



SEPA

Ab dem **01.02.2014** werden in Deutschland mit SEPA, dem einheitlichen Euro-Zahlungsverkehrsraum, neue, europaweit einheitliche Verfahren für den bargeldlosen Zahlungsverkehr (Überweisungen, Lastschriften) eingeführt. Das bisherige nationale Lastschriftverfahren wird durch das SEPA-Lastschriftverfahren ersetzt.

Ab diesem Datum muss auch die TG Römerstadt Überweisungen und Lastschriften nach dem SEPA-Verfahren durchführen.

Das Wichtigste aber zuerst:
Für Sie ändert sich hierdurch nichts – Ihre Beiträge werden so bequem und sicher wie bisher abgebucht!

Die wichtigsten Informationen finden Sie im separaten Kasten auf Seite 2.

Die Mitgliedsbeiträge buchen wir – soweit uns Einzugsermächtigungen vorliegen - weiterhin per Lastschrift ab. Die uns erteilten Einzugsermächtigungen werden wir ab dem 01.02.2014 als SEPA-Lastschriftmandat für Ihre Bankverbindung verwenden.

Sie erkennen unsere Beitragseinzüge nach dem 01.02.2014 an unserer **Gläubiger-Identifikationsnummer DE36TGR00000371510** und an Ihrer persönlichen **Mandatsreferenznummer**, die wir mit der letzten Abbuchung nach dem bisherigen Verfahren Anfang Januar auf ihrem Kontoauszug mitteilen. Sie besteht aus der Mitgliedsnummer des Hauptmitglieds (endet mit einer Null) und einem angefügtem Datum (Bsp.: **Mandatsreferenznummer: 0098760 / 01.01.2014**). Der im Januar abgebuchte Beitrag entspricht

auch ihrem Standardbeitrag für die späteren SEPA-Lastschriften. Der bisherige Abbuchungsrhythmus (viertel-, halb- oder ganzjährig) bleibt wie bisher bestehen. Die SEPA-Lastschrift wird immer am 10. des Abbuchungszeitraumes durchgeführt. Fällt der Fälligkeitstag auf ein Wochenende oder einen Feiertag, gilt der nächste Werktag als Fälligkeitstag. Sie sollten an diesem festen Termin eine ausreichende Kontodeckung garantieren, da wir ansonsten fällige Rücklastgebühren der Banken (z. Zt. 3,00 €) an Sie weitergeben müssen.

Sollte sich der abzubuchende Betrag, z.B. wegen anfallender Mahngebühren bei unzureichender Kontodeckung, für das nächste Quartal ändern, erhalten Sie hierüber eine separate Information.

Bei **Überweisungen** von Ihnen auf unser Vereinskonto muss nun statt der bisherigen Kontonummer und Bankleitzahl des Vereins die **IBAN** (internationale Bankkontonummer) angegeben werden. Sie setzt sich aus einem Länderkennzeichen (zweistellig: DE), einer individuellen Prüfziffer (zweistellig), der bisherigen Bankleitzahl (achtstellig) und der bisherigen Kontonummer (zehnstellig) zusammen.

Die neuen Kontodaten werden Sie ab dem 2014 auch auf unseren Anmeldeformularen und den Briefen finden.

Soweit Sie Ihre Mitgliedsbeiträge per **Dauerauftrag** zahlen, werden diese in der Regel durch das kontoführende Kreditinstitut umgestellt, sodass Sie sich um nichts kümmern müssen.

