



AROHA® trifft KAHA®

Special am Samstag, den 26.05.2018 – wir haben zwei Geburtstage gefeiert – die Übung ist gelungen!!!

5 Jahre AROHA® und 2 Jahre KAHA® bei TG Römerstadt, das war ein Grund zum Feiern und das haben wir auch getan. Ein heißer Tag, im wahrsten Sinne des Wortes. Die Hitze hat uns (zusammen mit den sich wechselnden Zuschauern und nichtaktiven Teilnehmern etwa 45 Teilnehmer) nicht abgeschreckt. Wenn ein Herz für etwas brennt, wenn man etwas mit viel Liebe und Hingabe macht, dann ist das Wetter unwichtig. Es war wieder ein Festival der Emotionen.

Wichtig war nur das Wörtchen „ich will“.

und mit uns diese beiden Geburtstage gefeiert haben. Ein Dankeschön an alle Kursteilnehmer, an alle Gäste.

Ein Dankeschön an meine Kolleginnen – Franziska Körner und Ursula Meinel-Koch, die zusammen mit mir den ersten AROHA®-Teil mitgestaltet haben. Im zweiten – KAHA®-Teil – hatte ich eine Unterstützung meiner Trainer-Kollegin aus Hochheim, Sandra Möhn. Sandra hat uns als Erinnerung aus dem bereitgestellten Fotomaterial eine wunderschöne Slideshow gezaubert.



....ich will, das Wort ist mächtig. Sag es still, so reißt es Sterne vom Himmel, das einzige Wort, ich will....

Nach dem starken Wort ich will folgt – ich möchte:

Ich möchte noch einmal ein Dankeschön an alle richten, die von Nah und Fern den Weg nach Frankfurt zur TG Römerstadt gefunden

Ein Dankeschön an alle Tanzmädchen der Let's Dance Gruppe, die mit einer Showeinlage wieder für gute Laune gesorgt haben – Franziska Körner, Ina Körner, Raffaella Ilardo, Andrea Strom und Heike Eberling. Ihr lasst mich nie im Stich – Ihr seid einmalig.

(Fortsetzung auf Seite 2)

Aus dem Inhalt

Wandertag, Body Fit.....	S. 2
Protokoll der Jahreshauptversammlung.....	S. 3
Fit und Gesund, Volleyballrunde 2018/19 ..	S. 4
Übungsstundenplan.....	S. 5-6
Sport- und Vereinssplitter, Aktion PINK.....	S. 7
Persönliches, Termine und Impressum.....	S. 8

**Ziehen Sie demnächst um?
Ändert sich Ihre Bankverbindung? Oder Email?
Bitte teilen Sie uns rechtzeitig
Ihre Änderungen mit.**

Vielen Dank!

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, Mi, Fr abends)
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

(Fortsetzung von Seite 1)

Bei Franziska Körner – unserer goldenen Stimme aus Frankfurt – will ich mich noch einmal im Namen aller, wirklich aller, für ihren Einsatz bedanken. Deine Stimme einzubringen, uns allen so viel Freude zu schenken, das war eine einmalige Leistung, liebe Franziska. Du bist unser Superstar.

Last but not least – ein riesiges Dankeschön an unseren Vereinsvorsitzenden Werner Naumann und

unsere Sportwartin Laura Müller für die Unterstützung unserer Aktivitäten. Wir wissen es zu schätzen.

Es hat mich riesig gefreut, unter den Teilnehmern meine Trainerkollegin Karin Damrau sowie unsere Vereins-Presse-Sprecherin Reinhild Schulte begrüßen zu dürfen.

Nach dem ich will, ich möchte folgt nun ich sollte:

Etwas sollte ich unbedingt erwähnen, nämlich das Alter der jüngsten und der ältesten Teilneh-

merin. Tuvanka (7 Jahre) hat kurz mit der Mama Sarka Fernandez mitgemacht. Eugenie Sand (87 Jahre) ist eine Kurs-Kaha-Teilnehmerin. Beweis genug, dass man für diese beiden Sportarten nie zu jung oder zu alt ist.

Ich wünsche allen eine schöne Sommerzeit, bleibt uns treu. Nach den Ferien werden wir uns wieder fit tanzen mit dem Tanz der Maori.

