahnstein.de  
Stefan Schiffer, Vorstand für sportliche Angelegenheiten  
stefan.schiffer@tgo-lahnstein.de





## Die zwei neuen Vorstandsmitglieder der TG Oberlahnstein



**Stefan Schiffer**  
Vorstand für sportliche  
Angelegenheiten

Bischof-Ferdinand-Dirichs-Str.  
56112 Lahnstein

Tel.: 02621 – 921736

Alter: 21 Jahre

E-Mail: stefan.schiffer@tgo-lahnstein.de

Student zum technischen Gebäudeausrüster  
(Universität Trier)

Hobbys: Sport und Fun-Sportarten (Schwimmen,  
Laufen, Radfahren, Surfen, Snowboarden, Klettern)



**Stephan Gross**  
Vorstand für Pressearbeit

Handerweg 1d  
56112 Lahnstein

Tel.: 02621 – 610671

Alter: 30 Jahre

E-Mail: stephan.gross@tgo-lahnstein.de  
oder presse@tgo-lahnstein.de

Informatikkaufmann (Debeka Versicherung in Koblenz)

Hobbys: Volleyball und alles was mit dem PC zu tun hat

# TGO-Langstreckenläufer beim 1. Mittelrhein-Marathon am Start

Beim 1. Mittelrhein-Marathon waren unter den fast 10.000 Starten auch Teilnehmer der TG Oberlahnstein am Start.

Stefan Schiffer startete als einziger Teilnehmer für die TGO im Marathon und absolvierte die 42,195 km lange Strecke in 3 Stunden 46 Minuten und 36 Sekunden. Im Team-Marathon bildeten Ralf Eibel, Wolfgang Eibel, Olaf Schaub und Rainer Klein die Mannschaft der TGO und erreichten das Ziel in 4:28:24 h.

Vier TGO'ler starteten im Halbmarathon. Dabei erreichte Werner Kratz mit 1:37:37 h das Ziel. Vera Dott, einzige Läuferin der TG Oberlahnstein legte die Strecke in 2:21:14 h zurück. Bernd Enkirch (Platz 109, 2:20:00 h) und Wolf-Rüdiger Barkowski (Platz 1124, 2:28:49) komplettierten das Halbmarathon-Quartett.

Neben den Laufdistanzen wurde von den Veranstaltern auch ein Halbmarathon im Walking und Nordic-Walking angeboten. Hier war die TGO mit 7 Teilnehmern ebenfalls vertreten. Bernd Günther walkte die Strecke in 2:37:45 h. Hartmut Kilb absolvierte die Strecke in 2:56:30 h.

Auch die weiblichen (Nordic-)Walker Petra Gerhard (2:53:10 h), Helga Bruchhof (2:53:21 h), Anne Konrad (2:54:47 h), Jutta Beuttenmüller (2:57:38 h) und Mechthilde Weiher (2:57:40 h) erreichten Platzierungen unter den ersten 100 in ihren Altersklassen.



*Stefan Schiffer 2 km vor dem Ziel des Marathons*



## Leichtathletik-Vereinsmeisterschaften der TG Oberlahnstein

Einen enormen Zuspruch fanden auch in diesem Jahr die Leichtathletik-Vereinsmeisterschaften der Turngemeinde Oberlahnstein, die am 16. Juli 2005 zum ersten Mal im neuen Rhein-Lahn-Stadion ausgetragen wurden. Bei der erstmals samstags stattfindenden Veranstaltung nahmen insgesamt 78 Kinder teil.

Beim neu geschaffenen Leichtathletikküken-Wettkampf für die Jahrgänge 1999 und jünger waren 10 Kinder am Start, die sich in den Disziplinen Bananenkistenrennen, Zielweitwurf und Hochweitsprung miteinander messen durften.

Für die Jahrgänge von 1998-1996 wurde wie im Vorjahr ein Kinder-Zehnkampf, bestehend aus verschiedenen Lauf-, Wurf-, Stoß- und Sprungdisziplinen angeboten. Die Jahrgänge 1995 und älter konnten sich im Dreikampf (Sprint, Ballweitwurf und Weitsprung) miteinander messen.

Bei der abschließenden Siegerehrung, die von den Leichtathletik-Übungsleitern der TGO durchgeführt wurde, erhielt jedes Kind unter dem Beifall aller Zuschauer eine Urkunde.



## TGO beim Gau-Schüler- und Jugend-Turnfest in Nassau

Am diesjährigen Gau-Schüler- und Jugend-Turnfest (10.07.05) in Nassau/Lahn nahmen auch 14 Kinder aus den verschiedenen Turngruppen der TG Oberlahnstein teil. Bei strahlendem Sonnenschein konnten die Übungsleiter Annegret Hermann, Ilse Stauch und Falko Heinz ihre Schützlinge in den verschiedenen Disziplinen betreuen.

Glücklicherweise waren auch viele Eltern und Großeltern unter den zahlreichen Zuschauern, so dass manches Lampenfieber schnell „weggetröstet“ wurde. Für die allerjüngsten Turnküken ( 3 bzw. 5 Jahre alt ) war es der erste Besuch einer Turnveranstaltung und dementsprechend groß war auch ihre Aufregung. Aber es verlief Alles bestens!

Nachdem die Kinder ihre zum Teil anstrengenden Übungen absolviert hatten, stärkten sie sich mit Pommes, Kuchen und Eis. Voller Stolz präsentierten sie nachher ihre gewonnenen Medaillen, die jedes Kind erhielt. Jeweils die ersten 3 Gewinner bekamen noch zusätzlich eine Urkunde.

### Jungen:

Jahrgang 2000:

Etienne Ries 14. mit 14 Pkt. (20 Teilnehmer )

Jahrg. 1999:

Christian Bernd 6. mit 20,4 Pkt. (16 Teilnehmer )

Jahrg. 1998:

Filip Enache-Mija 14. mit 19,8 Pkt. (17 Teilnehmer)

Jahrg. 1997:

Max Weinem 12. mit 18 Pkt.

Alexander Krapf 16. mit 11,5 Pkt. (16 Teilnehmer)

### Mädchen:

Jahrg. 2001:

Chiara Ackermann 11. mit 6 Pkt. (12 Teilnehmer)

Jahrg. 2000:

Anja Kratz u. Hannah Steiger 1. mit je 20 Pkt.

Annemarie Hacker und Laureen Dannenberg je 5. mit 19 Pkt. von insgesamt 18 Teilnehmern.

Die Plätze 2-4 wurden durch die Mehrfachplatzierungen nicht belegt.

Jahrg. 1999:

Lea Krell 14. mit 20,40 Pkt. (29 Teilnehmer)

Jahrg. 94/95:

Michelle Meuer 2. Platz mit 21,6 Pkt. Leichtathletik mit 15 Teilnehmern

Jahrg. 96/97:

Laura Albrecht 2. mit 16,10 Pkt.

Melina Clos 4. mit 15,7 Pkt. ( 9 Teilnehmer) Leichtathletik



## TGO-Rope-Skipper mit guten Ergebnissen

Über 60 Teilnehmer aus sieben Vereinen des Turnverbandes Mittelrhein starteten am 17. April bei den 5. Rhein Hessischen und Mittelrheinischen Rope-Skiping Meisterschaften in den Hallen der Turngemeinde Mainz-Gonsenheim. Dabei wurde in den vier Wettkampfklassen Einsteiger-wettkampf (C1), Fortgeschrittenenwettkampf-Landes-ebene (B1), Leistungswettkampf Bundesebene (A1) und Teamwettkampf Einsteiger (C2) sowie unterschiedlichen Altersklassen gesprungen.

