



TGO

Intern

Ausgabe 32
Dezember 2009

Das Vereinsgeschehen
im Überblick





Liebe Mitglieder und Freunde der TGO,

wieder neigt sich ein Jahr dem Ende zu und wieder fragt man sich, wo ist die Zeit geblieben. Haben Sie die Zeit bei unserer TGO genutzt, so haben Sie etwas für sich getan. Sport und Gesundheit gehen Hand in Hand. Daher nutzen Sie auch im Neuen Jahr die Gelegenheit bei unserem vielfältigen Angebot. Sicher ist für jeden etwas dabei.

Große Ereignisse stehen im nächsten Jahr an. Der Umbau des „grossen Saales“ in eine multifunktionale Sporthalle wird durchgeführt werden. Einschränkungen in unserer Halle werden sich nicht vermeiden lassen. Bitte haben Sie für die Bauphase Verständnis und freuen Sie sich auf die neuen Möglichkeiten, die sich dadurch für alle ergeben werden.

Auch im Jahr 2010 sind Übungsleiter und Vorstand für Sie da, Ihnen allen ein Gutes und Gesundes Neues Jahr,

Annerose Thörmer
Vorsitzende



Editorial

Liebe Leserinnen und Leser, wie bereits in den Vorjahren präsentieren wir Ihnen auch diesmal rechtzeitig zum Jahreswechsel den Rückblick auf das vergangene Jahr in Heftform.

Das Jahr 2009 brachte Erfolge wie die Landesmeisterschaft des

TGO-Fanfarenzuges, zu der wir nochmals herzlich gratulieren, oder zum Beispiel erfolgreiche Meisterschaftsteilnahmen der Rope-Skipper oder der wiedererstarteten Jugendhandballer, von denen die B-Jugend mittlerweile in der Oberliga antritt, nachdem sie im Frühjahr 2009 Verbandsliga-Meister wurde.

Aber auch die Teilnahme am Deutschen Turnfest in Frankfurt und die eigene Ausrichtung des Gau-Kinder-Turnfestes waren Höhepunkte in den vergangenen 12 Monaten.

Sieben Jahre nach der 125-Jahr-Feier der TGO wollen wir in 2010 nun durch den Umbau des ehemals großen Saales im Turnerheim zu einer Turn- und Mehrzweckhalle die Weichen für die Zukunft stellen. Doch dafür ist neben allen Baumaßnahmen natürlich das weiterhin unermüdliche Engagement unserer Übungsleiter(innen) unverzichtbar. Vielen Dank an dieser Stelle für das täglich erfolgreiche Wirken der Trainerinnen und Trainer in allen angebotenen Sparten der TGO. Auf der Rückseite des Heftes erhalten Sie wie gewohnt die Übersicht über unsere regelmäßigen Sportangebote.

Für das neue Jahr 2010 wünsche ich Ihnen allen viel Glück, Erfolg und vor allem Gesundheit sowie viel Spaß mit Ihrer neuen Ausgabe der TGO-INTERN.

Thomas Grebel

2. Vorsitzender und Redaktion „TGO-INTERN“

ACHTUNG! ACHTUNG! ACHTUNG!

**Änderung
Beitragseinzug
Ab 2010 erfolgt der
Einzug der Mitglieder-
beiträge jeweils Mitte
des jeweiligen Quartals.**

ACHTUNG! ACHTUNG! ACHTUNG!

IMPRESSUM

Ausgabe 32 - 2. Halbjahr 2009

Herausgeber: Turngemeinde Oberlahnstein

Westallee 9, 56112 Lahnstein

Internet: www.tgo-lahnstein.de

Redaktion: Thomas Grebel, Stephan Groß

Gestaltung: Erwin Meuer

Fotos: Brigitte Zulauf, Stephan Groß, Frank Thielen, Jörg Thielen u.v.m.

Auflage: 1.300 Exemplare



Großer Saal des Turnerheims soll wieder genutzt werden

Die Turngemeinde Oberlahnstein 1878 e.V. (TGO) als reiner Breitensportverein ist mit derzeit über 1.300 Mitgliedern der mitgliederstärkste Verein der Stadt Lahnstein. Als Traditionsverein fest in der Kommune verwurzelt zählt zu seinen Aufgaben unter anderem die sportliche Förderung und Gesunderhaltung der Bürger/innen und Einwohner/innen, Vermittlung sozialer Grundregeln sowie Integration von ausländischen Mitbürgern, insbesondere der Jugend. Die TGO verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Interessen. Um auch zukünftig dem wachsenden Bedarf an Hallenkapazitäten für Übungs- und Trainingsstunden gerecht zu werden, führt die TGO die nachfolgend beschriebene Baumaßnahme durch:

Umnutzung des bisherigen „Großen Saales“ in eine Turn- und Mehrzweckhalle mit ca. 180 m² Fläche und die Errichtung der notwendigen Umkleiden und Sanitärebereiche im jetzigen Hofbereich. Für das Projekt wurde die Genehmigung bei der ADD beantragt.

Am 30. Mai 2009 überbrachten Staatssekretär Roger Lewentz und Landrat Günter Kern im Beisein des Lahnsteiner Oberbürgermeisters Peter Labonte den Bewilligungsbescheid der Landesregierung zur Durchführung der Maßnahme. Diese nahm, da sich die 1. Vorsitzende Annerose Thörmer bereits auf dem Weg zum Deutschen Turnfest in Frankfurt befand, der 2. TGO-Vorsitzende Bernd Beuttenmüller dankend entgegen.

Die mit der Planung der Umbaumaßnahme beauftragten Vera Dott und Bernd Noll zeigten vor Ort, wie der zukünftige große Saal aussehen wird.

Mit dieser Investitionsmaßnahme leistet die Turngemeinde Oberlahnstein auch einen Beitrag zur lokalen Abfederung der Folgen der Wirtschaftskrise. Insbesondere ist beabsichtigt, soweit als möglich die heimische Wirtschaft mit Aufträgen zu bedienen.



Vielen Lahnsteinern ist der „große Saal“ noch in Erinnerung als Begegnungsstätte, in dem die Feiern zu allen kulturellen Ereignissen der Stadt stattfanden. Durch die Umwidmung wird der lange Zeit ungenutzte Gebäudeteil wieder einer intensiven Nutzung zugunsten der Einwohner möglich gemacht.

Mitglieder, Nichtmitglieder, Freunde und Gönner haben die Möglichkeit die TGO bei der Finanzierung des Umbaus zu unterstützen. Mit 25-Euro-Bausteinen bringt uns jeder Sponsor der Umsetzung unseres Bauvorhabens ein Stück näher.

Einfach die beiliegende Postkarte ausfüllen und an die TGO, Westallee 9, senden oder dort einwerfen. Eine weitere Möglichkeit ist die Überweisung eines Betrages auf unser Konto 200102304 (Stichwort: Turnerheim) bei der Volksbank Rhein-Lahn, BLZ 55092800. Wir halten für jeden Sponsor eine kleine Überraschung aus unserer Vereinsgeschichte bereit.



TGO-Fanfarenzug erneut Landesmeister

Mit einer grandiosen Leistung verteidigte der TGO-Fanfarenzug zum 11. Mal die Landesmeisterschaft, die am 25.10.2009 in Koblenz-Karthause stattfand.

Aus allen Landesteilen trafen sich Spielmann-, Musik- und Fanfarenzüge um ihr Können unter Beweis zu stellen.

Insgesamt waren es 28 Starts, die im Zeitraum von 8-18 Uhr bewertet wurden. Der Fanfarenzug der TGO startete in zwei Klassen, holte dabei zweimal eine Goldmedaille und den Siegerpokal des Landesmeisters. Es war dabei die beste Benotung in der Vereinsgeschichte, denn die Spielleute der TGO wurde besser wie "sehr gut" bewertet und erhielten mit der Note 0,667 ein Traumergebnis.

Dafür wurde in den zwei Monaten vor den Meisterschaften dreimal die Woche geprobt. Die musikalische Leitung hatte Jürgen Heifft, der von Marco Becker unterstützt wurde.

Marco Becker schrieb eigens für die Landesmeisterschaft ein neues Musikstück, die „Lahnsteiner Festfanfare“, die sehr gut bei den Wertungsrichtern ankam.

Besonders freute sich auch Abteilungsleiter Reinhard Stoltefuß über die Leistung an den Kesselpauken und Trommeln von Michelle Heift (Kesselpauken) und Linda Stoltefuß (Trommel). Natürlich gaben alle Spielleute ihr Bestes, sonst wäre so ein Erfolg nicht möglich. Nach der Siegerehrung wurde entsprechend gefeiert. Mit Musik und wehenden Fahnen marschierten Musiker und Musikerinnen mit ihren Fans zu einer bekannten Lahnsteiner Gaststätte in der Burgstraße und feierten ihren tollen Erfolg.



Annerose Thörmer wurde wiedergewählt

Am 24. April 2009 fand die Jahreshauptversammlung mit Vorstandswahlen der Turngemeinde Oberlahnstein (TGO) im Vereinsheim statt.

Zunächst begrüßte die Vorsitzende Annerose Thörmer die anwesenden Mitglieder, Ehrenmitglieder und den Ehrenvorsitzenden Dietmar Zulauf, um anschließend über die zahlreichen Aktivitäten in 2008 und 2009 zu berichten. So werden zurzeit wöchentlich 99 Übungsstunden von 48 Übungsleitern angeboten, was die Leistungsfähigkeit des Vereins neben der Vielfalt an Angeboten zeigt. Der Sportbund Rheinland vergab erstmals Zertifikate für ausgezeichnete Sportangebote und zeichnete die TGO als seniorenfreundlicher Verein aus.