Dana Soukop

Vereinswandertag am 26.05.18

Ziel unserer Frühjahrswanderung war „Der Fuß des Westerwaldes“, konkret Hadamar und Elz. Zu aller Überraschung hatten wir dieses Mal einen absoluten Minusrekord mit 22 Teilnehmern!!! Das Aroha/Kaha-Angebot an gleichen Tag kann kein alleiniger Grund dafür gewesen sein. Es hatten sich zwar eine ganze Reihe der sonstigen Teilnehmer aus den unterschiedlichsten Gründen gemeldet und somit ihre Nichtteilnahme für dieses Mal entschuldigt. Trotzdem ergibt sich für mich die Frage: Sind

die Wandertage evt. ein „Auslaufmodell“? Lag es am Termin (der allerdings seit Oktober 2017 bekannt war) oder am Ziel? Waren es rein zufällig andere Vorhaben oder Verpflichtungen? Lag es an der Gesamtlänge von 6 – 7 km, die manchen zu kurz erschien? Oder, oder, oder? – Eine Reaktion oder eine Meinung dazu würde mich schon einmal interessieren.

Abgesehen davon wird der nächste Termin 26. Sept. auf jeden Fall vorbereitet und dazu, wie gewohnt, eingeladen.

Zur jetzt vergangenen Wanderung kann ich sicher sagen, dass es trotz der großen Hitze für die Teilnehmer nach ihrer Reaktion im Verlauf des Tages wieder sehr schön war und sich gelohnt hat. Das galt offensichtlich für das Restaurant Fohlenhof in Hadamar, das Wiener Café in Elz und auch für die gut begehbbare Strecke im Elbbachtal.

Karl Schneider

Body Fit

verbessert Eure Fitness und stärkt Eure Muskulatur

Im Alltag gibt es viele Faktoren, die sich negativ auf unser Wohlbefinden auswirken können. Stress und körperliche Belastungen beanspruchen täglich unseren Körper. Umso wichtiger ist es, aktiv unsere Gesundheit und Fitness zu verbessern.

Seit Anfang des Jahres haben wir unseren langjährigen Kurs "Bauch-Beine-Po" neu definiert und die Kurseinheit angepasst. Aus diesem Grund ist jetzt der perfekte Zeitpunkt für Neu- und Wiedereinsteiger den Kurs zu besuchen! Unsere erfahrene Trainerin Zdena Moldovan fördert die Teilnehmer

individuell und bietet abwechslungsreiches Training an. Die Einheiten werden durch Musik begleitet, dies steigert die Motivation und bildet eine angenehme Atmosphäre. Unser Angebot ist für jeden geeignet, der seine sportliche Leistungsfähigkeit und Ausdauer verbessern möchte.

Die Trainingseinheiten beginnen mit einer Aufwärmphase, um die Durchblutung anzuregen und unsere Muskulatur auf das Training vorzubereiten. Anschließend werden alle Muskelgruppen gestärkt. Die Übungen werden teilweise mit Trainingsgeräten unterstützt, um eine

abwechslungsreiche und intensive Kräftigung zu erzielen. Nach dieser Einheit werden alle beanspruchten Körperbereiche ausgiebig gedehnt. Zum Schluss gibt es eine kurze Entspannungsphase, um das Training und den Tag Revue passieren zu lassen.

Der Kurs findet montags von 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr in der Gymnastikhalle der Ernst-Reuter-Schule statt. Benötigt wird nur ein Handtuch, etwas zu trinken und Sportklamotten. Wir freuen uns auf zahlreiche Neuzugänge!

Laura Müller

Protokoll Jahreshauptversammlung

Datum: 21.03.2018

Beginn: 19.00 Uhr

Ort: Gemeindsaal St. Sebastian,
Frankfurt am Main

43 stimmberechtigte Mitglieder anwesend

Versammlungsleiter: Werner Naumann

1. Einleitung und Begrüßung

Der Vorsitzende Werner Naumann stellt fest, dass die Einladungen zur Jahreshauptversammlung mit der 76. Ausgabe der Vereinsmitteilungen ordnungsgemäß verschickt wurden. Die Mitgliederversammlung ist beschlussfähig.

Das Protokoll der Jahreshauptversammlung 2017 wurde mit der 74. Ausgabe der Vereinsmitteilungen verschickt. Es werden hiergegen keine Einwendungen erhoben. Das Protokoll gilt damit als angenommen.