Zehn Springer der Turngemeinde Oberlahnstein nahmen dabei an den Wettkämpfen C 1 und B1 teil, wobei es für vier der Lahnsteiner der erste Wettkampf war.

Zunächst wurde parallel der Einsteigerwettkampf C1 Compulsory (Pflichtprogramm) und die Speeddisziplin B1 absolviert, bevor der C1-Wettkampf mit den Speeddisziplinen abgeschlossen wurde.

Im Jahrgang 1994-96 belegte Katharina Unszcek den 2. und Marie Enkirch den 4. Rang. Im Jahrgang 1991-1993 belegte Bianca Enache-Mija Platz zwei und Jasmin Bartsche (beide TGO) Platz vier.

Nach der Vorstellung des C2-Teamwettkampfes konnten die Zuschauer spektakuläre Freestyle-Küren (B1 und A1) sehen, wobei von der TGO Katharina Groß (Jahrgang 1994-96) den 2. Platz belegte und Saskia Schrötter, Julia Weinand und Sabrina Storz auf die Platzierungen vier bis sechs kamen. Im Jahrgang 1991-1993 wurde Ramona Korn schließlich Siebte und Selina Hergenbahn Achte.



## D-Jugend Handballer der TGO

# Turniersieger in Rheinbrohl

Am 05.06.2005 veranstaltete die HSG Römerwall ihr seit vielen Jahren bekanntes Jugend-Handballturnier auf dem Rasensportplatz im Stadion an der Römerwallschule in Rheinbrohl.

In der D-Jugendklasse nahmen die Mannschaften der Turnerschaft Bendorf, der TV Wissen, die HSG Römerwall I + II sowie die Handballjugend der TG Oberlahnstein teil.

Bei guten äußeren Bedingungen wurde im ersten Spiel die HSG Römerwall II deutlich mit 14:1 Toren geschlagen. Im zweiten Spiel wartete mit der HSG Römerwall I, ein bekannter Gegner aus der zurückliegenden Verbandsligasaison. In einem spannenden Spiel behielten die TGO-Handballer jedoch verdient mit 8:6 die Oberhand. Im nächsten Spiel war der TV Wissen der Gegner. Auch hier ließen die Lahnsteiner nichts anbrennen und gewannen aufgrund ihres schnellen Spieles klar mit 9:1. Im letzten Spiel gegen die D-Jugend aus der Handball-Hochburg Bendorf spielte die TGO dann um den Turniersieg. Bereits kurz nach Spielbeginn setzte ein Regenschauer ein und die Spielbedingungen wurden für beide Mannschaften immer schwieriger. Die TGO'ler nutzen jedoch ihre technische und körperliche Überlegenheit und besiegten die Bendorfer klar mit 6:1. Damit wurde die TG Oberlahnstein ungeschlagen und mit einem tollen Torverhältnis von 37:9 Toren souverän Turniersieger. Festzuhalten bleibt, dass alle Spieler sich in die Torschützenliste eintragen konnten. Neben einem Pokal und Urkunde erhält die Mannschaft in der kom-

menden Saison eine Einladung zu einem Regionalligaspiel der 1. Herrenmannschaft der HSG Römerwall.

### Für die TG Oberlahnstein spielten:

Sebastian Eibel, Nikolaus Speckardt, Manuel Piroth, Andreas Will, Daniel Schmidt, Lukas Beuttenmüller, Christian Eibel, Thomas Klaedtke, Niklas van Lier, Colja Ibron, Christian Klaedtke und Maurice Hourle



*Hin.v.l.: Maurice Hourle, Andreas Will, Christian Klaedtke, Christian Eibel, Niklas van Lier, Colja Ibron, Mitte v. l.: Manuel Piroth, Daniel Schmidt, Fan und Maskottchen Maximilian Eibel, Sebastian Eibel, vorne liegend: Thomas Klaedtke und Lukas Beuttenmüller. Es fehlt Nikolaus Speckhardt*



# Aus den Abteilungen

## **Fitness for Kids**

Die Turngemeinde Oberlahnstein bietet eine Übungsstunde für Mädchen im Alter von 7-12 Jahren an. Bei fetziger Musik und verschiedenen Rhythmen wird kindgerecht Ausdauer, Kondition und Koordination geschult.

Spielerisches Aufwärmen, Aerobic-elemente, Schrittkombinationen bis hin zu kleineren choreografischen Ausarbeitungen, Dehnung, Stretching sowie Entspannungsübungen stehen auf dem Programm. Die Übungsstunde findet jeweils freitags von 16.30 – 18.00 Uhr in der vereinseigenen Turnhalle in der Westallee unter Leitung von Marlene Feider statt.

## **TGO-Erlebnissport für Jungen ab 7 Jahren**

Jeden Freitag bietet die Turngemeinde Oberlahnstein von 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr Erlebnissport für Jungen ab 7 Jahren an. Unter der Leitung von Thorsten Zielinski und Volker Lanz spielen und turnen die Jungen in der vereinseigenen Turnhalle (Westallee 9). Wer Interesse an der Teilnahme hat, kann zu den angegebenen Trainingszeiten vorbeischaun und mal „reinschnuppern“.

## **Tanzkreis der TGO sucht noch Teilnehmer**

Der Seniorentanzkreis der Turngemeinde Oberlahnstein (TGO) nimmt gerne noch Mittänzer und Mittänzerinnen auf. Die Tänze beinhalten Elemente aus dem Gesellschaftstanz, dem Volkstanz und der internationalen Folklore. Dadurch bietet sich jedem Teilnehmer ein abwechslungsreiches und vielseitiges Programm. Das Tanzen in der Gemeinschaft mit anderen macht Spaß, hält fit und ist außerdem ein gutes Gedächtnistraining.

Die Teilnahme an einer „Schnupperstunde“ ist jederzeit möglich, auch ohne das Mitbringen eines Tanzpartners. Die Übungsgruppe unter der Leitung von Helga Arikan trifft sich jeden Montag von 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr in der vereinseigenen Turnhalle der TGO (Westallee 9).

## **TGO Kinderturngruppen**

Die Kleinkinder-Turngruppe von Ilse Stauch würde sich auf noch mehr Teilnehmer freuen. Die Turngruppe trifft sich immer mittwochs von 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr in der vereinseigenen Turnhalle der TGO in der Westallee. In der Übungsstunde turnen, spielen, klettern und tanzen Jungen und Mädchen unter der Anleitung von Übungsleiterin Ilse Stauch.



Auch nehmen die Kinder an Turnfesten teil und treten bei der Weihnachtsfeier der TGO auf. Alle Kinder zwischen 3 und 4 Jahren sind herzlich willkommen! Bei Fragen steht Ilse Stauch unter 02627-8625 zur Verfügung.

Das TGO Kinderturnen für Mädchen von 5-7 Jahren bietet gleichaltrigen Mädchen die Möglichkeit Handstand, Rad schlagen und viele andere Turnübungen zu lernen. Die Übungsstunde findet mittwochs von 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr in der Vereinsturnhalle (Westallee 9) statt.

Jedes Jahr absolvieren die Mädchen das Kinder-Turnabzeichen, nehmen an Turnfesten teil und treten bei der Weihnachtsfeier der TG Oberlahnstein auf. Bei Fragen stehen die Übungsleiterinnen Ilse und Sarah Stauch unter 02627-8625 oder 02627-971744 zur Verfügung.