Im Rahmen der Versammlung wurden Helga Zimmermann, Elke Schmidt, Alfred Speidel, Olaf Schaub und Thomas Grebel für ihre 25-jährige Mitgliedschaft im Verein mit der silbernen Ehrennadel der TGO geehrt.



Im Anschluss erfolgte die Neuwahl des Vorstands unter der Leitung des Ehrenvorsitzenden Dietmar Zulauf. Mit Ingolf Thörmer und Annegret Herrmann standen zwei langjährige Vorstandsmitglieder für eine Neuwahl nicht zur Verfügung, jedoch konnte mit Olaf Schaub ein neues Mitglied im Vorstandsteam begrüßt werden.

Der TGO-Vorstand 2009/2010 setzt sich wie folgt zusammen:

Annerose Thörmer (1. Vorsitzende), Bernd Beutenmüller (stellv. Vorsitzender)

Thomas Grebel (stellv. Vorsitzender/Kommunikation und Marketing)

Tim Schwarzburg (Vereinssekretär/Recht u. Organisation)

Walter Steil (Finanzen und Controlling), Rainer Klein (Verwaltung des Vereinsgrundvermögens)

Stephan Groß (Pressearbeit), Georg Herbel (Leiter für sportliche Angelegenheiten)

Stefanie Munro-Meier, Ilse Stauch und Olaf Schaub (alle sportliche Angelegenheiten)





Das Gau-Kinderturnfest 2009 ein voller Erfolg

Am 20.09.2009 fand das Gau-Kinderturnfest in Lahnstein im Rhein-Lahn-Stadion und der Turnhalle des Johannes-Gymnasiums statt. Ausrichter und Organisator war in diesem Jahr unsere TGO. Neben den tollen sportlichen Erfolgen der jungen TGO-Sportler und -Sportlerinnen war die Veranstaltung auch für den gesamten Verein ein großer Erfolg.

Um eine solche Veranstaltung mit über 300 aktiven Kindern und ihren Übungsleitern und Eltern zu organisieren, sind eine Vielzahl von aktiven Helfern notwendig. Insgesamt waren ca. 50 Personen unseres Vereins im Einsatz um das größte Kinderturnfest des Turngaus Rhein-Lahn durchzuführen.

Nachdem zu Beginn des Jahres 2009 der erste Termin für das Turnfest feststand, gingen im TGO-Vorstand schon die ersten organisatorischen Überlegungen los.

Wo findet das Turnfest statt? Wer nimmt die Fäden in die Hand? Welche Geräte sind notwendig? Wer kümmert sich um die Verköstigung und die Getränke? Was machen wir, wenn es regnet? Dies waren nur einige der vielen Fragen, die während der Vorbereitungsphase zu klären waren.

Der Sportausschuss mit den Vorstandsmitgliedern Ilse Stauch, Olaf Schaub und Stefanie Muno-Meier unter der Leitung von Georg Herbel übernahm die Gesamtorganisation. Annerose Thörmer knüpfte die Kontakte zum Turngau und vermittelte allen

die Aufgaben, die bewältigt werden müssen. Stephan Groß kümmerte sich um die Pressearbeit. Schon im Mai war allen klar, diese Aufgabe können wir nur gemeinsam mit vielen weiteren TGO-Mitgliedern meistern. Der erste mögliche Termin für das Turnfest musste dann aber abgesagt werden, da an diesem Termin „Tal Total“ stattfand. Nun war die schwierigste Aufgabe, einen neuen Termin zu finden, zu lösen.

Aus diesem Grund und wegen der Nutzung des Rhein-Lahn-Stadions und der anderen Sportstätten konnte der neue Termin vom Turngau nur noch nach den Sommerferien auf den 20.09.2009 festgelegt werden. Für das Organisationsteam blieb nun etwas mehr Zeit, um alle Vorbereitungen und Planungen in Ruhe abzuschließen.

Es konnten gezielt verschiedene Sportler/innen und Gruppen des Vereins angesprochen werden, bei der Durchführung und Gestaltung des Kinderturnfestes mitzuhelfen. Alle Angefragten erklärten sich spontan bereit, mitzumachen. Hoch motiviert, insbesondere weil es sich um ein Kinderturnfest handelte, beteiligten sich viele verschiedene Gruppen der TGO. Nach etlichen Vortreffen mit dem Sportausschuss stand Anfang September die gesamte Organisation für das große Ereignis fest.

Im Einzelnen waren folgende Gruppen mit dabei: Für den sportlichen Bereich der Leichtathletik im Rhein-Lahn-Stadion waren Hartmut Kilb und





Regina Überrück-Fries mit den Übungsleitern/-innen der Leichtathletik zuständig. Die turnerischen Wettkämpfe fanden in der Turnhalle des Johannesgymnasiums statt. Hier waren Ilse Stauch und Olaf Schaub verantwortlich. Auf dem Kleinspielfeld waren Nadine Herbel und Victoria Naglo mit ihren Helferinnen für den Aufbau und die Durchführung der Wettkämpfe der Turnküken verantwortlich. Sven Herbel und Daniel Schmidt kümmerten sich um die teilnehmenden Minihandballspieler.

Beim Gerätetransport und Aufbau der einzelnen Stationen waren die Volleyballspieler/-innen um Stephan Groß verantwortlich. Dabei mussten ein Lieferwagen und ein Sprinter der Firma Holzhandlung Burkard mit Geräten von der Matte bis zum Schwebebalken aus dem Marion-Dönhoff-Gymnasium in die Turnhalle des Johannes-Gymnasiums hin und wieder zurücktransportiert werden. An dieser Stelle besonderen Dank für die Unterstützung an Rainer Burkard für die Überlassung der Transporter und dem Marion-Dönhoff-Gymnasium mit Hans-Georg Meier für die Mithilfe und Überlassung der notwendigen Geräte.

Die Schwimmabteilung der TGO unter Erich Weiher und Ehefrau Mechthild mit Josef Schirra bewirteten die aktiven Sportler und Sportlerinnen mit alkoholfreien Getränken.

Kaffee und Kuchenstand betreuten Brigitte Zulauf und Paula Blum mit der Gruppe der Walkerinnen. Viele fleißig Bäckerinnen hatten durch ihre



Kuchenspenden dazu beigetragen, das den ganzen Tag der Kuchenverkauf durchgängig bestückt war, dazu gab es immer frischen Kaffee.

Für Pommes und Bratwürstchen sorgten die Tischtennisabteilung der TGO. Unter der Leitung von Rudi Kessler und Stefanie Muno-Meier brieten und bruzzelten die aktiven Tischtennisspieler/-innen während der Veranstaltung im Imbisswagen der Firma Krämer. Auch den großen Ansturm während der Mittagspause meisterte die Gruppe souverän. Das Deutsche Rote Kreuz war mit Ralf Schmidt während der Sportveranstaltung anwesend, musste aber keinen Einsatz leisten. Zusätzlich waren noch viele weitere Helferinnen und Helfer mit dabei, die auch spontan eingesprungen sind. Jedem und jeder sei der Dank für den geleisteten Arbeitseinsatz an dieser Stelle sicher.

Nach dem erfolgreichen Ende der sportlichen Wettkämpfe am Abend des 20.09.2009 konnten die Wettkampfplätze wieder ordnungsgemäß verlassen werden. Jede Gruppe sorgte zum Abschluss auch noch für den notwendigen Abbau aller Stände.



Gemeinsam mit dem Vorstand des Turngau Rhein-Lahn waren sich die aktiven TGOler, die Kinder mit ihren Eltern sowie der gesamte Vorstand der TGO einig: Das Gau-Kinder-Turnfest war eine gelungene Großveranstaltung im Rhein-Lahn-Stadion in Lahnstein.

Das gute Wetter an diesem Tag sorgte noch für den sonnigen Rahmen und angenehme Temperaturen für die sportlichen Wettkämpfe.

Allen Aktiven hat es neben der vielen Arbeit Spaß gemacht und nach außen dokumentiert.: Die TGO - eine starke Gemeinschaft. Im Januar 2010 wird es ein Aktivenfest geben, bei dem noch einmal allen großen und kleinen Helfern Dankeschön gesagt werden wird.

Stefanie Muno-Meier



TGO-Mixed-Volleyballer beim Winzerpokal in Lehmen



Am 22. August 2009 fand in Lehmen das Beachvolleyballturnier (Quattro-Mixed) um den 18. Lehmener Winzerpokal statt.

Bei den zehn gemeldeten Mannschaften war auch das Team der TG Oberlahnstein am Start. Für die TGO Mixed-Volleyballer war es die erste Teilnahme an einem Beachvolleyballturnier seit über vier Jahren.

In der Vorrunde lief es nach anfänglichen Schwierigkeiten zunehmend besser, jedoch schaffte es das TGO-Team nicht, die Sätze für sich zu entscheiden. So lagen die Lahnsteiner in einigen Sätzen zwischenzeitlich in Führung, musste dann gegen Ende der Sätze diese dann doch noch knapp abgeben (14:15, 13:14).

Gegen das Team DSC Moselbogen erreichte die TGO ein 13:13 im 2. Satz und gegen Dieblich konnte sogar ein Satz gewonnen werden. Mit den Ergebnissen der Vorrunde erfolgte die Qualifikation für die Spiele um Platz 6 bis 10.