Es folgt die Vorführung eines Videos der Jumping-Gruppe von Zdena Moldovan. Des Weiteren folgt die Ehrung zu ihrem 60. Geburtstag.

Die im letzten Jahr verstorbenen Mitglieder werden erwähnt.

2. Berichte Vorstand und erweiterter Vorstand

Die Berichte aus den einzelnen Bereichen sind in den letzten Vereinsmitteilungen abgedruckt. Es wird die Möglichkeit gegeben, Fragen hierzu zu stellen.

Es gibt keine Fragen zu den einzelnen Berichten.

Werner Naumann berichtet ergänzend über die Entscheidung, den Vertrag mit der Titus-Therme auslaufen zu lassen. Es konnte kein Konsens mit den Bäder-Betrieben gefunden werden. Die TGR hätte die Beiträge erhöhen müssen und deshalb hat der Vorstand beschlossen, sich gegen das Angebot zu entscheiden. Der Verein hat aufgrund dieser Entscheidung die Mitglieder

verloren, die ausschließlich die Titus-Therme nutzten.

Ab dem 10. April 2018 beginnt erneut ein 10-wöchiger Yoga Kurs unter der Leitung von Larissa Selzer, welcher immer dienstags von 19-20 Uhr in der ERS2 stattfindet.

Der Kurs „Bauch-Beine-Po“ wurde in Body Fit umbenannt und findet weiterhin montags statt.

Die Kurse von Pluspunkt Gesundheit, welche von den Krankenkassen bezuschusst werden, wurden neu präventionsgeprüft. Sie geben Zeit, Übungen und Geräte vor, die verwendet und beachtet werden müssen. Der Kurs „Fit & Gesund“ wird ab Herbst 2018 von der TG Römerstadt angeboten.

Christoph Schneider ergänzt, dass noch Spieler/Spielerinnen für die Volleyballjugend gesucht werden. Die Saison 2017/2018 wurde mit dem 1. Platz der Jugendgrundklasse abgeschlossen.

Es gibt keine weiteren Fragen zu den Berichten.

3. Kassenbericht und Kassenprüfung

Zum Kassenbericht gibt es keine Fragen.

Es folgt die Kassenprüfung. Die Kassenprüferin Ute Keller teilt mit, dass sie in Zusammenarbeit mit dem Kassenprüfer Thomas Joppen die Kasse geprüft hat. Der Kassenbericht der Kassenwartin Edith Beisel sei plausibel und nachvollziehbar. Er sei auf Vollständigkeit und Richtigkeit geprüft worden, es gibt keine Beanstandungen.

Aktuell gibt es noch einen Überschuss von circa 45.000 €, der Jahr für Jahr wie geplant abgebaut wird.

4. Entlastung des geschäftsführenden Vorstandes

Es gibt keine Gegenstimmen zur Entlastung des geschäftsführenden Vorstands in seiner Gesamtheit. 43 Vereinsmitglieder stimmen für die

Entlastung des geschäftsführenden Vorstandes. Es gibt 4 Enthaltungen. Der geschäftsführende Vorstand ist damit entlastet.

5. Anträge/ Ehrungen

Die Tischtennis-Gruppe möchte gerne eine Alu-Rampe bestellen. Die Alte ist schwer und kaputt. Es wird nach Angeboten geschaut.

Irmgard Schütz wird für ihre 50-jährige Mitgliedschaft geehrt und in den Kreis der Ehrenmitglieder aufgenommen. Des Weiteren wird Margret Reich für 50 Jahre Mitgliedschaft sowie 25 Jahre Übungsleiterin geehrt. Aktuell gibt es somit 13 Ehrenmitglieder.

6. Verschiedenes

Es haben 2017 die Hap-Ki-Do Europameisterschaften in Frankfurt/Kalbach stattgefunden. Es wurden 6 Gold-, 2 Silber- und 1 Bronze-Medaillen für die TG Römerstadt gewonnen. Insgesamt haben 96 Personen aus 5 Nationen teilgenommen.

Es wird der offizielle Film der Europameisterschaft gezeigt. Wolfgang Plenz wird im Anschluss noch als Übungsleiter geehrt.

Werner Naumann teilt mit, dass er 2019 nicht mehr zur Wahl als Vereinsvorsitzender zur Verfügung steht. Es wird aktuell ein Nachfolger gesucht. Bei Interesse kann man sich jederzeit an den Vorstand wenden.