## **Ligaauftakt der Damen-Volleyballmannschaft**

Nach mehr als 5 Jahren nimmt wieder eine Damen-Volleyballmannschaft der Turngemeinde Oberlahnstein an den Liga-Spielen des Volleyballverbands Rheinland teil. In der Kreisliga Hunsrück trifft das 17 Spielerinnen umfassende Team der TG Oberlahnstein auf die Mannschaften vom TuS Immendorf, TV Cochem, VC Ahrweiler II, BGV Simmern, TV Kastellaun III, TSV Emmelshausen II und TV Güls.

Den Saisonauftakt bestritt die von Annegret Hermann trainierte Mannschaft am 09. Oktober 2005 im Auswärtsspiel gegen die Mannschaft des TuS Immendorf. Sichtlich nervös zeigten sich die TGO-Volleyballerinnen zu Beginn der Partie, so dass der erste Satz deutlich mit 3:25 an die Gastgeber abgegeben wurde. Im zweiten Satz lief dann schon wesentlich besser, auch wenn der Satz mit 11:25 verloren ging. Im dritten Satz des Spiels lag die Mannschaft der TGO zwischenzeitlich mit 10:4 in Führung, konnten den Vorsprung allerdings nicht bis zum möglichen Satzgewinn halten. Mit 16:25 ging der 3. Satz und somit auch das Spiel an den TuS Immendorf, der in der vergangenen Saison noch in einer höheren Liga aktiv war.



Das zweite Spiel der TGO Damenmannschaft in der Kreisliga Hunsrück fand am 12. November in Emmelshausen statt.



Die von Annegret Hermann trainierte Mannschaft konnte über weite Strecken mit dem Gegner aus Emmelshausen mithalten, auch wenn die ersten beiden Sätze mit 13:25 und 12:25 verloren gingen. Deutlich besser lief es im dritten Satz des Spiels, wo die Mannschaft der TGO zeitweise mit 6 Punkten in Führung lag. Vor allem eine sehr gute Aufschlagserie von Andrea Brauner konnte zur Führung beitragen. Durch individuelle Fehler gegen Ende des Satzes verpasste es die Mannschaft der TGO jedoch, das Spiel noch zu wenden, und verlor auch den dritten Satz mit 18:25. Trotz der Niederlage war im Vergleich zum ersten Spiel eine Leistungssteigerung zu erkennen.

#### Für die TGO spielten:

Jaqueline Augschöll, Stefanie Becker, Karina Bikhani, Andrea Brauner, Besarta Kadrin, Alexandra Kneip, Claudia Löhr, Claudia Struwe, Sarah Stauch

#### Frauen liefen gegen Gewalt

Am Sonntag, dem 10.07.2005, veranstaltete die Gleichstellungsstelle des Rhein-Lahn-Kreises in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Lahnstein, Dagmar Schusterbauer und Ute Löhr von der Verbands-

gemeinde Braubach den dritten Benefizlauf für Frauen und Mädchen in der Sportanlage des Marion-Dönhoff-Gymnasiums Lahnstein. Die Durchführung der Veranstaltung erfolgt mit Unterstützung der TG Oberlahnstein und der Frauenwürde Rheinland-Pfalz, Ortsverband Rhein-Lahn e.V.

An dem Lauf waren Frauen und Mädchen die Teilnehmerinnen, wobei Freunde, Ehemänner, Väter und Kinder etc. natürlich dabei sein, anfeuern, sponsern und kräftig spenden durften.

Ziel der Veranstaltung war es, in einem sportlichen und lockeren Rahmen zusätzliche finanzielle Mittel für die Frauenhäuser Koblenz, Limburg, den Notruf Koblenz e.V. und Frauenwürde Rhein-Lahn zu beschaffen und gleichzeitig die Bevölkerung des Rhein-Lahn-Kreises auf das Thema „Gewalt gegen Frauen“ aufmerksam zu machen und zu sensibilisieren.

Allein in rheinland-pfälzischen Frauenhäusern suchten 2004 über eintausend Frauen und ebenso viele Kinder Schutz und Zuflucht. Jährlich kostet Männergewalt den deutschen Staat 15 Milliarden Euro. Nicht eingerechnet sind die privaten Kosten und die Kosten der Krankenkassen.

Mit dieser Aktion boten wir allen Menschen die Möglichkeit, sich gegen Gewalt an Frauen einzusetzen und zu solidarisieren.

---

## TGO Turnerheim wird umgebaut

In einer außerordentlichen Mitgliederversammlung am 23. September 2005 stimmten die anwesenden Mitglieder der Turngemeinde Oberlahnstein einer Weiterentwicklung der Immobilie Turnerheim auf Grundlage der vorgestellten Planung in einzeln durchführbaren Bauabschnitten zu.

In seinen Ausführungen zu den Umbaumaß-

nahmen dankte Rainer Klein auch Vera Dott und Bernd Noll für die Unterstützung bei den bisherigen Planungsarbeiten. Wesentliche Ziele der Weiterentwicklung sind vor allem die Erweiterung der sportlichen Nutzungsmöglichkeiten des Anwesens, sowie die Schaffung eines multifunktionalen Raums nicht nur für sportliche, sondern auch außersportliche Aktivitäten.



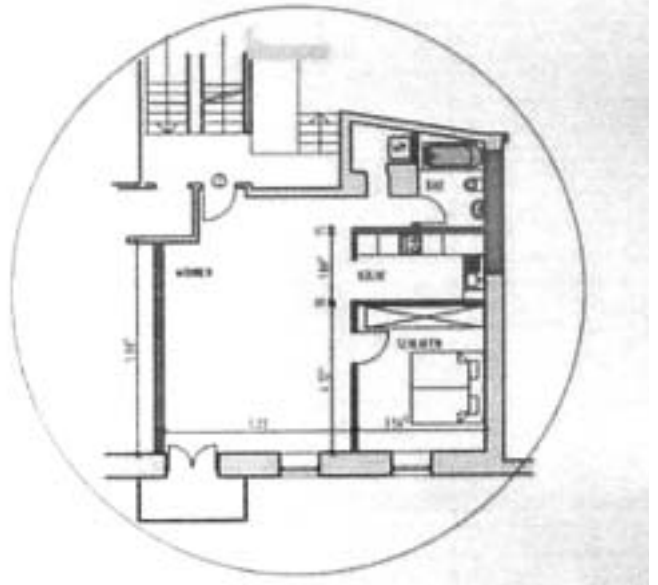
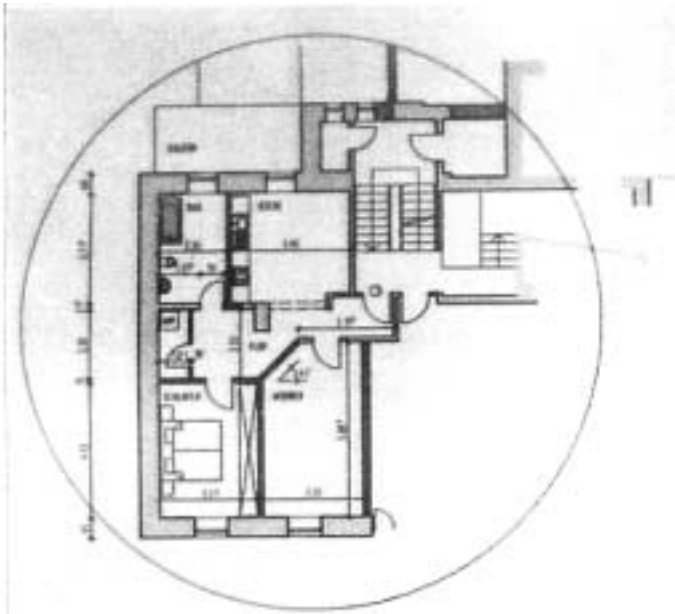
# 4 Mietwohnungen ab Frühjahr 2006