Werner Naumann

Aus dem Inhalt

| | |
|------------------------------------------------------------------------|------|
| Wichtige Infos zum SEPA | |
| Volleyball-Rundenstart..... | S. 2 |
| Sport- und Vereinssplitter, Aktiv bis 100..... | S. 3 |
| AROHA® und Gedächtnistraining..... | S. 4 |
| Sommerfest mit gutem Zweck, Sommer-Volleyball und Vereinsjubiläen..... | S. 5 |
| Wandertag am 21.10. | |
| Besondere Geburtstage..... | S. 6 |
| Übungsstundenplan..... | S. 7 |
| Persönliches, Vereinsreise und Impressum | S. 8 |

Ansprechpartner im Verein

Bitte beachten sie bei Korrespondenzen mit dem Vorstand die Vereinsanschrift:

TG Römerstadt e.V.
Werner Naumann
Neesbacher Str. 4
65597 Hünfelden
Tel.: 0 64 38 / 72 555
(Mo, Fr ab 18:30 Uhr)
Fax: 0 64 38 / 92 05 38
Email: vorstand@tgroemerstadt.de

Telefonische Auskünfte in Vereinsfragen erteilt gerne (tagsüber):
Bärbel Rutkowski:
Tel. 0 61 01 / 333 27

Wichtige Informationen:

Kontoverbindung der TG Römerstadt:

IBAN: DE97 5005 0201 0000 3628 4
BIC: HELADEF1822
Bankname: Frankfurter Sparkasse

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36TGR00000371510

Fälligkeitstage:

Vierteljährliche Buchung: 10. Januar ^{*)} 10. April 10. Juli 10. Oktober
Halbjährliche Buchung: 10. Januar ^{*)} 10. Juli
Jährliche Buchung: 10. Januar ^{*)}

^{*)} Die Januarbuchung 2014 wird noch nach altem Lastschriftverfahren durchgeführt.

Mandatsreferenznummer: wird mit der letzten Abbuchung im Anfang Januar auf dem Kontoauszug mitgeteilt.

Beitragshöhe: entspricht dem Beitrag der Abbuchung im Januar 2014

Volleyball

Die Spielsaison 2013/14 hat mittlerweile begonnen, die ersten Spieltage wurden teils erfolgreich bestritten. Sowohl unsere Männermannschaft in der Bezirksliga als auch die Frauenmannschaft in der Kreisliga haben sich in dieser Saison mit einigen Spieler/innen aus der eigenen Jugend verstärkt.

Die Ergebnisse der bisherigen Spiele finden Sie immer aktuell auf unserer Homepage www.tgroemerstadt.de/volleyball.

Unsere männliche Seniorenmannschaft Ü59 wurde im September Vize-Hessenmeister und hat sich damit für die Südwestdeutschen Meisterschaften am 13. Oktober 2013 qualifiziert.



Volleyball-Heimspieltermine

in der Geschwister-Scholl-Schule, die angegebenen Zeiten geben den Spielbeginn des ersten Spieles an:

| | | | |
|----------|------------|-----------|--------|
| Samstag, | 16.11.2013 | 15:00 Uhr | Männer |
| Samstag, | 23.11.2013 | 15:00 Uhr | Frauen |
| Sonntag, | 30.11.2013 | 15:00 Uhr | Frauen |
| Sonntag, | 19.01.2014 | 12:00 Uhr | Frauen |
| Samstag, | 25.01.2014 | 15:00 Uhr | Männer |
| Samstag, | 23.02.2014 | 10:00 Uhr | Frauen |
| Samstag, | 23.02.2014 | 15:00 Uhr | Männer |
| Samstag, | 08.03.2014 | 15:00 Uhr | Frauen |

Die Mannschaften freuen sich immer über Unterstützung von zahlreichen Zuschauern bei ihren Spieltagen.

Auf dem Bild sieht man die Bewegungsschnelligkeit in unserer Abwehr.

Vera Rhode & Werner Naumann

Mitglieder werben Mitglieder

Werben Sie neue Mitglieder für die TG Römerstadt und erhalten Sie **10,- € Werbungsprämie** auf ihren Mitgliedsbeitrag.