Erfolgte im ersten Spiel gegen Ochtendung noch ein Unentschieden, konnte gegen Dieblich - in der Vorrunde trennten sich beide Mannschaften noch mit einem Unentschieden - beide Sätze gewonnen werden.

Im Anschluss daran folgte eine deutliche Niederlage gegen das Team „Bob und die Baumeister“. Im letzten Spiel der Finalrunde spielten die Lahnsteiner(innen) gegen das Team „Teschekür“ aus Lehmen noch remis und belegten so den 3. Platz der Finalrundengruppe.

Die TG Oberlahnstein beendete abschließend auf dem 8. Platz das Turnier.

Team TG Oberlahnstein

Johanna Grabe, Bianca Groß, Werner Farnung, Christopher Grabe, Gerrit Kneib und Stephan Groß.

Mixed-Volleyballer beim Freiluftturnier in Mensfelden

Zum ersten Mal traten die Mixed-Volleyballer am 11. und 12. Juli als eine von 36 Mannschaften beim 20. Meko-Turnier in Mensfelden (Hessen) an.

Mit einem Sieg im ersten Spiel der Vorrunde begann für das Team der TGO das Turnier. Danach jedoch konnte die Mannschaft nicht mehr ihre eigentliche Leistung zeigen, was nicht nur auf die schlechte Witterung zurückzuführen war. Mit



einem Sieg und vier Niederlagen erreichte die Mannschaft den 5. Platz der in ihrer Vorrundengruppe und spielte in der Finalrunde um die Plätze 25-30.

Am zweiten Tag zeigte sich nicht nur das Wetter von seiner besseren Seite. Nach zwei Unentschieden zum Beginn der Finalrunde gewann die Mannschaft der TGO die restlichen drei Spiele deutlich und sicherte sich den 1. Platz in ihrer Finalrundengruppe. Auf dem 25. Platz der Gesamttabelle beendeten die TGO Mixed-Volleyballer das Turnier.

Für die TGO spielten:

Johanna Grabe, Bianca Groß, Sandra Müller, Birgit Seifert, Stephanie Scholz, Werner Farnung, Christopher Grabe und Stephan Groß

Mixed-Volleyballer starteten mit 2 Teams in Attenhausen

Bereits zum 14. Mal starteten am ersten Juli-Wochenende die Mixed-Volleyballer beim Freiluftturnier des TuS Attenhausen, dem größten Freiluftturnier in Rheinland-Pfalz. Trotz einiger verletzungsbedingter Ausfälle konnten zwei TGO-Teams antreten und ihren Teil dazu beitragen, dass insgesamt 78 Mannschaften am Start waren.

Bereits am Freitag erfolgte die Anreise. Bepackt mit Zelten, Pavillons und sogar einem Wohnwagen, waren die Volleyballer der TGO gut gerüstet



für die zwei Tage und Nächte auf dem Sportplatz in Attenhausen.

Nach einer kurzen Nacht mit wenig Schlaf begann das Turnier am Samstag pünktlich um 10 Uhr. Die erste Mannschaft erwischte in der Vorrunde eine sehr starke Gruppe, unter anderem mit den Mannschaften des VC Lahnstein I und der Uni Mainz.

Mit einem Sieg, einer Niederlage und drei Unentschieden erreichte die 1. Mannschaft mit einem Satzpunkterhältnis von 10:10 die Finalrunde und spielte dort um Platz 43 – 48.

In der Finalrunde konnte die 1. Mannschaft drei Sätze für sich entscheiden und belegte in der Abschlusstabelle den 46. Platz.

Die zweite Mannschaft der TGO konnte in den Vorrundenspielen leider nur ein Spiel gewinnen, jedoch waren einige Ergebnisse dermaßen knapp, das mit ein wenig Glück auch der ein oder andere zusätzliche Satzgewinn möglich gewesen wäre. So spielte die 2. Mannschaft in der Finalrunde um die Plätze 61-66.

Für die TGO spielten:

TG Oberlahnstein I – Die Fantastischen 6:

Bianca Groß, Julia Hommer, Stephanie Scholz, Werner Farnung, Christopher Grabe, Stephan Groß

TG Oberlahnstein II – Die anderen Fantastischen 6:

Oliver Klesing, Patrick Reichert, Andreas Ronig, Birgit Grabe, Sandra Müller, Birgit Seifert, Sarah Stauch



TGO auf Tour durch die Sächsische Schweiz



Im Rahmen einer achttägigen Studienreise hatte sich in diesem Jahr eine große Gruppe TGOler unter der Leitung von Übungsleiterin Brigitte Zulauf als Ziel die Sächsische Schweiz ausgewählt.

In der Stadt Pirna, auch Tor zur Sächsischen Schweiz genannt, wurde ein typischer Landgasthof als Ausgangspunkt bezogen. Gleich am ersten Tag nach der Anreise ging es voller Erwartungen nach Dresden. Hier wurde der Gruppe unter kompetenter Führung die historische Altstadt mit Zwinger, Semperoper sowie der Kreuz- und Frauenkirche gezeigt und deren Geschichte erklärt. Ein Highlight war die Teilnahme an einer Orgel-Andacht mit Orgelkonzert in der Frauenkirche. Voller Erwartungen ging es dann am nächsten Tag zum Elbsandsteingebirge, mit Besichtigung der Bastei und der Festung Königstein. Den Abschluss des Tages bildete eine Fahrt mit der ältesten größten Raddampferflotte der Welt von Königsstein bis Pirna.

Durch die geographische Nähe bedingt wurde auch eine Tagesfahrt zum großen Spreewald-Hafen mit entsprechender Bootsfahrt unternommen. Man fühlte sich fast wie in Venedig, denn so steuerten die Gondolieri die kleinen Boote durch die Kanäle. Einen Besuch im tausendjährigen Meiß, der Stadt mit der Erfindung des europäischen Porzellans, den vielen Kunstwerken aus Jahrhunderten im Porzellanmuseum, dem Schloss Pillnitz und der Moritzburg hinterließen tiefe Eindrücke. Prag zu besuchen war selbstverständlich und



unter ortskundiger Führung wurden die Sehenswürdigkeiten der tschechischen Hauptstadt, wie Prager Burgberg, Hradschin mit St. Veitsdom, Wenzelskapelle, Vladislavsaal, Goldmachergässchen und Loretto-Wallfahrtskirche erklärt. Auch die Altstadt, Jüdischer Friedhof, Karlsbrücke und die Adelspaläste waren beim Besuch der Stadt im Programm. Schnell vergingen die ereignisreichen Tage und man wollte ja auch noch die Stadt Bautzen, das kleine Nürnberg im Norden, mit den vielen Türmen (auch Stadt der Türme) sehen und kennenlernen.

Überrascht von der Schönheit der Stadt und all den Eindrücken in der Sächsischen Schweiz mit dem Schwerpunkt Dresden ging es dann zurück zum Kofferpacken. Die Gelegenheit nutzend wurde noch ein kurzer Aufenthalt in Weimar ermöglicht, bevor die Lahnsteiner nach einer ereignisreichen Woche wieder in Lahnstein eintrafen.





Rope Skipper auf Platz 10 beim DTB-Bundesfinale

Für das Bundesfinale, auch „kleine deutsche Meisterschaft“ genannt, qualifizierte sich Katharina Usczeck als Siegerin der Landesmeisterschaften des Turnverbandes Mittelrhein in der Wettkampfklasse E 2.

Zusammen mit Jana Paffenholz (TV Rheinbrohl) ging es als Vertreter des Turnverbandes Mittelrhein zum ausrichtenden SV Bayer Wuppertal. In dieser Wettklasse sind zu springen: drei Geschwindigkeitsdisziplinen, 30 Sekunden Speed, 30 Sekunden Double Under sowie 180 Sekunden Speed, sowie eine auf Musik gesprungene Kür von 75 Sekunden, die von sechs Kampfrichtern hinsichtlich der Schwierigkeitsgrade der gezeigten Sprünge und Kombinationen, Kreativität und Technik bewertet wird.

Hervorzuheben sind die Leistungen von Katharina Usczeck in Speed-Disziplinen, die sie sehr sicher und ohne Fehler absolvierte. Danach belegte sie den siebten Platz. Erwartungsgemäß lagen die

Wertungen der Kür (freestyle) unter dem Niveau der Speed-Ergebnisse. Am Ende belegte die TGO-Springerin den guten 10. Platz.

Seit Anfang 2009 findet in Zusammenarbeit mit dem TV Rheinbrohl ein monatliches Stützpunkttraining statt unter der Leitung von Leonie Kossmann, 12. der diesjährigen Deutschen Meisterschaften, sowie Venja Schlottau. Ziel dieser vereinsübergreifenden Kooperation ist es, mittel- und langfristig die talentierten TGO-Nachwuchsspringerinnen an die deutsche Spitze des Rope Skippings heranzuführen.

Wer sich einmal einen bemerkenswerten Eindruck über absolute Spitzenleistungen im Rope Skipping verschaffen möchte, kann sich unter:

www.youtube.de, rope skipping, Sebastian deeg

schlau machen!



Rope-Skipper erfolgreich bei Mittelrhein-Meisterschaften

In Traben-Trarbach fanden die Meisterschaften 2009 des Turnverbandes Mittelrhein in den Wettkampfklassen E 4 und E 3 statt. Es nahmen insgesamt 65 Springerinnen aus den Vereinen TV Rheinbrohl, Mackenrodt, Seesbach, Kirn, Kröf, Oberstein und der Turngemeinde Oberlahnstein teil.