Ab dem Frühjahr 2006 vermietet die TG Oberlahnstein 4 komplett neu renovierte Mietwohnungen in der Westallee 9. Drei Wohnungen mit 2 ZKB mit

Balkon, eine sogar mit 5 ZKB und Balkon.  
Auskunft unter:  
0163 - 55 07 247 (Rainer Klein)

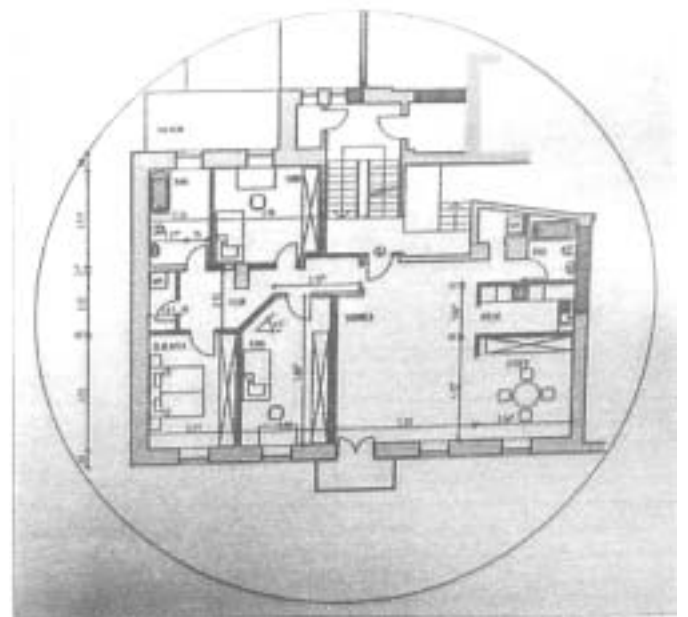
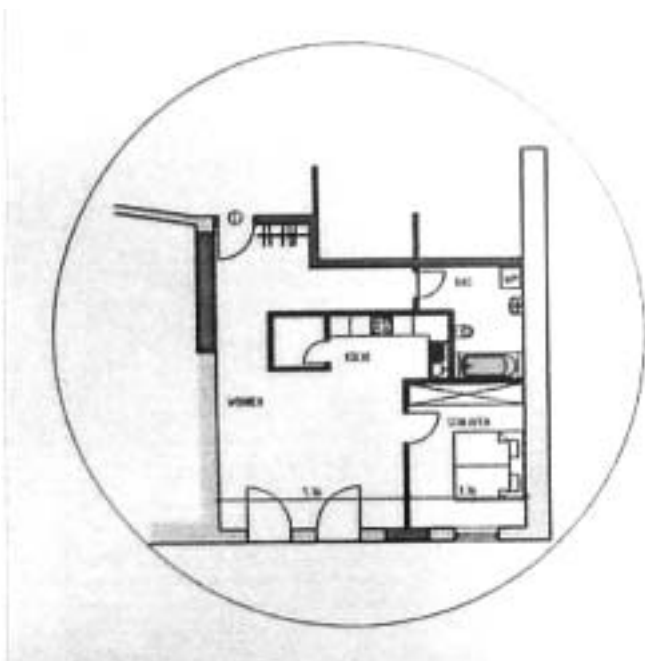
2 ZKB mit Balkon - 68 m<sup>2</sup> - KM 340 €

2 ZKB mit Balkon - 67 m<sup>2</sup> - KM 335 €



2 ZKB mit Balkon - 51 m<sup>2</sup> - KM 300 €

5 ZKB mit Balkon - 135 m<sup>2</sup> - KM 665 €





# Mixed-Volleyball

## **TGO-Mixed-Volleyball - 10. Platz in Katzenelnbogen**

Während sich am 14. Mai 2005 mehr als 40 TGO'ler auf den Weg nach Berlin zum Deutschen Turnfest machten, starteten die TGO-Mixed-Volleyballer in Katzenelnbogen beim Mixed-Turnier des SSV Einrich Kördorf.

Bei der ersten Turnierteilnahme im Jahr 2005 waren mit Sabine Egenolf und Sandra Müller gleich zwei Neulinge in der Mannschaft der TGO dabei.

Im ersten Spiel der Vorrunde, in der 2 Sätze á 10 Minuten zu spielen waren, verlor man gegen die Mannschaft des TV Jahn Eitelborn beide Sätze mit 8:23 und 13:20. Im anschließenden Spiel gegen die erste Mannschaft des Hunzeler SV konnten sich die Mannschaft jedoch steigern und siegte klar mit 27:8 und 20:11. In diesem Spiel präsentierten sich die Spieler der TGO vor allem im Zuspiel und im Angriff sehr konzentriert und sicher. Im abschließenden Spiel der Vorrunde gegen den TV Hahnstätten musste die TGO gewinnen, oder zumindest unentschieden spielen um die Finalrunde zu erreichen. In einem hart umkämpften Match verlor die Mannschaft der TGO den ersten Satz mit 13:16 und erreichte im zweiten Satz lediglich ein 17:17, so dass zum Schluss ein Ballpunkt zum Erreichen der Finalrunde fehlte, und somit in der Platzierungsrunde um die Plätze 7 - 10 spielte. Dabei sah es zu Beginn im Spiel gegen die „Rheingauer“ noch sehr gut aus. Zwar verlor man den ersten Satz mit 10:18, schaffte aber durch eine Leistungssteigerung ein verdientes 16:16 im zweiten Satz.

Jedoch im zweiten Spiel gegen den TV Nievern konnte man nur zeitweise mit dem Gegner mithalten, und so ging dieses Spiel deutlich mit 12:17 und 4:24 verloren. Trotz eines ausgeglichenen Spielverlauf gegen die Mannschaft „Hauptsache Spass“ konnten auch diese beiden Sätze nicht gewonnen werden, und daher belegte die Mannschaft der TG Oberlahnstein in der Abschlussabelle den 10. Platz bei 14 angetretenen Mannschaften.

## **TGO Mixed-Volleyballer beim Beach-Turnier in Oelsberg auf Platz 4**

Am Samstag, 18.06.2005, nahmen die Mixed-Volleyballer der TG Oberlahnstein am ersten Beach-Volleyball-



Turnier des SV Oelsberg teil. Bei Temperaturen von über 30 Grad konnten sich die TGO'ler schnell an den sandigen Untergrund gewöhnen und feierten in der Vorrunde gegen die Mannschaften aus Oelsberg und Bogel gleich zwei Siege. Trotz einer knappen Niederlage im letzten Vorrundenspiel gegen die Mannschaft aus Hunzel, qualifizierten sich die TGO-Volleyballer als Gruppenerster für das Halbfinale. Dort traf man auf die Mannschaft des TuS Attenhausen. In einem lange Zeit ausgeglichenen Spiel unterlag die TG Oberlahnstein letztlich mit 15:21. Im abschließenden Spiel um Platz 3 gegen die Mannschaft aus Bogel konnte der Erfolg aus der Vorrunde nicht wiederholt werden, so dass die Mannschaft der TG Oberlahnstein auf dem 4. Platz von 8 gestarteten Mannschaften das Turnier beendete.