Die nächste Vereinsreise wird in der ersten Septemberwoche ins Münsterland gehen. Bei Fragen bitte an Bärbel Rutkowski wenden.

Ende der Jahreshauptversammlung: 20.25 Uhr.

*Sarah Faulstich
Schriftführerin*

FIT UND GESUND - Sport in der Prävention

NEUER
KURS!



FIT UND GESUND

In der Zeit vom 19.09.2018 bis 17.12.2018 bietet unser Verein einen neuen präventionsgeprüften Kurs an

Mit unserem neuen Kurs bieten wir Ihnen ein 60 Minuten Gesundheitssportprogramm zur umfassenden Stärkung der Fitness, mit dem Schwerpunkt Ganzkörperkräftigung an. Unsere Trainerin Dana Soukup wurde speziell für diesen Kurs ausgebildet und wir freuen uns sehr Euch unser neues Angebot ab Herbst zu präsentieren!

Wann:	montags von 18:00 bis 19:00 Uhr
Wo:	Ernst-Reuter-Schule Halle 1, Hammarskjöldring 17a
Kosten für 12 Termine	
Vereinsmitglieder:	€ 42,00
Kursteilnehmer:	€ 90,00
Mitzubringen sind:	Sportsachen, Handtuch, Trinken und gute Laune
Eine Anmeldung ist erforderlich, da die Kursteilnehmerzahl auf maximal 15 Teilnehmer begrenzt ist!	



Die Bezuschussung von Präventionskursen bzw. Kursangebote ist eine Kann-Leistung der Krankenkassen. Die Kursgebühr kann ganz oder teilweise von den Krankenkassen übernommen werden!



Turngemeinschaft Römerstadt e.V.

Anmeldungen und Informationen zum Kurs bei Dana Soukup, Tel. 069 / 58 75 13 per Mail dana.soukup@web.de oder auf Facebook. Unser Gesamtprogramm finden Sie im Internet unter www.tgroemerstadt.de oder kontaktieren Sie uns direkt per E-Mail unter sportwart@tgroemerstadt.de

Ein 60-Minuten-Gesundheits-sportprogramm zur umfassenden Stärkung der Fitness – mit einem Schwerpunkt Ganzkörperkräftigung - Ein neues Angebot bei der TG Römerstadt

In der Zeit vom 19.09.2018 bis 17.12.2018 bietet unser Verein einen neuen präventionsgeprüften Kurs „FIT UND GESUND“ an.

12 Termine
jeweils montags
von 18:00 bis

19:00 Uhr
in der Ernst-Reuter-Schule Halle 1,
Hammarskjöldring 17a

Kosten:
Vereinsmitglieder: € 42,00
Kursteilnehmer: € 90,00
Kursteilnehmerzahl ist begrenzt auf
maximal 15 Teilnehmer

Die Bezuschussung von Präventionskursen bzw. Kursangebote ist eine Kann-Leistung der Krankenkassen.

Anmeldungen bitte an:
Dana Soukup
069/58 75 13
dana.soukup@web.de

Weitere Informationen sind dem beigefügten Flyer zu entnehmen.

Ich freue mich auf Sie!

Dana Soukup

Volleyballer heiß auf neue Saison

1x Hessenliga, 2x Bezirksliga, 2x Jugend

Rückblick 2017/18

Insgesamt können wir mit der Punktrunde 2017/18 sehr zufrieden sein mit unserer Volleyball-Abteilung. Unsere Mixed-Mannschaft ‚TV Killers‘ schaffte in der Hessenliga Platz 4 (von 9) mit 9 Siegen und 7 Niederlagen und bestätigten damit das Vorjahres-Ergebnis (mit etwas mehr Punkten). Den hessischen Mixed-Senioren-Meister-Titel konnten sie zwar nicht verteidigen, freuen sich aber über einen guten dritten Platz. Unsere Senioren qualifizierten sich wieder für die Deutschen Meisterschaften in der Altersklasse Ü64, wo sie nach einer unglücklichen 13:15-Niederlage im Halbfinale um

Platz 5-8 am Ende ‚nur noch‘ Platz 8 erreichten. Die Qualifikation war aber schon Grund zur Freude. Unsere weibliche Jugend schaffte in ihrer ersten Großfeld-Saison auf Anhieb die Meisterschaft in der Jugendgrundklasse 3/4. Unsere Damen schafften nach dem Aufstieg in die Bezirksliga mit 6 Siegen einen guten sechsten Platz und damit den Klassenerhalt. Auch unsere Herren dürfen nächste Saison wieder in der Bezirksliga ran: In einer starken Gruppe konnten sie 12 Punkte und Platz 5 erkämpfen und damit das beste Ergebnis der letzten drei Jahre.