Elisabeth Quraishi schaffte in ihrem ersten E 3-Wettkampf den Sprung auf das Siegerpodest und holte den Meistertitel nach Lahnstein. Alina Usczeck wurde Vizemeisterin. Pia Wöhner verfehlte nur ganz knapp mit 28 Punkten die Bronzemedaille.

Neben den drei Geschwindigkeitsdisziplinen, 30 Sekunden Speed, 30 Sekunden Double Under sowie 120 Sekunden Speed, zeigten die Springerinnen der TGO ihre auf Musik gesprungenen Küren.

Die Küren werden von sechs Kampfrichtern hinsichtlich der Schwierigkeitsgrade der gezeigten Sprünge und Kombinationen sowie auf ihre Kreativität und Technik bewertet.

Als Kampfrichterinnen für die TGO nahmen neben Sabrina Storz erstmals auch Marie Enkirch und Katharina Usczeck nach ihrer bestandenen Prüfung teil.



Die Ergebnisse:

Altersklasse 3 E 3

- | | |
|-----------------------|--------------|
| 1. Elisabeth Quraishi | 1.313 Punkte |
| 4. Pia Wöhner | 1.202 Punkte |

Altersklasse 4 E 3

- | | |
|------------------|--------------|
| 2. Alina Usczeck | 1.279 Punkte |
| 8. Kim Überrück | 1.061 Punkte |

Altersklasse 3 E 4

- | | |
|-------------------|------------|
| 5. Sophia Zobel | 352 Punkte |
| 8. Carolin Thiel | 338 Punkte |
| 10. Jessica Jäger | 314 Punkte |



Meisterehren für TGO-Rope-Skipperinnen



Am 15.11.2009 richtete die TG Oberlahnstein die 9. Rope Skipping Meisterschaften des Turnverbandes Mittelrhein vor großer Kulisse in der Sporthalle Oberwerth aus. Fünf TGO-Springerinnen traten in der Wettkampfkategorie E 2 an, in der sie sich für das Bundesfinale des Deutschen Turnbundes qualifizieren konnten.

Es waren drei Geschwindigkeitsdisziplinen zu absolvieren: 30 Sekunden Speed, 30 Sekunden Double Under sowie 180 Sekunden Speed, sowie eine auf Musik gesprungene Kür von 75 Sekunden, die von sechs Kampfrichtern hinsichtlich der Schwierigkeitsgrade der gezeigten Sprünge und Kombinationen, der Kreativität und Technik bewertet wurde.

Alina Usczeck zeigte in allen Disziplinen durchgängig souveräne Leistungen und wurde verdient mit 1.396 Punkten (171 Punkte Vorsprung vor der Zweitplatzierten) Mittelrheinmeisterin. Umso bemerkenswerter ist dieser Erfolg, da Ali-

na erstmals in dieser höheren Wettkampfkategorie startete.

Die Springerinnen Elisabeth Quraishi (Platz 9), Pia Wöhner (Platz 11) und Kim Überrück-Fries (Platz 17) starteten ebenfalls erstmals in E 2, jedoch in der Altersklasse 3. Die guten, im Training gezeigten Leistungen, konnte leider keine der drei Springerinnen durchgängig im Wettkampf abrufen, vielleicht aus Nervosität, aber auch krankheitsbedingt. Nun gilt es, die positiven Trainingsleistungen zu stabilisieren.

Katharina Usczeck konnte in ihrer Altersklasse auf den guten Ergebnissen der Geschwindigkeitsdisziplinen aufbauen und präsentierte ihre Kür in sicherer Ausführung. Wegen zu niedriger Schwierigkeitsgrade fiel sie vom bis dahin ersten Platz auf den zweiten zurück und wurde Vizemeisterin des Turnverbandes Mittelrhein und erreichte somit zum zweiten Mal in Folge die Qualifikation zur Teilnahme am Bundesfinale des Deutschen Turnbundes.



**Unsere erfolgreichen Teilnehmerinnen bei den
9. Rope Skipping Meisterschaften
des Turnverbandes Mittelrhein:**

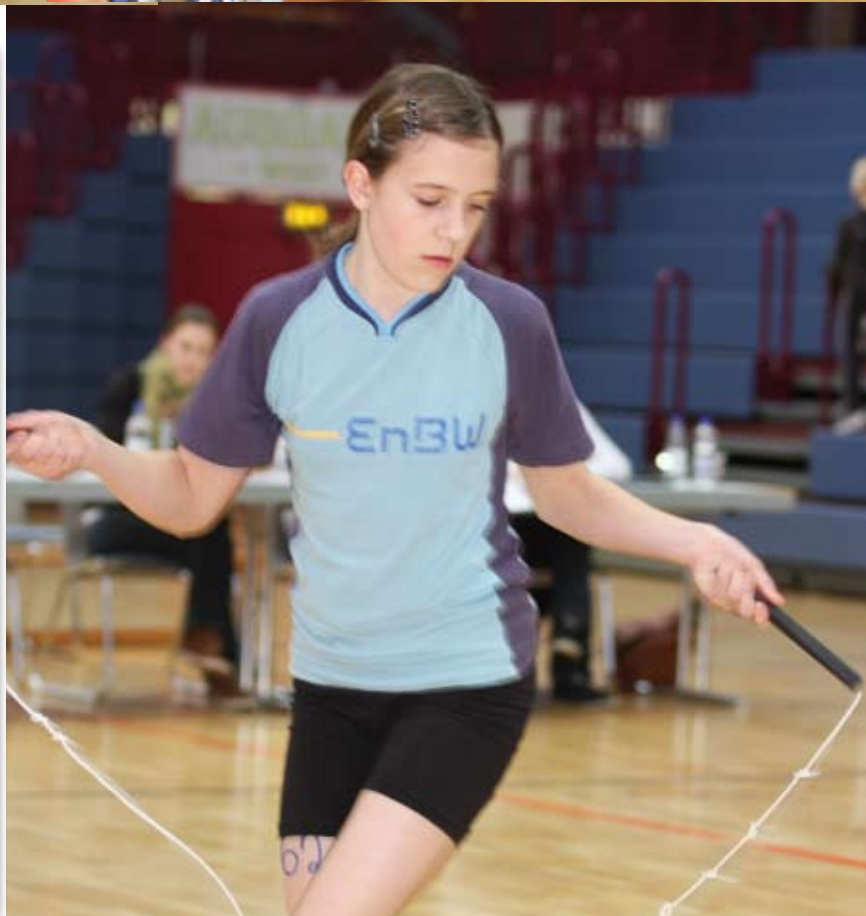
**Alina Usczeck,
oben links**

**Elisabeth Quraishi,
oben rechts**

**Pia Wöhner,
Mitte rechts**

**Kim Überrück-Fries,
unten links**

**Katharina Usczeck,
unten rechts**



TGO-Kunst- und Turmspringer bei den Deutschen Meisterschaften

Knapp den 3. Platz im Kunstspringen vom 1m-Brett verpaßte Frank Thielen bei den Deutschen Meisterschaften 2009 der Masters in Riesa - knapp drei Punkte mehr hätten für eine Medaille gereicht. So wurde es der 4. Platz, neben drei 5. Plätzen jeweils im Springen vom 3m-Brett, vom Turm und in der Kombination (jeweils AK 45).



Highlight des mit ca. 170 Meldungen gut besuchten Wettbewerbs war aber das erstmals im Masters-Bereich ausgetragene Synchronspringen. Zehn Paare starteten mit jeweils vier Sprüngen vom 3m-Brett in der AK 20-49, wobei es bei diesem Wettkampf eher auf die Synchronität der beiden Springer als auf die Schwierigkeitsgrade der vier



Sprünge ankam. So gewann die Paarung Ilona Peters/Simone Heinecius aus Dresden, obwohl sie nicht die höchsten Schwierigkeitsgrade im Programm hatten.

Der TGO-Springer Frank Thielen startete mit Gabriella Gulyas aus Köln, mit der er an der Deutschen Sporthochschule Köln an mehreren Wochenenden zusammen trainiert hatte.

Die Mühe und die weiten Fahrtwege wurden durch einen sechsten Platz belohnt, noch deutlich vor Eva Schübel/Dieter Dörr aus Gelnhausen, die auf Rang neun landeten.

Da die Meisterschaften als „Offene“ ausgetragen wurden, traten auch Teilnehmer aus den Niederlanden, aus Frankreich und Ungarn an.

In Vorbereitung der Deutschen Meisterschaften waren die TGO-Springer auch bei internationalen Wettbewerben im Ausland angetreten, um Erfahrung zu gewinnen. Im März 2009 bei den „Open Dutch Master Diving Championship“ gab es einen 12. Platz vom 3m-Brett, Platz 11 vom 1m-Brett und den 9. Rang vom Turm (jeweils AK 40-49).

Zwei Monate später fand in Luxemburg das „Tournoi International de Plongeon“ statt, bei dem es vom 3m-Brett einen 4. Platz gab. Leider verpaßte Frank Thielen vom 1m-Brett seinen einhalbfachen Delfin-Salto, so daß er dadurch am Ende in dieser Disziplin auf Platz 9 abrutschte (jeweils Offene Klasse).



Leichtathleten der TGO beim Frühjahrsklassiker Rhein-Lahn-Volkslauf

Bei frühlingshaften Temperaturen gingen im Februar 2009 18 Leichtathleten der TG Oberlahnstein (TGO) beim mittlerweile 26. Rhein-Lahn-Volkslauf des BBC Horchheim an den Start.