*Für die TG Oberlahnstein spielten:*

Bianca Hares, Birgit Seifert, Sandra Müller, Sabine Egenolf, Birgit Kauers, Patrick Reichert und Stephan Groß

## **TGO-Mixed-Volleyballer zum 10. Mal in Attenhausen am Start**

Am ersten Juli-Wochenende nahmen die Mixed-Volleyballer der Turngemeinde Oberlahnstein wie in den vergangenen Jahren am Freiluftturnier des TuS Attenhausen teil.



Bepackt mit Wohnwagen, Zelten und viel guter Laune wurde bereits am Donnerstag das Areal für die Übernachtungen abgesteckt. Am Freitag war bereits ein Großteil der TGO-Mixed-Volleyballer angereist, und man verbrachte den Abend in einer gemütlichen Runde bei Steaks und kühlen Getränken.

Aufgrund von Absagen einiger Vereine schrumpfte die Anzahl der gemeldeten Mannschaften vor Turnierbeginn auf 69, da aber die TGO mit 13 Spielerinnen und Spielern angereist war, entschloss man sich kurzerhand, mit 2 Mannschaften an den Start zu gehen. Neben dem altbewährten Namen „Die Fantastischen 6“ entstand noch die Mannschaft „Die anderen Fantastischen 6“.

In der Vorrunde am Samstag zeigten die beiden Mannschaften der TGO zwar eine solide spielerische Leistung, schafften es allerdings in den entscheidenden Situationen nicht, die Spiele für sich zu entscheiden. Dies führte



dazu, dass sich die Mannschaft „Die Fantastischen 6“ für die Platzierungsrunde der Plätze 55-60 qualifizierten, und die „Die anderen Fantastischen 6“ um die Plätze 61-65 spielten. In den Endrundenspielen am Sonntag zeigten beide Mannschaften der Turngemeinde eine gute Leistung und erreichten ohne eine Niederlage in ihren Gruppen den Gruppensieg. In der Abschlusstabelle aller Mannschaften belegten die Mannschaften somit den 55. und 61. Platz von 70 angetretenen Teams.

*Für die TGO spielten:* Annette Degen, Bianca Hares, Birgit Seifert, Birgit Kauers, Sabine Egenolf, Urda Franzius, Patrick Reichert, Oliver Klesing, Gerrit Kneib, Peter Willems-Franzius, Andreas Ronig, Carsten Sänger und Stephan Groß.

#### **TGO Mixed-Volleyballer beim 10. Freiluftturnier des SSV Einrich Kördorf**

Beim 10. Volleyballturnier für Mixed-Mannschaften des SSV Einrich Kördorf nahm auch die Mannschaft der TG Oberlahnstein teil. Das von 27 Mannschaften besuchte Turnier fand am 13. August 2005 auf dem Rasensportplatz in Kördorf statt.

In der Vorrunde verlor die Mannschaft der TGO zunächst das Auftaktspiel gegen die Mannschaft des TSV Kirberg knapp in 2 Sätzen konnte aber im Anschluss beide restlichen Gruppenspiele gegen TuS Attenhausen 2 und der Mannschaft aus Nassau klar gewinnen. Als Zweiter ihrer Gruppe qualifizierte sich die Mannschaft der TGO für die Endrunde. Nach einem Unentschieden gegen die Mannschaft des SSV Einrich Kördorf und Niederlagen gegen die Mannschaft "Rheingauer" und den TuS Attenhausen 1, beendeten die TGO-Mixed-Volleyballer das Turnier als 12. von insgesamt 27 Mannschaften.

Besonders hervorzuheben sind die Leistungen von Birgit Seifert und Bianca Hares, die als einzige an allen Spielen teilnahmen und dabei einen hervorragenden Eindruck hinterließen.

Für die TG Oberlahnstein waren im Einsatz: Birgit Seifert, Bianca Hares, Oliver Klesing, Patrick Reichert, Gerrit Kneib, Andreas Ronig, Carsten Sänger und Stephan Groß.

#### **TGO Mixed-Volleyballer in Niederwallmenach auf Platz 9**

Beim 1. Einladungsturnier des TuS Niederwallmenach waren die TGO-Mixed-Volleyballer als eine von 16 Mannschaften am Start. Erstmals waren Daniel Klein und Torsten Scherb für die TG Oberlahnstein mit dabei.

Bei zunächst strahlendem Sonnenschein und Temperaturen von über 25 Grad erreichten die Volleyballer den 3. Platz in ihrer Vorrundengruppe, so dass man in der Endrunde um die Plätze 9-12 spielte.

Hier traf man auf die Mannschaften aus Bogel, Nassau und Winden. Während sich das Wetter zunehmend verschlechterte, zeigten die die TGO Volleyballer eine konstante Leistung und schafften in den ersten beiden Spielen jeweils einen Sieg. Und auch bei regelrechtem „Fritz-Walter-Wetter“ konnte das letzte Endrundenspiel gegen die Mannschaft aus Winden gewonnen werden, so dass man das Turnier auf dem 9. Platz beendete.

Für die TG Oberlahnstein waren im Einsatz: Sabine Egenolf, Bianca Hares, Birgit Kauers, Birgit Seifert, Daniel Klein, Oliver Klesing, Gerrit Kneib, Andreas Ronig, Torsten Scherb, Patrick Reichert und Stephan Groß.

## TGO on Tour

#### **TGO-Monatswanderungen immer beliebter**

Die ausgeschriebenen monatlichen Wanderungen erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. So die Aussage von Wanderführer Karl-Friedrich Senff. Waren doch bei der Januartour in das herrliche Lahntal - über die Ruppertsklamm nach Fachbach mit Endstation Nievern - mehr als 30 Wanderfreunde begeistert. So hatte sich jetzt zur Februar-Wandertour in den nördlichen Taunus bei herrlicher Schneelandschaft wieder eine große Wandergruppe zusammengefunden.

Von Nastätten startend ging es über die verschneiten Höhenzüge des Nordtaunus nach Niederwallmenach und Patersberg. Den Abschluß beging man dann in der Loreley-Stadt St. Goarshausen. Über die weiteren Monatswanderungen hat die TGO einen Wanderplan für alle interessierten Wanderfreunde in der Geschäftsstelle Westallee bereitgestellt. Auch im Aushang kann man sich stets informieren. Grundsätzlich sei noch gesagt, dass alle Wanderungen stets von einem Wanderführer begleitet werden.

#### **Miwo-Frauen der TGO im Hambacher Schloß**

Die Miwo-Frauen der TGO waren wieder, wie jedes Jahr, drei Tage auf Wanderfahrt. Dieses Mal ging es in die Pfalz zur Weinstraße. Freitagmorgen fuhren sie los, zunächst

bis Neustadt, einer sehr schönen Stadt mit mehreren grünen Parkoasen. Mittags ging es dann weiter. Die Wanderfrauen wurden in Maikammer ausgeladen und wanderten von dort aus durch die Weinberge nach St. Martin und zum Hotel auf der Höhe. Das reichhaltige Büffet am Abend, auf dem der Pfälzer Saumagen nicht fehlen durfte, schmeckte den Frauen bestens.