Sport- und Vereinssplitter

- Unsere sehr erfolgreiche **Funky-Jazz-Dance** Gruppe ab 16 Jahre musste leider wegen Wegzug, Auslandsaufenthalt oder Studienbeginn aufgelöst werden.
Die jüngere Gruppe (12-15 Jahre) übernimmt die bisherige Trainingszeit.
- Brigitte Jorde hat nach vielen Jahren ihre Gruppe **T'ai Chi** abgegeben. Seit den Sommerferien führen Karin Thalheimer und Frank Schünke in bewährter Form weiter. An dieser Stelle möchten wir Brigitte Jorde für die lange Zeit unseren Dank aussprechen und danken den neuen Übungsleitern für ihre Bereitschaft, das Angebot weiterzuführen.
- **AROHA** wurde sehr erfolgreich in unserem Verein angenommen. Seit Ende September haben wir drei Angebote für diesen Gesundheitssport. Wir bieten AROHA für unsere Vereinsmitglieder als ständiges Angebot und für Nichtvereinsmitglieder als 10-wöchigen Kurs an. Die Termine sind montags von 19:00 Uhr in der ERS, Halle 1, dienstags von 20:30 Uhr in der Gymnastikhalle der ERS 1 und mittwochs von 19:00 Uhr in der ERS Halle 2.
- **Aktiv bis 100** ist ein weiteres interessantes Angebot für hochaltrige Menschen. Unter der Leitung von Sigrid Schneider findet das Angebot mittwochs ab 11:00 Uhr im Gemeinderaum der Christ König-Gemeinde statt. Die Räumlichkeit ist rollator- bzw. rollstuhlgerecht erreichbar. In Kooperation mit dem Hessischen Turnverband ist die Mitgliedschaft im ersten halben Jahr beitragsfrei.
- Unser Angebot **Gedächtnstraining** bei Cäcilie Schell findet ab sofort mittwochs ab 9:30 Uhr im Gemeindesaal der St. Sebastian Gemeinde statt. Über neue Teilnehmer würde sich die Gruppe freuen.
- Das Angebot **Power Dance** am Dienstag wurde durch AROHA ersetzt.
- **Ju Jitsu** wird ab sofort erst für Kinder ab 12 Jahren angeboten.

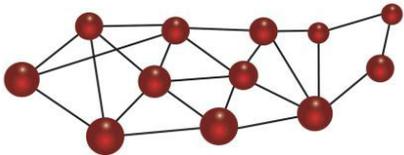
Sonja Schmitt

„Unsere Gruppe stellt sich vor“

Bewegung im hohen Alter

Neuer Kurs – Aktiv bis 100 – Schnupperstunde war gut besucht

Frankfurter Netzwerk Aktiv bis 100



Am 4. September kamen 10 Personen von 58 bis 90 Jahre zusammen, die sich nicht damit abfinden wollen, ihren schwindenden Kräften freien Lauf zu lassen.

Sie waren da, um ihre Muskeln zu stärken, ihre Beweglichkeit zu erhalten und somit Stürze zu verhindern, etwas mobiler zu werden oder ihren rheumatischen Beschwerden zu trotzen.

Als Gäste und Beobachter erschienen Vertreter vom Hess. Turnverband, vom Turngau Frankfurt, so dass demnächst ein Bericht im Verbandsorgan „Turnen in Hessen“

erscheinen wird, sowie von unserem Vereinsvorstand.

Unter der Leitung von Sigrid Schneider wurden auf dem Stuhl sitzend Beweglichkeit, sowie Kraft und Gleichgewicht trainiert. Die Damen und Herren hatten sichtlich ihren Spaß daran, auch wenn man etwas ins Schwitzen kam, wie Teilnehmerin Brunhilde Weiß mir erzählte. Wichtig dabei ist: Jeder bestimmt sein eigenes Tempo!

Der Kurs eignet sich auch für alle, die wenig Bewegungserfahrung haben oder sich auf Grund von Einschränkungen der Beweglichkeit nicht mehr an den vielleicht bisher gewohnten Sportarten teilnehmen können, aber eine sportliche Tätigkeit gerne fortführen bzw. wieder aufnehmen möchten.

Der Kurs wird vom Frankfurter Netzwerk gefördert und ist das erste



halbe Jahr kostenlos, danach monatlich 7,-€. Für Teilnehmer ab 90 Jahren ist das Angebot sogar kostenlos. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Trainiert wird jeden Mittwoch von 11:00 – 12:00 h in der Christ-König-Gemeinde Praunheim, Damaschkeanger 156.