Ausblick 2018/19

Erfreulicherweise können alle unsere Mannschaften wieder in den gleichen Spielklassen antreten. Besonders freut uns der rege Zuspruch in der Jugend. Die Gruppe ist inzwischen auf 13 Mädels und 10 Jungs angewachsen. Unsere Mädels werden nach der Meisterschaft nächste Saison in der höheren Jugendgrundklasse 1/2 antreten und wir können erstmals seit der Saison 2012/13 wieder eine männliche Jugend (auch direkt Großfeld) melden. Die neue Punktrunde beginnt am 15. September.

Christoph Schneider
Volleyballwart



1.) Breitensport

– Kinder und Jugendliche –

Eltern und Kinder / bis 3 Jahre:

- Mi. 16:00 - 17:00 Röm Sarah Wolf

Purzelturnen / 3 bis 6 Jahre:

- Mi. 17:00 - 18:00 Röm Sarah Wolf

Kinderturnen / 6 bis 10 Jahre:

- Mi. 18:00 - 19:00 Röm Sarah Wolf

– Jugendliche und Erwachsene –

HAP Ki Do – Selbstverteidigung / ab 12 Jahre:

- Mi. 19:00 - 20:30 Ebelf Lisa Heimann
- Fr. 19:00 - 20:30 Ebelf Lisa Heimann

Ju Jitsu – Selbstverteidigung / ab 12 Jahre:

- Di. 18:30 - 20:30 Riedb Wolfgang Plenz

Volleyball / ab 10 Jahre

- Mo. 18:00 - 19:30 GSS neu Stephan Conrad
- Mi. 17:30 - 19:30 GSS neu Stephan Conrad

– Erwachsene –

Tischtennis:

- Mo. 18:00 - 20:00 GSS alt Wolfgang Reich

Tanzen:

- Di. 20:00 - 21:30 HLS Birgit Weinert
- Fr. 20:00 - 21:30 HLS freies Training

Let's dance – Lass uns tanzen und bewegen:

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

AROHA®:

- Mo. 19:00 - 20:00 ERS 1 Dana Soukup
- Mi. 18:00 - 19:00 ERS 2 Dana Soukup
- Mi. 19:00 - 20:00 ERS 2 Dana Soukup

KAHA®:

- Mo. 18:00 - 19:00 ERS 1 Dana Soukup

Body Fit:

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

Beckenbodengymnastik:

- Mo. 18:00 - 19:00 ERS 1-Gym Elke Jordan

Fitness-Gymnastik:

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

Freizeit-Volleyball / Frauen und Männer:

- Mo. 20:30 - 22:00 ERS 1 Werner Pfeiffer
- Do. 20:30 - 22:00 ERS 1 Wolfgang Faber
- Do. 20:30 - 22:00 GSS alt Karin Damrau
- Fr. 20:30 - 22:00 ERS 3 Klaus Steinert

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 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:

- Do. 09:30 - 10:30 St.Seb. Margret Reich
- Do. 10:30 - 11:30 St.Seb. Margret Reich

Aktiv bis 100:

- Mi. 10:00 - 11:00 Chr.K. Sigrid Schneider

Körperschulung / Pilates:

- Mi. 19:00 - 20:00 HLS Ingrid Berger

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

Training für einen stabilen Rumpf:

- 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



2.) Volleyball

Jugend männl. & weibl. / ab 10 Jahre

- Mo. 18:00 - 19:30 GSS neu Stephan Conrad

Jugend männl. / ab 10 Jahre

- Mi. 17:30 - 19:30 GSS neu Stephan Conrad

Jugend weibl. / ab 10 Jahre

- Do. 18:00 - 19:45 GSS neu Stephan Conrad

Frauen / Bezirksliga:

- Di. 20:30 - 22:00 GSS neu Bernd Erlenbach
- Do. 19:45 - 22:00 GSS neu Bernd Erlenbach