Samstagmorgen machten sich die Wanderer auf den Weg zum Hambacher Schloss, die anderen wurden mit dem Bus hingebacht. Das Schloss zu besichtigen war für die Frauen selbstverständlich, da sie den noch sichtbaren Spuren der deutschen Nations-Staatsgeschichte und demokratischen Bewegung folgen wollten. Die Wanderfrauen marschierten wieder ins Hotel und der Rest wurde nach St. Martin gefahren, ein wunderschöner Ort. Sonntagmorgen fuhren die Miwo-Frauen heimwärts. Zu-



erst wurde noch einmal eine Pause in dem schönen Ort Roth eingelegt. Anschließend ging es weiter bis Speyer, denn Speyer ist immer einen Auf-



Aufenthalt wert. Die Miwo-Frauen fanden ihre Wanderfahrt wieder ganz toll, zumal sie ja auch an den drei Tagen herrliches Wetter hatten.

**TGO-Wandergruppe im Rothaargebirge/Hochsauerland**  
Mit der Entscheidung, den Rothaarsteig im Rothaargebirge/Hochsauerland zu gehen, hatten Wanderführer Werner Schemmer und seine Wanderkameraden eine gute Wahl getroffen. Unter dem Motto - *Neues Wandern auf neuen Wegen* - ist der vor wenigen Jahren angelegte Steig mit anderen Wanderwegen nicht vergleichbar. Ein individuelles Orientierungssystem wurde entwickelt und führt den Wanderer leicht durch eines der schönsten Wandergebiete.

Von der historischen Hanse-Stadt Brilon bis nach Dillenburg führt der Weg nicht nur über die Höhenzüge des Hochsauerlands, sondern auch an zahlreichen Quellen bekannter Flüsse, wie: Möhne, Lenne, Ruhr, Eder, Sieg usw. vorbei. Die gesamte Wanderstrecke beläuft sich auf 154 km. Den Einstieg beginnt man am ersten Tag an der Siegquelle, entlang der historischen Kohlestraße die Ederquelle hörend - über großes Hörrohr zur Quelle führend - bis zur Ruine Ginsburg. Von der Ginsburg aus

führte Graf Ludwig von Nassau-Dillenburg im Jahre 1568 seine Kriege. Im 17. Jahrhundert verfiel die Burg unter Wilhelm von Oranien.

Man war bereits



so beeindruckt von der herrlichen Gegend, den schmucken Dörfern des Hochsauerlandes mit ihren Fachwerkhäusern und Schieferdächern, dass man mit viel Interesse die nächsten Wanderziele in der laufenden Woche angehen wollte. So waren die Grenzsteine und Dreierrensteine aus der Zeit um 1692 - Grenze zwischen Kurköln im Norden und Hessen-Nassau im Süden -, wie auch der Rhein-Weser-Turm im Panoramapark sehenswert.

In Winterberg-Langewiese wurde für die gesamte Tour in einem Landgasthof Quartier bezogen. Von hier aus ging es nun über die Höhen des Hochsauerlandes an einer alten königlichen Poststelle vorbei zu einem Altarstein der heidnischen Sachsen. Auch der Kahle Asten (841m) und die St.Georg-Schanze (133m) durften neben der Stadt Winterberg nicht von der Erkundung ausgelassen werden. Auch führte der Rothaarsteig die TGO-Wandergruppe vorbei an Langenberg (843m), der höchsten Erhebung von NRW und den Bruchhauser Steinen, Felsriesen aus vulkanischer Lava, die aus Erdtiefen vor 400-350 Millionen Jahren entstanden. Am letzten Tag der Wandertour ging es nochmals über die Höhen und so erreichte man nach 7 Tagen das Wanderziel Brilon. Eine historische Hanse-Stadt mit sehr vielen Sehenswürdigkeiten. Die Schrittzähler standen am Ende der Wanderung bei 123 km und man war nicht nur stolz über die erbrachte Leistung, sondern auch einhellig der Meinung, einen der schönsten Wandersteige Deutschlands erlebt zu haben. Wenn dann noch der Abschluss musikalisch auf einem Schützenfest seinen Ausklang fand, so kann

man nur von einer rundum gelungenen Wandertour sprechen und den Rothaarsteig jedem Wanderer empfehlen

### Planwagenausflug der TGO-Trainer

Eine zweieinhalbstündige Fahrt durch den Hunsrück auf drei Planwagen der Reitanlage Teschner in Naßheck erlebten jetzt die TGO-Übungsleiter(innen) mit ihren Familien beim diesjährigen TGO-Übungsleiterausflug. Nach prächtiger Stimmung auf den Wagen mit diversen Gesangseinlagen durften anschließend die mitgereisten Kinder noch selbst auf den geführten Pferden reiten, während im „Reiterstübchen“ für das leibliche Wohl gesorgt wurde.



### TGOler in Pommern und Masuren - Land der Wälder und tausend Seen

Zu einer 8-tägigen Studienreise nach Pommern und den Masuren hatten sich 14 TGOler entschieden. Es wurde eine Tour der besonderen Art, denn schon am Anreisetag mit dem Ziel und der ersten Station Stettin, der Stadt an der Odermündung und dem Ostseehafen, war man schon sehr beeindruckt. Hochschulen, Universität und ehemalige Residenz der pommerschen Herzöge, sowie die Hanse-Mitgliedschaft prägten das gesamte Stadtbild. Im Übrigen trug eine sehr versierte und sympathische Reiseleiterin, die uns für die gesamten Tage begleitete, ihr fundiertes Wissen stets kurzweilig vor.



Mit diesen Eindrücken ging es dann weiter zur Kurstadt Kolberg an der Ostsee. Begünstigt durch das herrliche Wetter wollte man das Meer genießen und besuchte die Wanderdünen im Nationalpark Leba. Die Dünen im slowinischen Nationalpark sind einmal in Europa und sind an ihrer höchsten Erhebung 42m hoch. Die jährliche Wanderung beträgt 5-12m. Ein besonderes Naturereignis an der Ostsee. Auch nisten noch 250 verschiedene Vogelarten im Park. Ebenso sind auch Rehe, Hirsche, Hasen und Wildschweine hier beheimatet. Außerdem ist man auch stolz auf die ca. 3.000 Elche in den Masuren. Weiter durch die kaschubische Schweiz (hier ist der westslawische Volksstamm der Kaschuben beheimatet) besuchte man dann die Klosteranlage „Heilige Linde“ mit dem dreistöckigen Altar und einer wertvollen Barockorgel. Auch ein Orgelkonzert durften wir genießen. Auch der Besuch der Wolfsschanze – dem ehemaligen Hitler-Hauptquartier – durfte nicht fehlen. Hier erfolgte die persönliche Führung durch den polnischen Historiker „Jaroslaw Zarzecki“. Von all diesen Eindrücken überwältigt, konnte man am Abend in stimmungsvoller Runde ein Folkloreprogramm mit Bauernhochzeit genießen.