Ansprechpartnerin ist Frau Sigrid Schneider, Tel. 0 69 / 768 14 18.

*Cornelia Muck
und Sigrid Schneider*

Das neue Trendangebot bei TGR - AROHA® das Ganzkörpertraining für Körper, Geist und Seele

Deutschland, Schweiz und jetzt auch schon Österreich, die Begeisterung für diese Sportart breitet sich wie eine Lawine oder Feuer aus. In einem Artikel des Wiesbadener Kuriers wird AROHA als Trend am Fitnesshimmel beschrieben.

In den News unserer Homepage wurde schon ausführlich über das Programm und über unseren Workshop am 01.06.2013 berichtet. Es war wirklich ein Erfolg und wir konnten gleich am 03.06.2013 mit der ersten Kursstunde starten. Die Werbung war grandios. 100 schöne Flyer, zwei Zeitungsartikel in der Frankfurter Rundschau und in der Frankfurter Neuen Presse, Werbung auf der Vereinshomepage. Vielen Dank für die geleistete Hilfe und Unterstützung des Vorstandes, für die gute Organisation des Workshops und vielen Dank Euch allen, die (vor allem in der Donnerstags-Gymnastik-Gruppe) die Vorführstunde für den Workshop

mit mir eingeübt und mich von der Grundidee bis zur Lizenzprüfung hin begleitet und unterstützt haben. Dankeschön allen, die selbst oder gar mit Familienmitgliedern oder Freunden am Workshop teilgenommen haben.

Vor allem der Artikel in der Frankfurter Rundschau hat Einiges bewirkt. Der Journalist – Herr Peter Rutkowski – und Autor dieses Artikels hat mit diesem für viele Interessenten und Anmeldungen gesorgt. Der Artikel hat „Appetit“ auf AROHA und auf unseren Verein gemacht. Viele haben bei mir angerufen und sich angemeldet.

Dann ging alles Schlag auf Schlag. 43 Teilnehmer sind gleich in die erste Kurstunde gekommen, so dass wir sie gleich teilen mussten. Am 16.09.2013 findet bereits die letzte Kursstunde statt und wir können nahtlos weiter machen und am 23.09.2013 die zweite Runde

starten. Der Vereinsvorstand hat beschlossen, dass AROHA zum festen bzw. ständigen Vereinsangebot aufgenommen wird. Und nicht nur das, für die Vereinsmitglieder ist die Teilnahme kostenlos und die Nichtmitglieder zahlen für 10 Stunden 40 Euro. Auch der zweite Start wird sicherlich erfolgreich sein (Stand 06.09.2013 sind 55 Anmeldungen).

Ich freue mich darauf, mit AROHA jedem Teilnehmer die Möglichkeit zu zeigen, seine Stärke, seine Gefühle, ein wunderbares Körpergefühl zu spüren. AROHA macht es möglich, die eigene Kraft zu spüren, sich aufzurichten, Selbstbewusstsein zu bekommen und Stress abzubauen.

Ich danke allen für das mir entgegengebrachte Vertrauen.

Dana Soukup

Gedächtnistraining in der Nordweststadt

Seit einigen Jahren leite ich nun das Angebot GEDÄCHTNISTRAINING“ mit viel Freude, nicht nur für mich, vor allem aber für die vier Damen, die fast immer regelmäßig dabei sind.

Wir haben den Termin nun verlegt auf

MITTWOCH von 9:30 Uhr bis 11:30 Uhr im Gemeindehaus St. Sebastian.

Vielleicht ist das auch etwas für Sie?

Wir freuen uns über jeden Teilnehmer, der sein „GEDÄCHTNIS schulen“ möchte. Kommen Sie doch mal zu einem „Probetraining“!

Sie werden sehen, dass es gar nicht so schwer ist, zumal wir jedem behilflich sind, der sich am Anfang etwas schwer tut.

Wir sind eine fröhliche Truppe, die nicht nur stur arbeitet, auch mal miteinander über persönliche Erlebnisse und Probleme redet!