Nach den beiden Läufen der SchülerInnen der Josef-Mendelssohn-Grundschule Horchheim, zu denen auch sechs Leichtathleten der TGO gehörten, fanden die Wettkämpfe der Schülerinnen und Schüler aus den Vereinen statt.

Im ersten Lauf starteten 42 Mädchen zwischen sechs und vierzehn Jahren. Die siebtschnellste Zeit lief in diesem Lauf Katharina Wenzel, die in ihrer Altersklasse W 12 sogar den zweiten Platz belegen konnte. In der gleichen Alterstufe kam Kristina Eibel auf den vierten Platz.

In der Altersklasse W 10 platzierten sich Lilia Geis auf dem 5. und Sina Schneider auf dem 8. Platz. Als jüngste Teilnehmerin der TGO kam Enna Geis auf den 8. Platz in der Klasse W 8.

Auch die Jungen konnten mit ihrer Leistung sehr zufrieden sein. Allen voran Roman Rätz, der als zweiter seines Laufs (44 Starter) ins Ziel kam und bester seiner Altersstufe M 12 wurde. Auch Jonah Horch und Maximilian Eibel liefen ein prima Rennen und kamen in ihren Altersklassen auf einen 4. bzw. 5. Platz.



Neben den verdienten Urkunden konnten sich alle Teilnehmer auch über eine Medaille freuen.

Erfreulich war auch, dass sich vier Väter von

ihren Kindern motivieren ließen, den 10 km – Hauptlauf zu absolvieren.



Neues Vorstandsmitglied: Olaf Schaub

Alter: 38 Jahre

Sternkreiszeichen: Steinbock

im Verein seit: 1984

welche Sportarten im Verein betrieben:

Handball und Leichtathletik

welche Ehrenämter /Trainertätigkeiten:

Vorstand / Sportausschuss und

Trainer Handball-D-Jugend

Angaben zu Beruf und Familie: Diplom-Volkswirt, Stadtverwaltung Koblenz,

verheiratet mit Stefanie, 1 Sohn Christian

Hobbies: Handball D-Jugend, Sport treiben, Passivsport

Lieblingsbuch: Der verratene Sport

Lieblingfilm: Herr der Ringe

TGO und Physiodom auf der Lahnhöhe arbeiten zusammen

Seit dem 01. April 2009 können Mitglieder der TG Oberlahnstein, zu einem ermäßigten Beitrag von 25 € monatlich an zwei Tagen und den Wochenenden im Physiodom auf der Lahnhöhe zu trainieren.

Eine entsprechende Vereinbarung wurde von der 1. Vorsitzenden Annerose Thörmer und Vertretern des Physiodoms unterzeichnet.



TGO-B-Jugend sicherte sich Verbandsliga-Titel



Durch zwei Siege gegen den TVFL Sinzig-Remagen sicherte sich im Frühjahr 2009 die männliche Handball-B-Jugend der TG Oberlahnstein die Verbandsliga-Meisterschaft.

hinten v.l.n.r.: Trainer Georg Herbel, Jan-Philip Peter, Jonas Heiner, Sebastian Eibel, Andreas Will, Christian Klaedtke, Joscha Senking, Christian Baur, Florian Retz, Colja Ibrón, Trainer Bernd Beuttenmüller,
vorne v.l.n.r.: Maurice Hourle, Daniel Schmidt, Thomas Klaedtke, Manuel Piroth, Fabian Kalt, Lukas Beuttenmüller

D-Jugendhandballer belegen 2. Platz am Vogelsberg

Ein sportlich erfolgreiches Pfingstwochenende hatten die D-Jugendhandballer der Turngemeinde Oberlahnstein hinter sich gebracht.

Nachdem der TGO-Tross am frühen Samstagmorgen in Ortenberg (Wetteraukreis) angekommen war, begannen nach dem Aufbau der Zelte die spannenden Spiele um den Turniersieg in der Altersklasse der männlichen D-Jugend.

Während im ersten Spiel die Mannschaft der TSG Eppstein mit 6:2 geschlagen wurde, erfolgte anschließend die große Ernüchterung. Mit der offenen Spielweise der TSG Eddersheim kamen die Jungs vom Rhein-Lahn-Eck zu keiner Zeit zu Recht und das Spiel ging mit 9:13 verloren.

Durch die anschließenden Siege gegen die gastgebende JSG Büdingen/Bleichenbach (8:4) und

den TSV Klein-Auheim (8:7) konnte mit letztlich 6:2 Punkten und einem Torverhältnis von 31:26 der zweite Platz gesichert werden.



Hintere Reihe von links: Trainer Olaf Schaub, Jonas Waldmann, Christian Schaub, Daniel Eschenbrenner, Florian Hierse, Tobias Radermacher, Gabriel Brühl, Trainer Thomas Hoffmann
Vordere Reihe von links: Dominik Hoffmann, Lukas Obel, Florian Riebesell

D-Jugend-Handballer auf 3. Platz EVM-Cup Finale knapp verpasst

„Einfach mal hinfahren und schauen wo die Mannschaft steht“ Unter dieser Prämisse sind die D-Jugend-Handballer der TG Oberlahnstein zum diesjährigen Qualifikationsturnier des EVM-Cup nach Puderbach angereist.



Gleich im ersten Spiel kam es zu einer knappen 6:7 Niederlage gegen den späteren Turniersieger HSG Altenkirchen-Weyerbusch, welche den Druck auf die Mannschaft vom Rhein-Lahn-Eck erhöhte. Die Chance auf einen der ersten beiden Plätze wurde durch ein 12:7 gegen die gastgebenden SF Puderbach aufrechterhalten, so dass die Vorentscheidung im dritten Spiel gegen den TV Vallendar fallen musste. Nach einem schwachen Start und einem 0:3- Rückstand gelang es der TGO nicht mehr ins Spiel zu finden und sie mussten sich letztlich mit 8:6 geschlagen geben. Damit war die Qualifikation für das Endturnier nicht mehr möglich und das letzte Spiel gegen die TuS Westerburg (2:0) war ohne Bedeutung.

Für die TGO spielten:

Tobias Radermacher (TW), Florian Hirse, Christian Schaub (11), Jonas Waldmann (4), Gabriel Brühl, Dominik Hoffmann (5), Florian Riebesell (3), Daniel Eschenbrenner (1)

Interessierte Jugendliche der Jahrgänge 1997/1998 sind zu einem Probetraining herzlich willkommen.

(Montag: Turnhalle Goetheschule, 18.00 – 19.00 Uhr; Donnerstag: Turnhalle Schulzentrum, ab 18.15 Uhr) - Infos auch unter 02621 – 4139

Zwei TGO-Handballteams bei Rasenturnier in Bonn

Ein sportlich erfolgreiches Turnierwochenende verbrachten die C-Jugend- Handballer und A-Jugend Handballerinnen im Juni 2009 im nordrhein-westfälischen Bonn-Geislar. Die Mannschaft um Trainerin Jutta Beuttenmüller reiste am Samstag, den 20.06.2009 bereits morgens in Bonn an, um nach erfolgreichem Zeltaufbau, das Turnier um 13.00 Uhr zu beginnen. In dieser Jugendklasse waren neun Mannschaften gemeldet.



Bereits im ersten Spiel hatte die TGO unglücklicherweise das Nachsehen und verlor auf regennassem Rasen mit 6:9 gegen den TSV Bonn. Im zweiten Spiel ging es dann gegen die HSG Siebengebirge Thomasberg. Leider mussten sich die Jungs auch dort geschlagen geben (6:9). Trotz einer etwas deprimierten Stimmung gewannen die Lahnsteiner dann die folgenden vier Spiele mit 8:4 (gegen HSV Troisdorf); 11:0 (gegen Neunkirchen); 7: 4 (gegen TSV Bonn rrh II) und 13:2 (gegen Garather SV)klar. Im vorletzten Spiel ging es darum, wer Platz drei belegt. Leider verlor die TGO, trotz eines sehr guten Spiels, gegen den TSV Norf mit 9:12 und der Traum vom 3.Platz war geplatzt. Mit etwas Wut im Bauch wurde dann allerdings der Heimverein der HSG Geislar/ Oberkassel mit 9: 2 deutlich geschlagen. Dies bedeutete Platz vier in der Endabrechnung.

Für die TGO spielten:

Janosch Zmely (TW), Nils Beuttenmüller (TW),Max Hrobarsch (23), Finn Überrück-Fries (13),Daniel Hartmann (18), Marc Kimmel (2), Till Rohrbach (5), Felix Weber (5), David Niel (4).

Die weibl. A-Jugend reiste sonntags an, da deren Turnier um 14:00 Uhr starten sollte. Leider spielte das Wetter nicht so mit, und das erste Spiel wurde erst gegen 14:30 Uhr angepfiffen. Acht weibliche A-Jugendteams waren gemeldet und wurden in zwei Gruppen á vier Teams eingeteilt.



Die ersten beiden der Gruppen spielten dann im Halbfinale. Mit neuem Trainer (Gerd Waldvogel) wollte man das Erlernte auch umsetzen und gewann das erste Spiel mit 2:1. Die Mannschaft freute sich riesig über diesen Sieg, da sie seit Jah-

ren kein Spiel mehr gewonnen hatte. Ein toller Einstieg für die Mädels um Gerd Waldvogel! Leider verlor man dann die nächsten beiden Spiele, so dass in der Vorrunde bereits das Aus kam. Trotz allem fuhr man hoch motiviert nach Hause.