Weiter ging es am nächsten Tag über Stolp und Lauenburg an der Ostsee entlang nach Danzig. Die Hafenstadt mit ihrer 1000-jährigen Geschichte gehört zum Wirtschaftszentrum Polens. Sie ist ebenso künstlerisches Zentrum, wie auch für Sport, Touristik und Erholung. Für uns wurde Danzig besonders in Erinnerung gerufen durch die Gründung der unabhängigen Gewerkschaft „Solidarnosc“ auf der Leninwerft unter L. Walesa. Hierdurch kam es auch zur politischen Wende in den 80er Jahren. Im Übrigen wird das Stadtbild durch seine über 1000-jährige Geschichte geprägt. Viele historische Bauten wie: Zeughaus, Georgshalle, Goldenes Tor, Langer Markt mit Rathaus, Artushof und Neptunbrunnen mit besonderer Geschichte. Einen besonderen Stellenwert hat die Marienkirche und die Lange Brücke an der Mottlau. Mit diesen eindrucksvollen Bildern von Danzig führte uns der nächste Tag vom Ermland und Masuren – Allenstein – nach Thorn, der Geburtsstadt von Nikolaus Kopernikus. Thorn, die Stadt an der Weichsel besitzt einen Flusshafen, ist Universitätsstadt und war in seiner langen Geschichte Hansemitglied. Mit vielen Eindrücken, Erlebnissen und in Verbindung mit der Geschichte unserer beiden Völker ging es dann über Posen, der westpolnischen Handels- und Industriestadt durch Berlin, Leipzig, Erfurt zurück an das Rhein-Lahn-Eck nach Lahnstein. Abschließend wäre zu sagen, eine gelungene Studienreise, die sicherlich lang in Erinnerung aller Teilnehmer bleiben wird.

### Über 140 Teilnehmer bei der TGO Jugendfahrt 2005

Die Jugendfahrt der Turngemeinde Oberlahnstein führte dieses Jahr in den Movie-Park nach Bottrop und fand einen enormen Zuspruch. Mehr als 140 Kinder, Jugendliche und Erwachsene nahmen an der Fahrt teil. Die verschiedenen Attraktionen und Fahrgeschäfte im Park machten den Ausflug zu einem kurzweiligen und sehr erlebnisreichen Tag.



### TGO Land- und Leute Tour - Mit dem Weinstraßen-Express nach Weißenburg im Elsass

In diesem Jahr führte die Land- und Leute Tour der Turngemeinde Oberlahnstein (TGO) nach Weißenburg im Elsass. Zur Anreise hatte man den „Weinstraßen-Express“ gewählt und dementsprechend bestand auch großes Interesse an dieser Tour. Gleich 40 TGOler wollten sich diese Fahrt durch die Pfalz nach Weißenburg/ Elsass mit gleichzeitigem Besuch der „Deutschen Weintores“ in Schweigen nicht entgehen lassen. Begünstigt durch das herrliche Herbstwetter konnte man nicht nur die historische Altstadt von Weißenburg mit dem Salzhaus, dem Platz der Republik und der St. Paul-Kirche besichtigen, sondern auch dem Flamm und Zwiebelkuchen mit dem dazugehörigen Federweißen genießen. Ebenso wurde die angebotene Wanderung durch die Weinberge zum „Deutschen Weintor“ nach Schweigen genutzt. Ein Teil der Gruppe wählte den Col du Pigeonnier als Wanderziel. In dem Wissen, einen herrlichen Tag verbracht zu haben, wurde in guter Stimmung die Heimreise angetreten.



## IMPRESSUM

Ausgabe 27 - 2. Halbjahr 2005

Herausgeber: Turngemeinde Oberlahnstein

Westallee 9, 56112 Lahnstein

Internet: [www.tgo-lahnstein.de](http://www.tgo-lahnstein.de)

Redaktion: Stephan Groß, Gestaltung: Erwin Meuer

Fotos: Bernd Beuttenmüller, Ingolf Thörmer,

Dietmar Zulauf, Brigitte Zulauf, Thomas Grebel,

Daniel Klein, Stephan Groß

Auflage: 1.300 Exemplare



# Die TGO-Übungsleiter

Vorname	Name	Tel.-Nr.	E-Mail	Abteilung
Helga	Arikan	02622/5527		Seniorentanz
Rita	Bender	02621/4406		Frauengymnastik/Jazztanz
Bernd	Beuttenmüller	02621/5768	bernd.beuttenmueller@tgo-lahnstein.de	Handball
Jutta	Beuttenmüller	02621/5768	jutta.beuttenmueller@tgo-lahnstein.de	Handball, Leichtathletik
Richard	Bollinger			Jedermannsport
Tanja	Böhm			Kinderturnen
Mechthild	Bungert	02621/50491		Frauengymnastik
Bernd	Enkirch	02621/5833	bernd.enkirch@tgo-lahnstein.de	Rope-Skipping
Marlene	Feider	02621/7372		Konditionsgymnastik Mädchenturnen
Jürgen	Heift	02621/4687		Fanfarenzug
Falko	Heinz	02621/188068		Jungenturnen
Georg	Herbel	02621/50351		Twenty-Plus
Annegret	Hermann	02621/4188		Mädchenturnen, Volleyball
Carsten	Hermann	02621/2403	carsten.hermann@tgo-lahnstein.de	Mixed Volleyball
Birgit	Kauers	02621/40562		Kinderturnen
Rudi	Kessler	02621/922355		Tischtennis
Hartmut	Kilb	02621/3529		Leichtathletik, Rope-Skipping
Detlef	Kimmel	02621/50407		Mountain-Biking
Bernd	Klein	02621/50942		Handball
Daniel	Klein	02603/13486	daniel.klein@tgo-lahnstein.de	Leichtathletik, Schwimmen
Boris	Kuhnert	0177/9604589		Mountain-Biking
Christel	Kuschewski	02621/3890		Seniorengymnastik
Manfred	Kuschewski	02621/3890		Seniorengymnastik
Martin	Laake	02621/50421	martin.laake@tgo-lahnstein.de	Turmspringen
Volker	Lanz	02621/50815		Tischtennis, Erlebnissport, Handball
Michael	Lehmann	02621/40811		Badminton
Melanie	Löcher	02621/629160		Fanfarenzug
Marc	Lützenkirchen	02621/9219060		Schwimmen
Dietmar	Macher	02621/667244		Fanfarenzug
Miriam	Malsbenden	02630/969034	miriam.malsbenden@tgo-lahnstein.de	Nordic Walking, Leichtathletik
Ludwig	Meier	02621/8027		Seniorengymnastik, Wassergymnastik
Marianne	Meier	02621/8027		Seniorengymnastik
Georg	Meier	02621/180797	hans-georg.meier@tgo-lahnstein.de	Schwimmen
Stefanie	Muno-Meier	02621/180797	stefanie.muno-meier@tgo-lahnstein.de	Nordic Walking
Isabella	Schäffer	02621/62565	isabella.schaeffer@tgo-lahnstein.de	Nordic Walking
Stefan	Schiffer	02621/921736	stefan.schiffer@tgo-lahnstein.de	Schwimmen
Karl-Friedrich	Senff			Wandern
Ilse	Stauch	02627/8625	ilse.stauch@tgo-lahnstein.de	Kinderturnen
Sarah	Stauch	02627/971744	sarah.stauch@tgo-lahnstein.de	Kinderturnen
Reinhard	Stoltefuß	02621/5769		Fanfarenzug
Heiko	Streich			Fanfarenzug
Gerhard	Strubel	02621/3274		Sportabzeichen
Regina	Überrück	02621/3147	regina.ueberrueck@tgo-lahnstein.de	Leichtathletik
Barbara	Will	02627/1393	barbara.will@tgo-lahnstein.de	Handball
Thorsten	Zielinski	02621/3910		Erlebnissport, Handball
Brigitte	Zulauf	02621/7970		Walking, Pezziballgymnastik



# Übungsplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00-10.00 Uhr Pezziballgymnastik Turnerheim (Brigitte Zulauf)	8.30-12.00 Uhr Osteoporose-Vorbeugungs-Kurs Turnerheim (Rita Bender)	8.30-11.30 Uhr Seniorengymnastik Turnerheim (Marianne und Ludwig Meier)	ab 8.30 Uhr Nordic Walking Parkplatz Allerheiligenberg (Isabella Schäffer)	14.00-15.30 Uhr Erlebnissport Jungs ab 7 J. Turnerheim (T. Zielinski/ Volker Lanz)	18.00-19.30 Uhr Schwimmen Hallenbad (Y. Serczyk/ D. Klein/ S. Schiffer)	8.30-10.00 Uhr Männerturnen Turnerheim (G. Strubel/ Robert Becker)
10.15-11.15 Uhr Venengymnastik/ Beckenbodentraining Turnerheim (Brigitte Zulauf)	16.00-17.00 Uhr Leichtathletik gemischt 5-7 J. (D. Klein) u. gemischt 7-8 J. (J. Beuttenmüller/R. Übrück) Sporthalle Johannesgymnasium	11.30-12.30 Uhr Seniorengymnastik Turnerheim (Christel und Manfred Kuschewski)	9.00-10.00 Uhr Venengymnastik Beckenboden-Training-Kurs Turnerheim (Brigitte Zulauf)	15.30-16.30 Uhr Kinderturnen Mädchen von 9-13 Jahren Turnerheim (Annegret Hermann)		
14.00-15.30 Uhr Seniorentanz Turnerheim (Helga Arikan)	16.45-19.00 Uhr Kunst- u. Turmspringen Stadtbad Koblenz (Martin Laake)	14.30-15.30 Uhr Kinderturnen gem. 3-4 J. Turnerheim (Ilse Stauch)	10.15-11.15 Uhr Mutter-Kind-Turnen 2-3 J. Turnerheim (Inci Ipek)	16.30-17.30 Uhr Fit for Kids Turnerheim (Marlene Feider)		
16.30-17.30 Uhr Kinderturnen Jungs u. Mädchen 4-5 Jahre Turnerheim (Birgit Kauers)	17.00-18.30 Uhr Handball m.-C.-Jgd. 12-14 J. u. weibl.-Jugend 11-12 Jahre Schulzentrum (B. Klein/T. Zielinski)	15.30-17.00 Uhr Kinderturnen Mädchen 5-7 Jahre Turnerheim (Ilse und Sarah Stauch)	16.45-18.30 Uhr Kunst- u. Turmspringen Hallenbad (Martin Laake)	17.00-18.30 Uhr Handball w. D.-Jgd. 11-12 Jahre Schulzentrum (Thorsten Zielinski/ Volker Lanz)		
17.00-18.00 Uhr Schwimmen (ab Freischwimmer), Hallenbad (Y. Serczyk/D. Klein/ S. Schiffer)	17.00-18.30 Uhr Kinderturnen weibl. 7-12 J. Turnerheim (Annegret Hermann)	17.00-18.00 Uhr Rope Skipping/Leistungsgruppe Turnerheim (Hartmut Kilb)	17.00-18.30 Uhr Jungenturnen ab 6 J. Turnerheim (Falko Heinz)	17.00-18.30 Uhr Leichtathletik gem. 10-12 Jahre Rhein-Lahn-Stadion (Harmut Kilb/ Daniel Klein)		
17.00-19.00 Uhr Tischtennis Schüler bis 14 J. Schulzentrum (Volker Lanz)	17.00-18.30 Uhr Leichtathletik gem. 8-12 Jahre (H. Kilb/D. Klein) u. gem. 9-10 Jahre (J. Beuttenmüller/R. Übrück) Sporthalle Johannesgymn.	17.30-18.00 Uhr Trommler – Anfänger Fanfarenraum (Jürgen Heift)	17.00-18.00 Uhr Handball w. E.-Jgd. 9-10 J. Schulzentrum (Jutta Beuttenmüller/Barbara Will)	18.00-19.00 Uhr Konditionsgymnastik mit Musik Turnerheim (Marlene Feider)		
17.00-18.30 Uhr Handball m. B.- Jgd. 15-16 J. Schulzentrum (B. Klein/T. Zielinski)	18.00 Uhr Mountain-Biking ab Turnerheim (Detlef Kimmel/Boris Kühnert)	18.00-20.00 Uhr Jazztanz Turnerheim (Rita Bender)	17.00-18.30 Uhr Rope Skipping Kinder Schulzentrum (Hartmut Kilb/Bernd Enkirch)	18.30-20.00 Uhr Handball m. D.-Jgd. 11-12 J. Schulzentrum (Bernd Beuttenmüller)		
17.30-18.30 Uhr Kinderturnen Jungs u. Mädchen 4-5 Jahre ; Turnerheim (Birgit Kauers)	18.30-20.00 Uhr Volleyball gem. ab 14 J. Turnerheim (Annegret Hermann)	18.00-19.30 Uhr Trommler – Fortgeschrittene Fanfarenraum (Jürgen Heift/ Melanie Löcher)	18.00-19.00 Uhr Sportabzeichen AG Sportplatz Johannesgymnasium (Gerd Strubel 02621-3274)	19.00-21.00 Uhr Mixed Volleyball Turnerheim (Carsten Hermann)		
ab 18.00 Uhr Walking Rhein-Lahn-Stadion (Brigitte Zulauf)	18.30-20.00 Uhr Handball m. D.-Jugend Schulzentrum (Bernd Beuttenmüller)	18.00-19.30 Uhr Handball Jahrgang 1995/96 Goetheschule (Jutta Beuttenmüller/ Barbara Will)	18.00-20.00 Uhr Walking Rhein-Lahn-Stadion (Brigitte Zulauf)	20.00-21.00 Uhr Fanfarenzug – Gesamtprobe Fanfarenraum (D. Macher/ H. Streich)		
18.30-19.30 Uhr Bläser – Anfänger Fanfarenraum (Marco Becker)	18.30-20.00 Uhr Leichtathletik gem. ab 13 J. Sporthalle Johannesgymnasium (Hartmut Kilb/ Daniel Klein)	ab 18.30 Uhr Nordic Walking Rhein-Lahn-Stadion (Steffi Muno-Meier)	19.00-20.00 Uhr Step Aerobic – Kurs Schulzentrum (Rita Bender)	20.00-21.30 Uhr Handball Herren Schulzentrum (Bernd Beuttenmüller)		
19.00-21.00 Uhr Tischtennis aktiv u. Hobby Schulzentrum (Rudi Kessler)	20.00-21.00 Uhr Pezziballgymnastik Turnerheim (Brigitte Zulauf)	19.00-20.00 Uhr Sportabzeichen AG Sportplatz Viktoriaabrunnen (Gerhard Strubel 02621-3274)	20.00-22.00 Uhr Frauengymnastik Schulzentrum (Rita Bender)			
19.00-21.00 Uhr Prellball Senioren Turnerheim (K. F. Senff)		19.30-21.30 Uhr Badminton Goetheschule (Dieter Kimmel)	20.00-21.30 Uhr Twenty Plus Schulzentrum (Georg Herbel)			
19.30-21.00 Uhr Bläser – Fortgeschrittene Fanfarenraum (Jürgen Heift/ Dietmar Macher)		20.00-21.30 Uhr Frauengymnastik Turnerheim (Mechthild Bungert)	20.00-21.00 Uhr Schwimmen Hallenbad (Marc Lützenkirchen)			
		20.00-21.00 Uhr Jedermannsport Schulzentrum (Richard Bollinger)	20.00-21.00 Uhr Wassergymnastik Hallenbad (M.+L.Meier)			