Probieren Sie es einfach mal aus!

Cilli Schell

www.tgroemerstadt.de

Aktuelle Informationen, das aktuelle Sportprogramm, Anfahrtsbeschreibungen zu den Sportstätten, Formulare zum Download, aktuelle Spielberichte und Ergebnisse unserer Volleyball-Mannschaften gleich am Montag nach den Spieltagen... Auf unserer Webseite! Schauen Sie doch mal wieder rein!

Volleyball – Sommer – Freizeit

DOCH - es war ein toller Sommer! Wie schon in den vergangenen Jahren haben wir auch in diesen Sommerferien „Volleyball auf der Wiese“ angeboten. Der Zuspruch war erfreulich gut, fast immer fanden sich ausreichend Spieler/Innen auf der Niddawiese ein, um drei

Mannschaften aufstellen zu können. Wir haben im Zehn-Minuten-Takt gespielt, für das nichtspielende Team blieb dann Zeit für Gespräche und zum Kennenlernen. Das Wetter meinte es recht gut mit uns und bei den aus Mitgliedern, Freunden, Bekannten, Verwandten und zufällig

vorbei kommenden Interessierten zusammen gewürfelten Teams kam fast so etwas wie Urlaubsstimmung auf.

Freuen wir uns also auf den Sommer 2014.

*Bärbel Rutkowski
und Wolfgang Faber*

TG Römerstadt unterstützt Spendenaktion



Unter dem Motto „Spiel-Spaß-Spende“ organisierten drei junge Frauen (Melanie Döll, Annika Heinzl und Ricarda Jordan) in der Gemeinde St. Sebastian ein Sommerfest für Groß und Klein mit dem Hintergrund Spenden, für einen behinderten Jungen, zu sammeln.

Auch die Tanzgruppen und Trainerinnen der TG Römerstadt unter-

stützten dieses Fest mit schönen Auftritten und einer tänzerischen „Mitmach-Aktion“.

Die Gruppe Impulse, die bis vor den Sommerferien freitags trainierte, zeigte ihre neue und leider auch letzte Choreographie und begeisterte das Publikum. Leider löste sich nun die Gruppe auf, da die Teilnehmerinnen nach dem Abitur andere Wege, im Ausland oder anderen Städten in Deutschland, eingeschlagen haben.

Die Nachwuchsgruppen von Franziska Gansen (Dienstags in der Riedbergschule 17:30-19 Uhr) und Funky Moves von Patricia Pistarà und Ricarda Jordan (Freitags in der Ernst-Reuter-Schule – Gymnastikhalle von 17-18:30 Uhr) zeigten ebenso ihre neue Choreographie und wie sie in die Fußstapfen der älteren treten. Auf moderne Musik tanzten sie und reisten das Publikum mit. Die Stimmung des Festes konnten die Gruppen mit ihren er-

folgreichen Auftritten sehr gut unterstützen und trugen mit zu dem hohen Spendenerfolg bei.

Ricarda Jordan

Ergänzend hierzu sei noch erwähnt, dass bei diesem Sommerfest am 26. Mai in St. Sebastian der große Saal „rappelvoll“ war, unser Verein sich bei einer gut bestückten Tombola beteiligte und wir im Vorraum einen Informationsstand aufgebaut hatten, auf dem sich aktuelles Informationsmaterial befand (darunter ein eigenes DIN A 4-Blatt mit unseren Sportangeboten in St. Sebastian). Fünf Verantwortliche der TGR aus dem Kreis der Übungsleiter und des Vorstandes wechselten sich als Standdienst ab und standen für Auskünfte zur Verfügung.