TGO Handballer qualifizieren sich für Rheinland-Auswahl

Die Jugendarbeit bei den Handballern der TGO brummt. Mit Max Hrobarsch und Finn Überrück-Fries, beide Jahrgang 1996, qualifizierten sich zwei der Talente für die Auswahl des Handballverbandes Rheinland.

Nachdem bei Sichtungen sowohl spielerische als auch koordinative Fähigkeiten trainiert worden waren, mussten die Trainer die Entscheidung fäl-

len, welche 20 von den knapp 40 handballbegeisterten Jugendliche eine erneute Einladung erhielten.

Max und Finn durften zusammen mit den anderen Talenten aus den Bereichen Nahe, Mosel und Rhein ihr Können zeigen und lösten in Bitburg die begehrten Tickets für den rheinländischen Elitakader.

Die TGO-Jungs trainieren seit einigen Jahren unter der Leitung von Jutta Beuttenmüller zwei mal wöchentlich und spielen in der männl.C-Jugend. Finn Überrück-Fries ist außerdem noch als Leichtathlet in der TGO aktiv und nimmt auch an Laufveranstaltungen mit Erfolg teil. Max, spielte einige Jahre Fußball bei der SG Eintracht Lahnstein, konzentriert sich mittlerweile aber Ganz auf den Handballsport. Zum Ausgleich spielt er Tennis beim TC Grün-Weiß Braubach.

Die TGO ist stolz auf ihre Jungs und hofft, dass dies ein Ansporn für alle Handballer im Verein ist, weiterhin motiviert diese tolle Sportart auszuüben.





Die jüngsten TGO-Handballer spielen erfolgreich in der Mini-Handballrunde. Bisher haben die Lahnsteiner noch kein Spiel verloren.

Obere Reihe v.l.n.re.: Co-Trainer Daniel Schmidt, Moritz Heiner, Lucy Pluymackers, Kriss Hartenfels, Gianluca Herbel, Celine Meuer, Justin Hartenfels, Louis Herbel, Trainer Sven Herbel

2. Reihe: Louis Krell, Fabian Liss, Erik Putz, Benedikt Dehe, Marc Rodenberg, Philipp Noll.

Vorne knieend: Vincenzo Quinto

Es fehlen: Luca Alt, John Hilber, Christian Kadenbach

Männliche C-Jugend

Im bisherigen Verlauf der Qualifikationsrunde zur Leistungsklasse gab es drei Siege und leider auch drei Niederlagen, wobei das Spiel in Mülheim-Kärlich unnötig abgegeben wurde. Bei noch einem ausstehendem Spiel der Qualifikation, ist das Saisonziel Leistungsklasse wahrscheinlich nicht mehr zu erreichen.



Hinterer Reihe von links: Sponsor Thomas Zmelty, Max Hrobarsch, Finn Überrück-Fries, Daniel Hartmann, Philipp Karbach, Till Rohrbach, Marc Kimmel, Sponsor Christoph Andes,

Vordere Reihe von links: Felix Weber, Lars Nicolai, Nils Beuttenmüller, Janosch Zmelty, David Niel, Johannes Bach. Es fehlen Arne Hüsing und Stefan Zobel.

Birgit Kauers und Bianca Gross erhalten Zertifikat „DTB Aquafitness-Trainer“

Die Abteilung Aquafitness gibt es schon über ein Jahr bei der TGO. Das Training im Wasser erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Die beiden langjährigen Übungsleiterinnen Bianca Groß und Birgit Kauers haben nun durch eine zusätzliche Qualifikation das Zertifikat DTB Aquafitness-Trainer erhalten.

Hierbei wurden in der einwöchigen Ausbildung ihr Wissen erweitert und vertieft. Die anschließende theoretische und praktische Prüfung haben beide mit Bravour gemeistert und somit den Titel DTB Aquafitness-Trainer erworben.

Der Aquafitness-Gesundheitskurs ist mit dem Pluspunkt Gesundheit ausgezeichnet. Das heißt, dass einige Krankenkassen die Kursgebühr teilweise oder sogar ganz zurückerstatten.



TGO-Vereinausflug zum Europa-Park Rust

Am 12. September 2009 fuhren 50 Personen bei der Tagesfahrt der Turngemeinde Oberlahnstein unter Leitung und Planung von Walter Steil und Annegret Hermann zum Europapark Rust.

Nach der Abfahrt um 5.00 Uhr ab dem Turnerheim in Oberlahnstein trafen die meist jugendlichen Teilnehmer gegen 9.00 Uhr am Zielort Rust an, wo es für die ganz Unerschrockenen die ein oder andere heftige Achterbahn zu erleben gab.

Die älteren, oder ganz jungen Teilnehmer ließen es dann doch lieber geruhsamer angehen, da es im größten Erlebnispark Deutschlands auch genügend Möglichkeiten gibt, die Zeit kurzweilig zu gestalten.

Die Profis hatten nicht wegen schlechten Wetters, sondern wegen diverser Wasserbahnen die Regenjacke und auch die Regenhose im Gepäck. Das Wetter spielte auch noch mit. Bei Sonne und gut 20 Grad konnten die Teilnehmer einen wunderschönen Spätsommertag genießen.

Um 18:15 Uhr wurde dann pünktlich die Heimreise angetreten und gegen 22:30 Uhr trafen die TGOler nach einem erlebnisreichen und kurzweiligen Tag wieder am Vereinsheim ein.



Impressionen vom Deutschen Turnfest Frankfurt 2009



TGO-Film und TGO-Chronik

125 Jahre Turngemeinde Oberlahnstein
50 Jahre TGO Fanfarenzug

Preis: 25,00 €

TGO-Chronik

125 Jahre Turngemeinde Oberlahnstein
50 Jahre TGO Fanfarenzug
zusammengestellt von
Thomas Grebel und Ludwig Meier



TGO-Film (DVD oder VHS)

125 Jahre Turngemeinde Oberlahnstein -
50 Jahre TGO Fanfarenzug
inklusive Beiträgen aus allen Abteilungen der
Turngemeinde

Preis: 19,50 €



**Alle vorgestellten Artikel sind ausschließlich im TGO-Geschäftszimmer erhältlich -
(Öffnungszeiten: immer mittwochs von 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr)**



TGO... immer in Bewegung

Wanderung der Tischtennisabteilung

Im September unternahm die komplette Hobbymannschaft der TGO-Tischtennisabteilung inklusive Lebenspartner einen Tagesausflug. Tischtennisspieler/innen können nicht nur gut Tischtennis spielen, sondern auch sehr gut eine Wanderung organisieren.

So traf man sich vormittags am Bahnhof in Oberlahnstein und fuhr mit dem Zug nach Filsen. Zuvor wurden noch die Rucksäcke mit reichlich Proviant und gutem Wein aus der heimischen Region gefüllt. In Filsen angekommen wurde die Fähre auf die andere Rheinseite nach Boppard genommen. Hier wurde der erste Stopp eingelegt und die ersten Korken knallen gelassen.

Nach einer ausgiebigen Stärkung ging es in Richtung Bopparder Hamm. Am schönsten Punkt der Wanderung angekommen erfolgte eine Pause und es wurden sämtliche Rucksäcke mit Inhalt ausgepackt und vertilgt sowie der wunderschönen Ausblick auf den Rhein genossen. Anschließend ging es dann weiter nach Spay zum Weingut Müller. Dort wurden die Wanderer mit Musik und köstlichem Wein empfangen. Nachdem die TGOler ihren Durst gelöscht hatten nahmen sie das Abendessen direkt neben an im Hotel zur Post ein. Als die Dunkelheit so langsam einbrach, wartete die "Nixe" am Rheinufer und brachte die Wanderer sicher nach Hause.

Auf der Rückfahrt wurden noch schöne Rheinlieder angestimmt, was den wunderschönen Ausflug abrundete.

Herbstwanderung der Donnerstags-Turnerinnen

10 wanderlustige Damen starteten bei leichtem Nieselregen zu ihrer jährlichen Herbstwanderung. Mit der Bahn ging es nach Kaub und von dort über den Rheinsteig nach Lorch.

Der Wettergott hatte bald ein Einsehen und ließ mehr und mehr die Sonne hinter den Wolken hervor. So boten sich herrliche Ausblicke auf den Rhein und die herbstlich bunte Natur.

Einige Erlebnisse sorgten für Abwechslung. So konnte die mutige Übungsleiterin Rita Bender durch den Sprung über einen Zaun den Kopf eines erbärmlich blökenden Schafbocks befreien, der sich in dem Maschendraht verfangen hatte.

Der Abstieg nach Lorch erforderte gute Trittsicherheit und zum Glück lösten sich erst am Ende der Strecke die Schuhsohlen einer Wanderin.

Eine professionelle Reparatur mit Blumendraht –ausgeführt vom einem örtlichen Blumenhändler– brachte keinen nachhaltigen Erfolg.

Nachdem man sich in einem gemütlichen Weinlokal gestärkt hatte, ging es wieder mit dem Zug in Richtung Lahnstein.

TGOler besuchen das Schokoladenmuseum

28 TGOler besuchten mit Übungsleiterin Brigitte Zulauf das Schokoladenmuseum in Köln. Die süße Verführung, wie man auch das Schokoladenmuseum nennt, besteht seit 15 Jahren und liegt einem Schiff gleich nahe beim Kölner Dom und am Anfang des neuen Rheinhafen.

Unter kompetenter Führung wurde der Erlebnischarakter des Museums entsprechend deutlich und dem Besucher der Weg vom Anbau bis zur Ernte von Kakao nahe gebracht.