Karl Schneider

Vereinsjubiläen im Jahr 2013

Darüber freuen wir uns auch in dem zu Ende gehenden Jahr und beglückwünschen dazu recht herzlich:

40 Jahre – Eleonore Kühn, Manfred Kühn, Rosemarie Nigge, Heimo Jordan, Axel Dengler, unsere Übungsleiterin und Mitglied im

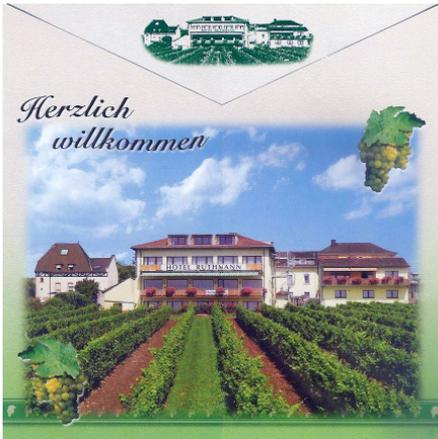
erweiterten Vorstand Sigrid Schneider, den langjährigen Vorsitzenden und jetzigen Ehrenvorsitzenden Karl Schneider, sowie Hubert Kliehm

25 Jahre – Elfriede Schmidt, Hedi Davey, Reinhild Schulte, Ste-

fan Werther, Ines Faber, das Mitglied im erweiterten Vorstand Wolfgang Faber, Anita Stein, Amely Joppen-Gross und Elisabeth Brüggemann.

21. Vereinswandertag am 12.10.13 im Rheingau

Dieser Termin liegt voraussichtlich zwischen dem Redaktionsschluß und der Zustellung der Vereinsmitteilungen. Deshalb hierzu einige Informationen, vor allem auch für die Nichtteilnehmer an der Wanderung:



Gemeinsame Anreise mit der Bahn von Frankfurt nach Hattenheim, dann Wanderung am Rhein entlang nach Oestrich-Winkel, wo ausreichend Plätze im Restaurant vom Hotel Rheinterrasse Ruthmann reserviert wurden.

Die 2. Hälfte der insgesamt etwa 10 km Wanderstrecke verläuft ebenfalls direkt am Rhein entlang bis nach Geisenheim, von wo es abends dann wieder mit einem



durchgehenden Zug zurück nach Frankfurt geht.

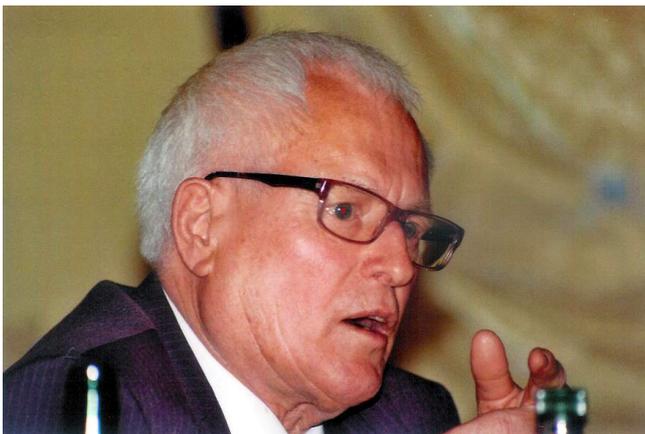
Die Route bildete übrigens die Fortsetzung vom Vorjahr, wo wir von Walluf bis Hattenheim unterwegs waren.

Karl Schneider

Hinweis

Jahreshauptversammlung der TG Römerstadt e.V. am 19.03.2014 (Mittwoch) um 19:00 Uhr im Großen Saal der St. Sebastian-Gemeinde, Ernst-Kahn-Str. 45

„Besondere Geburtstage“



Diese Aufnahme zeigt nun mal kein Vereinsmitglied, sondern Pfarrer Artur Gläßer, der am 31.08.13 seinen 80. Geburtstag mit der Gemeinde feierte. Pfr. Gläßer war fast sein halbes Leben bis letztes Jahr Gemeindeleiter in St.

Sebastian, wo wir von der TG Römerstadt im Gemeindehaus viele Sportstunden anbieten und in dieser Zeit immer ein sehr gutes und verständnisvolles Verhältnis zu ihm hatten. Deshalb auch von hier aus noch unseren herzlichen Glückwunsch.



1.) Breitensport

– Kinder und Jugendliche –

Eltern und Kinder / bis 3 Jahre:

- Mi. 16:30 - 17:30 Röm Sandra Lorenz

Purzelturnen / 3 bis 6 Jahre:

- Mi. 15:30 - 16:30 Röm Sandra Lorenz / Sonja Schmitt

Kinderturnen / 6 bis 10 Jahre:

- Mi. 17:30 - 19:00 Röm Sarah Wolf

Kreativer Kindertanz / 5 - 8 Jahre:

- Di. 17:30 - 18:15 Riedb Franziska Gansen

Kreativer Kindertanz / ab 8 Jahre:

- Di. 18:15 - 19:00 Riedb Franziska Gansen

Funky-Jazz Dance / 12 - 15 Jahre:

- Fr. 16:30 - 18:30 ERS 1-Gym Ricarda Jordan / Patricia Pistara

HAP Ki Do – Selbstverteidigung / 6 - 12 Jahre:

- Mi. 17:30 - 18:45 Ebelf J. Bach & J. Müller

– Jugendliche und Erwachsene –

Ju Jitsu – Selbstverteidigung / Anfänger:

- Di. 19:00 - 20:30 Riedb Wolfgang Plenz

Ju Jitsu – Selbstverteidigung / ab 12 Jahre:

- Mi. 20:00 - 21:30 GSS alt Wolfgang Plenz

Tischtennis / Erwachsene und Jugend ab 16 Jahre:

- Mo. 18:00 - 20:00 GSS alt Dieter Schneider

Winterguard / Erwachsene und Jugend ab 16 Jahre:

- Di. 19:30 - 21:00 HLS Robert Forler

– Erwachsene –

HAP Ki Do – Selbstverteidigung / ab 12 Jahre:

- Mi. 19:00 - 20:30 Ebelf J. Bach / L. Müller
- Fr. 19:00 - 20:30 Ebelf J. Bach / L. Müller
- Fr. 20:30 - 22:00 Ebelf J. Bach / L. Müller

Tanzen:

- Di. 20:30 - 22:00 ERS 3 Birgit Weinert
- Fr. 20:30 - 22:00 HLS freies Training

Let's dance – Lass uns tanzen und bewegen:

- Do. 18:00 - 19:30 GSS alt Dana Soukup

AROMA:

- Mo. 19:00 - 20:00 ERS 1 Dana Soukup 
- Di. 20:30 - 21:30 ERS 1-Gym Dana Soukup
- Mi. 19:00 - 20:00 ERS 2 Dana Soukup

Gedächtnistraining:

- Di. 09:30 - 11:30 St.Seb. Cécilie Schell

Perfect Balance (body conditioning)

(mit je 1/3 Aerobic, Kräftigung und Dehnung):

- Mo. 20:30 - 22:00 ERS 1-Gym Zdena Moldovan

Problemzonentraining (Bauch – Beine – Po):

- Mo. 19:00 - 20:30 ERS 1-Gym Zdena Moldovan

Fitness-Gymnastik:

- Di. 17:30 - 18:30 Ebelf Ingrid Berger

Bodystyling:

- Do. 19:00 - 20:30 ERS 1-Gym Lena Beitler

Freizeit-Volleyball / Frauen und Männer:

- Mo. 20:30 - 22:00 ERS 1 Michael Gohlke
- Do. 20:00 - 22:00 ERS 1 Wolfgang Faber
- Do. 20:30 - 22:00 GSS alt Karin Damrau
- Fr. 20:30 - 22:00 ERS 3 Helmut Bill

Unsere Volleyball-Wettkampfmannschaften finden Sie auf der Rückseite links oben!