Bereits in der Maya- und Azteken-Kultur kannte man Kakao und nutzte diese Früchte nicht nur zum Handel, sondern auch für Arznei und zum Kauf von Sklaven. Heute steht die Wirkung von Schokolade auf Körper und Seele im Vordergrund. Einen besonderen Eindruck hinterließ das Tropenhaus, wo Kakaobäume unter tropischem Klima wachsen. Die kleine Blüte kommt direkt aus dem Stamm und die spätere Frucht erreicht die Größe einer Honigmelone. Das Innere der Frucht, die Kakaokerne, werden dann in einem aufwendigen Verfahren Bestandteil von Schokolade, in einer bunten Vielfalt zur süßen Verführung.

Bevor TGOler nach diesem kurzweiligen und informativen Tag die Heimreise antraten war noch ein Besuch im Dom zu Köln Pflicht.



Die Turngemeinde bewegt Lahnsteiner



Am 24.04.2009 wurde die Frühjahrs- und Sommersaison für die Walker und Nordic-Walker eröffnet.

Die TGO veranstaltete ein großes Lauftreffen für Jedermann und Jederfrau. Fachkompetente Übungsleiter und -leiterinnen der TGO standen mit Rat und Tat zur Seite. Die Diabetikerpraxis Kremer-König mit Team betreute die Sportler medizinisch. Blutzuckermessungen und Blutdruckmessungen sowie die Ernährungsberatung fanden praktische Verwendung. Das neue Sportgeschäft „Die Sportbox“ war mit den neuesten Laufschuhen zur Beratung und zum Verkauf mit dabei.

Nach kurzer Begrüßung und einem Aufwärmprogramm schickte Stefanie Muno-Meier, die die Veranstaltung gemeinsam mit Brigitte Zulauf organisiert hatte, die 50 Sportler und Sportlerinnen auf die ca. sieben Kilometer lange Strecke. Im Abstand von fünf Minuten starteten erst die Läufer, dann die Walker und zum Schluß die Nordic-Walker.

Wie immer absolvierten viele das Stundenwalking, andere Teilnehmer werden die gemessenen Laufzeiten für das Sportabzeichen verwenden können.



Entlang von Rhein und Lahn ging es bis zur Fußgängerbrücke hinter dem Schleusenhäuschen. Dort wurden die Läufer von zwei Nachwuchs-



TGOlern „abgestempelt“ und zurückgeschickt. Glücklicherweise traf sich alle wieder im Rhein-Lahn-Stadion.

Hier konnten sich alle Dank der freundlichen Unterstützung durch die Diabetikerpraxis von Frau Dr. Kremer-König und Ihrem Team beraten lassen. Dabei wurde auch der Gesundheitszustand durch Blutzucker- und Blutdruckmessungen überwacht. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen konnten somit selbst erfahren, dass gemeinsamer Sport nicht nur Spaß macht, sondern auch den Gesundheitszustand wesentlich verbessern kann.

Zur Stärkung wurde eine gesunde Sportlermalzeit (Vollkornbrötchen, Äpfel und Getränke) kostenfrei angeboten.

Nach diesem gelungenen Nachmittag waren sich alle einig, dass es im nächsten Jahr wieder heißen soll „run up 2010 mit der TGO“. Mitmachen bei der TGO lohnt sich immer.



Ehrenmitglied Helmut Krämer zum 80. Geburtstag gratuliert

Helmut Krämer - Ehrenmitglied der Turngemeinde Oberlahnstein konnte 2009 seinen 80. Geburtstag feiern. Bereits zum 01.04.1949 wurde er Mitglied in dem heute größten sporttreibenden Verein der Stadt Lahnstein.

Schon in seinen jungen Jahren war er bereit, ehrenamtliche Aufgaben verantwortlich zu übernehmen. So hat er von 1949 - 1955 und von 1969 - 1970 als Abteilungsleiter Tischtennis fungiert und die Magie mit dem weißen Ball weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt gemacht. Gleichzeitig trat er 1955 als Beisitzer in den Vorstand ein und übernahm schon ab 1957 - 1999 das Amt des Schriftwarts (heute Vereinssekretär). In dieser Zeit stellte er seine kaufmännische Erfahrung und sein Wissen um den Sport gleich fünf Vereinsvorsitzenden zur Verfügung.

Zuletzt dem heutigen Ehrenvorsitzenden Dietmar Zulauf allein 16 Jahre. Eine Vielzahl von Auszeichnungen war die Folge. Dies jedoch nicht genug. So war er auch Mitbegründer und aktiver Wanderer der Abteilung mit einer Wanderleistung von über 5000 Kilometern innerhalb Deutschlands. Zum Ausgleich wurde 1980 noch eine Kegelabteilung mit seinem Mitwirken gegründet.



1999 beendete Turnbruder Helmut Krämer sein ehrenamtliches Engagement und wurde zum Dank für seine Lebensleistung für die TGO zum Ehrenmitglied ernannt. Heute genießt der Jubilar seinen wohlverdienten Ruhestand, wobei das Interesse zum Vereinsgeschehen immer noch einen hohen Stellenwert einnimmt.





TGO Volleyballerinnen zu Saisonbeginn vorne dabei

Einen hervorragenden Start in die neue Saison 2009/2010 legten die Damenvolleyballerinnen der Turngemeinde Oberlahnstein hin.

Das von Annegret Hermann und Anja Balthasar trainierte Team belegt nach vier Spielen in der Bezirksklasse Hunsrück einen hervorragenden 3. Platz in der Tabelle, knapp hinter den Teams aus Bad Ems und Sohren. Bei weiterhin konstanter Leistung in den bevorstehenden Spielen ist eine Platzierung unter den Top 3 der Tabelle sicherlich möglich und vielleicht gelingt der noch jungen Mannschaft um Spielführerin Laura Güll auch die Überraschung, einen der beiden Aufstiegsplätze zu belegen.



Weiterer Pluspunkt Gesundheit für die TGO

Seit fast zwei Jahren werden die beliebten Kurse „Bauch-Beine-Po“ unter der Leitung von Birgit Kauers bei der TGO angeboten. Nun wurden diese durch den Deutschen Turnbund mit dem Pluspunkt Gesundheit ausgezeichnet.

Der Pluspunkt Gesundheit ist ein Qualitätssiegel, das Vereine bekommen, die Gesundheitssportprogramme anbieten. Die Teilnehmer haben dadurch den Vorteil, daß einige Krankenkassen die Kursgebühr teilweise oder sogar komplett erstatten.

Der Beginn der nächsten Kurse wird rechtzeitig in der lokalen Presse und auf der Homepage der TGO bekannt gegeben.



www.tgo-lahnstein.de

Kursgebühr beträgt für Mitglieder 15,- €. Nichtmitglieder zahlen für den 10-stündigen Kurs 30,- €.

Eine Vorab-Anmeldung ist auch telefonisch bei der Übungsleiterin Birgit Kauers möglich: Telefon 02621-40562.

Trainingszeiten für den Kurs im Turnerheim TGO, Westallee 9, 56112 Lahnstein:

Kurs Freitags 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Kurs Freitags 20:00 Uhr bis 21:00 Uhr



Gau-Schwimmfest 2009 wieder ein voller Erfolg

Am Sonntag, dem 29.11.2009, war es wieder soweit. Traditionell richtete die Schwimmabteilung der TGO - wie an jedem 1. Advent - ein Gauschwimmfest aus.

Professionell vorbereitet und geleitet durch Erich Weiher nahmen daran neben Mitgliedern der Schwimmabteilung der TGO auch Schwimmerinnen und Schwimmer des befreundeten TVO Idar-Oberstein teil.

Insgesamt lagen 30 Anmeldungen vor, woraus sich aufgrund der überwiegend mehrmaligen Starts der Teilnehmer ein zweieinhalbstündiger und spannender Wettbewerb ergab.

Insbesondere die schwimmerischen Mehrkämpfe, die je nach Alter im Schwim-Drei-, Schwimm-Vier- oder Schwimmfünfkampf mündeten, verlangten ein hohes Maß an Vielseitigkeit von den Teilnehmern. Gilt es doch bis zu drei Schwimmdisziplinen, Streckentauchen und zwei Sprünge zu absolvieren.

Als punktbesten Fünfkämpfer ging Michael Williams vom TVO mit 54,9 Punkten aus den Wettkämpfen hervor. Nach Abschluss der Wettkämpfe stellte sich eine recht deutliche Dominanz der Teilnehmer des TVO heraus, was auch damit zusammenhing, dass die TGO im Jugendbereich zahlenmässig schwächer aufgestellt war.

Im Wahlwettkampf (ohne Sprungdisziplinen) konnten insbesondere Tina Berghäuser, Marc und Kim Eggeling beachtliche Leistungen zeigen.