Gymnastik und Volleyball / Frauen:

- Mo. 20:00 - 22:00 GSS alt Bärbel Rutkowski

Gymnastik / Frauen:

- Mi. 09:00 - 10:00 St.Seb. Karin Eberbach 
- Mi. 10:00 - 11:00 St.Seb. Karin Eberbach

Gymnastik / Frauen und Männer:

- Do. 19:30 - 20:30 GSS alt Dana Soukup

Gymnastik & Spiel / Frauen und Männer:

- Di. 20:00 - 22:00 ERS 2 Fritz Ehmig

Gymnastik mit Musik / mittleres Alter:

- Mo. 17:30 - 18:30 Chr.K. Sigrid Schneider

Gymnastik mit Musik für junge Ältere:

- Mi. 09:00 - 10:00 Chr.K. Sigrid Schneider

Gymnastik für Ältere / Frauen und Männer:

- Mi. 10:00 - 11:00 Chr.K. Sigrid Schneider
- Do. 09:30 - 10:30 St.Seb. Margret Reich
- Do. 10:30 - 11:30 St.Seb. Margret Reich

Aktiv bis 100:

- Mi. 11:00 - 12:00 Chr.K. Sigrid Schneider 

Körperschulung / Yoga:

- Di. 09:30 - 10:30 St.Seb. Sylvia Uhlmann
- Di. 10:30 - 11:30 St.Seb. Sylvia Uhlmann

Körperschulung / T'ai Chi für Fortgeschrittene:

- Mi. 18:15 - 19:45 GSS alt Karin Thalheimer / Frank Schünke

Wirbelsäulengymnastik:

- Di. 16:30 - 17:30 St.Seb. Dana Soukup
- Di. 17:30 - 18:30 St.Seb. Dana Soukup 
- Di. 18:30 - 19:30 St.Seb. Dana Soukup
- Di. 19:30 - 20:30 St.Seb. Ingrid Berger

Wassergymnastik:

- Mi. 12:00 - 12:45 Titus Ingrid Berger

Pro-Priozeption (PPZ):

- Do. 17:30 - 18:30 ERS 1-Gym Ingrid Berger

Persönliches



Pfeil (oben), die am 02.08. Robert Rhode geheiratet hat und seit dieser Zeit auf den Namen Vera Rhode hört.

Seit gut einem Monat später, und zwar ab 07.09., sind unser **Trainer der Frauen-Volleyballmannschaft** Bernd Erlenbach und Elke Daniel-Erlenbach ein Ehepaar (rechts).

Beiden Paaren auch von hier aus noch einen ganz herzlichen Glückwunsch.

Auch in der heutigen Zeit gibt es noch junge Menschen, die sich „trauen“ und sich ein „Ja“ für ihr gemeinsames Leben geben.

Dazu gehört unsere **stellvertretende Vereinsvorsitzende Vera**

Leider ist aus unseren Reihen kürzlich

auch wieder jemand **verstorben**, und zwar Kurt Goldschmitt, im Alter von 77 Jahren. Seiner Frau Gerdi und ihrer Familie unsere herzliche Anteilnahme.



Vereinsreise an den Bodensee

Für Mai 2014 ist eine Vereinsreise an den Bodensee geplant. Ein erstes Angebot der Firma Stahl, die uns schon nach Prag, Dresden und

Potsdam gefahren hat, liegt vor. Näheres demnächst über die Übungsleiter/Innen.

Bärbel Rutkowski

**Ziehen Sie demnächst um?
Ändert sich Ihre Bankverbindung?
Oder Ihre Mail-Adresse?**

**Bitte teilen Sie uns rechtzeitig Ihre neue Anschrift,
Kontoverbindung oder Email-Adresse mit.**

Vielen Dank!

Impressum:

Redaktions- und Anzeigenschluss:
Montag, 20. Januar 2014

Artikel und Leserzuschriften bitte an:

Karl Schneider
Alt Praunheim 27
60488 Frankfurt a.M.
Tel./Fax: 0 69 / 768 14 18
ehreuvorsitzender@tgroemerstadt.de

Herausgeber:

TG Römerstadt e.V.
Vorsitzender
Werner Naumann
Neesbacher Str. 4
65597 Hünfelden
vorstand@tgroemerstadt.de

Die TGR im Internet:

<http://www.tgroemerstadt.de>

Satz und Layout:

Christoph Schneider, 03.10.13
webmaster@tgroemerstadt.de