TRAININGSPLAN

(Stand 23. November 2009)

MONTAG

Uhrzeit	Abteilung	Gruppe / Info	Sportstätte	Übungsleiter
08.30	Nordic-Walking		Parkplatz Allerheiligenberg	Isabella Schäffer
09.00 - 10.00	Pezziballgymnastik		Turnerheim	Brigitte Zulauf
10.15 - 11.15	Venengymn./Beckenbodentr.	Kursangebot	Turnerheim	Brigitte Zulauf
14.00 - 15.30	Seniorentanz		Turnerheim	Helga Ankan
15.30 - 17.00	Kinderturnen	3 - 4 Jahre	Turnerheim	Nadine Herbel
17.00 - 19.00	Handball	männl. D-Jugend	Schulzentrum	Olaf Schaub/Thom. Hoffmann
17.00 - 19.00	Schwimmen	ab Freischwimmer	Hallenbad	Erich Weiher
17.00 - 18.00	Handball	männl. B-Jgd. (15 - 16 J.)	Turnerheim	T. Zielinski
17.00 - 18.30	Handball	Kinder (Jahrgang 2001/2002)	Schulzentrum	Sven Herbel
17.00 - 18.00	Kunst- u. Turnspringen		Hallenbad	Frank Thielen
18.00 - 19.00	Tischtennis	Schüler (bis 14 Jahre)	Turnerheim	Volker Lanz
ab 18.00	Walking	Oktober-April: Rhein-Lahn-Stad.	Parkplatz Rabelstein	Brigitte Zulauf/Paula Blum
19.00 - 21.00	Tischtennis	Aktiv und Hobby	Schulzentrum	Rudi Kessler
19.00 - 21.00	Pfeilball Senioren	Männerturnen	Turnerheim	K.-F. Senff

DONNERSTAG

Uhrzeit	Abteilung	Gruppe / Info	Sportstätte	Übungsleiter
09.00 - 10.00	Venengymn./Beckenbodentr.	Kursangebot	Turnerheim	Brigitte Zulauf
10.30 - 11.30	Mutter-Kind-Turnen	2 - 3 Jahre	Turnerheim	Nadine Herbel
14.30 - 15.30	Kinderturnen	4 - 5 Jahre	Turnerheim	Nadine Herbel
15.30 - 17.00	Kinderturnen	Spiel- und Spaß-Gruppe (Ballsport)	Turnerheim	Nadine Herbel
17.00 - 18.15	Rope Skipping	Kinder	Schulzentrum	Harm. Kilb/B. Enkireh/H. Storz
17.00 - 18.00	Jungenturnen	6 - 8 Jahre	Turnerheim	Falko Heinz
17.45 - 18.30	Kunst- und Turnspringen	Erw. zzgl. Eintrittspreis Hallenbad	Hallenbad	Frank Thielen
18.00 - 19.00	Sportabzeichen		Rhein-Lahn-Stadion	Gerhard Strubel
18.00 - 20.00	Walking		Rhein-Lahn-Stadion	Brigitte Zulauf/Paula Blum
18.00 - 19.00	Jungenturnen	ab 8 Jahre	Turnerheim	Falko Heinz
18.15 - 20.00	Handball	männl. D-Jugend	Schulzentrum	Olaf Schaub/Thomas Hoffmann
18.15 - 20.00	Handball		Schulzentrum	Jutta Beuttenmüller
19.00 - 20.00	Fitness-Aerobic		Turnerheim	Alexander Rempel
19.30 - 20.30	Fanfarenzug	Fanfares	Fanfareraum	Marco Becker/Jürgen Heift
20.00 - 21.30	Frauengymnastik		Schulzentrum	Rita Bender
20.00 - 21.30	Twenty-Plus	Ballschläger f. Jedermann	Turnerheim	Georg Herbel
20.00 - 21.00	Schwimmen	Erw. zzgl. Eintrittspreis Hallenbad	Hallenbad	E. Weiher/J. Schirra/M. Lützenkirchen
20.30 - 21.30	Aqua-Fitness	Kursangebot	Hallenbad	Bianca Groß/Brigit Kauer

DIENSTAG

Uhrzeit	Abteilung	Gruppe / Info	Sportstätte	Übungsleiter
08.30 - 09.30	„Aktiv gegen Osteoporose“	Kursangebot	Turnerheim	Rita Bender
09.45 - 10.45	„Aktiv gegen Osteoporose“	Kursangebot	Turnerheim	Rita Bender
11.00 - 12.00	„Aktiv gegen Osteoporose“	Kursangebot	Turnerheim	Rita Bender
15.30 - 17.00	Kinderturnen	5 - 8 Jahre	Turnerheim	Annegr. Hermann/K. Heinz
16.00 - 17.00	Leichtathletik	gem. 4 - 5 J. Sporthalle JHG (Winter)	Rhein-Lahn-Stadion	Hagen Ritter
17.00 - 18.30	Leichtathletik	gem. 9 - 10 J. Sporthalle JHG (Winter)	Rhein-Lahn-Stadion	Regina Übernick
17.00 - 18.30	Leichtathletik	gem. 7 - 9 J. Sporthalle JHG (Winter)	Rhein-Lahn-Stadion	Tob. Weib-Bollin/Gerh. Strubel
17.00 - 18.30	Handball	weibl. A-Jugend	Schulzentrum	Gerd Waldvogel
17.00 - 18.30	Kinderturnen	7 - 12 Jahre	Turnerheim	Annegr. Hermann/K. Heinz
18.30 - 20.00	Damen-Volleyball		Turnerheim	A. Hermann/A. Löwenstein
18.30 - 20.00	Handball	männl. B-Jugend	Schulzentrum	Bernd Beuttenmüller
18.30 - 20.00	Leichtathletik	gem. 11 - 12 J. Sporthalle JHG (Winter)	Rhein-Lahn-Stadion	Regina Übernick
18.30 - 20.00	Leichtathletik	gem. ab 12 J. Sporthalle JHG (Winter)	Rhein-Lahn-Stadion	Hartmut Kilb
18.45 - 20.00	Pezziballgymnastik		Turnerheim	Brigitte Zulauf
20.00 - 21.30	Damen-Volleyball		Turnerheim	Annegr. Hermann/Anja Balhassar

FREITAG

Uhrzeit	Abteilung	Gruppe / Info	Sportstätte	Übungsleiter
09.45 - 10.45	Venengymn./Beckenbodentr.	Kursangebot	Turnerheim	Regina Übernick
11.15 - 13.15	Tischtennis		Turnerheim	Willi Lambrich
14.00 - 16.00	Erlebnissport	Jungs ab 7 Jahre	Turnerheim	Thorsten Zielinski
17.00 - 18.30	Leichtathletik	Sporthalle JHG (Winter)	Rhein-Lahn-Stadion	Hartmut Kilb
17.00 - 18.30	Handball	weibl. A-Jugend	Schulzentrum	Gerd Waldvogel
18.00 - 19.00	Konditionsgymnastik m. Musik		Turnerheim	Marlene Feider
18.30 - 20.00	Handball	männl. B-Jugend	Schulzentrum	Bernd Beuttenmüller
19.00 - 20.00	Bauch-Beine-Po	Kursangebot (1. Kurs)	Turnerheim	Brigit Kauer
19.00 - 20.00	Fanfarenzug	Trommler	Fanfareraum	Jürgen Heift/Andrea Brauner
20.00 - 21.30	Handball	Herren	Schulzentrum	Bernd Beuttenmüller
20.00 - 21.45	Mixed-Volleyball		Schulzentrum	Stephan Groß
20.00 - 21.00	Fanfarenzug	Gesamprobe	Fanfareraum	Dietmar Macher
20.00 - 21.00	Bauch-Beine-Po (2. Kurs)	Kursangebot (2. Kurs)	Turnerheim	Brigit Kauer

MITTWOCH

Uhrzeit	Abteilung	Gruppe / Info	Sportstätte	Übungsleiter
08.30 - 09.30	Senioren-gymnastik		Turnerheim	Anerose Thörner
10.00 - 11.00	Senioren-gymnastik		Turnerheim	Manfred Kuschewski
17.00 - 18.30	Rope Skipping	Leistungsgruppe	Turnerheim	Hartmut Kilb
18.00 - 19.30	Handball	männl. C-Jugend	Goethe-Schule	Jutta Beuttenmüller
18.30 - 20.00	Nordic-Walking	Rhein-Lahn-Stadion (Winter)	Waldteig „Hinter Lahnneck“	Steffi Muno-Meier
18.45 - 19.45	Pilates	Kursangebote im Wechsel	Turnerheim	Rita Bender
18.45 - 19.45	Step-Aerobic	Kursangebote im Wechsel	Turnerheim	Rita Bender
19.00 - 21.45	Mixed-Volleyball		Schulzentrum	Stephan Groß
19.00 - 20.00	Aerobic	Kursangebot (Anfänger)	Schulzentrum	Bianca Groß
20.00 - 21.45	Damen-Volleyball		Schulzentrum	Annegr. Hermann/Anja Balhassar
20.00 - 21.45	Jedermannsport	Goethe-Schule (Winter)	Sporpl. Dienes-B.-Kaserne	Jürgen Keiper/Maik Kirchner
20.00 - 21.30	Frauengymnastik		Turnerheim	Mecht. Bungert/P. Zimmermann

SA

Uhrzeit	Abteilung	Gruppe / Info	Sportstätte	Übungsleiter
	Wandern	Termine im Wanderplan		Karl-Friedrich Senff
11.00 - 12.00	Bodyforming		Turnerheim	Alexander Rempel
12.00 - 13.00	Rücken-Fit		Turnerheim	Alexander Rempel
14.00 - 16.00	Rope-Skipping		Turnerheim	Bernd Enkireh
17.30 - 19.30	Tischtennis		Turnerheim	Willi Lambrich
18.00 - 19.30	Schwimmen	Erw. zzgl. Eintrittspreis Hallenbad	Hallenbad	E. Weiher/J. Schirra/M. Lützenkirchen
18.00 - 19.30	Kunst- und Turnspringen		Hallenbad	Frank Thielen

SO

Uhrzeit	Abteilung	Gruppe / Info	Sportstätte	Übungsleiter
08.30 - 10.00	Männerturnen		Turnerheim	Gerhard Strubel