Männer / Bezirksliga ab 18 Jahre:

- Mo. 19:30 - 22:00 GSS neu Christoph Schneider
- Mi. 19:30 - 22:00 GSS neu Karsten Eicher

Männer Senioren / ab 42 Jahre:

- Mo. 20:00 - 22:00 ERS 3 Hans-Jürgen Mayer
- Do. 19:30 - 21:30 EKS / Holger Koy

Mixed-Leistungsgruppe / Hessenliga:

- Mo. 20:30 - 22:00 ERS 2 Andreas Nau

Mixed-Gruppe II / Anfänger und Fortgeschrittene:

- Mi. 20:00 - 22:00 ERS 2 Darius Sharifi

Unsere Volleyball-Gruppen aus dem Breitensport-Bereich finden Sie auf der Vorderseite rechts oben!

Unsere Sportstätten:

Chr.K.	Christ-König-Gemeinde, Damaschkeanger 156
Ebelf	Ebelfeld-Schule, Praunheimer Hohl 4
EKS	Erich-Kästner-Schule, Praunheimer Weg 44
ERS 1	Ernst-Reuter-Schule, Halle 1, Hammarskjöldring 17a
ERS 1-Gym	Gymnastikraum der ERS 1
ERS 2/3	Ernst-Reuter-Schule, Halle 2/3, Praunheimer Weg
GSS	Geschwister-Scholl-Schule, Hadrianstr. 18
HLS	Herrmann-Luppe-Schule, An der Praunheimer Mühle
Nidda	Treffpunkt Römerbrücke, Nähe GSS
Riedb	Riedbergschule, Am Bonifatiusbrunnen
Röm	Römerstadtschule, In der Römerstadt 120c
St.Seb.	St. Sebastian, Gemeindesaal, Ernst-Kahn-Str. 45

3.) Kurse (auch für Nichtmitglieder)

AROHA® * (10 Termine):

Laufende Kurse: 07.05. - 27.08.2018

Nächste Kurse: ab 15.10.2018

- Mo. 19:00 - 20:00 ERS 1 Dana Soukup
 - Mi. 18:00 - 19:00 ERS 2 Dana Soukup
 - Mi. 19:00 - 20:00 ERS 2 Dana Soukup
- Auskunft Dana Soukup, Tel. 0 69 / 58 75 13

Beckenbodengymnastik* (8 Termine):

Nächster Kurs: 06.08. - 24.09.2018

Weiterer Kurs: ab 15.10.2018 (10 Termine)

- Mo. 18:00 - 19:00 ERS 1-Gym Elke Jordan
- Auskunft Elke Jordan, Tel. 0 69 / 57 03 69

Jumping® * (8 Termine):

Nächster Kurs: 06.08. - 24.09.2018

Weiterer Kurs: ab 15.10.2018 (10 Termine)

- Mo 20:30 - 22:00 ERS 1-Gym Zdena Moldovan
- Auskunft Zdena Moldovan, Tel. 0 69 / 97 67 57 86



KAHA® * (10 Termine):

Laufender Kurs: 07.05. - 27.08.2018

Nächster Kurs: noch nicht terminiert

- Mo. 18:00 - 19:00 ERS 1 Dana Soukup
- Auskunft Dana Soukup, Tel. 0 69 / 58 75 13

Pilates* (8 Termine):

Nächster Kurs: 08.08. - 26.09.2018

Weiterer Kurs: ab 17.10.2018 (10 Termine)

- Mi. 19:00 - 20:00 HLS Ingrid Berger
- Auskunft Ingrid Berger, Tel. 0157 / 71 56 19 66

Training für einen stabilen Rumpf* (8 Termine):

Nächster Kurs: 07.08. - 25.09.2018

Weiterer Kurs: ab 16.10.2018 (10 Termine)

- Di. 16:30 - 17:30 St. Seb. Dana Soukup
 - Weitere Kurse Di ab 17:30, 18:30 und 19:30 St. Seb.
- Auskunft Dana Soukup, Tel. 0 69 / 58 75 13



Yoga* (10 Termine):

Nächster Kurs: noch nicht terminiert

- Di. 19:00 - 20:00 ERS2 Larissa Selzer
- Auskunft Laura Müller, sportwart@tgroemerstadt.de



*) mit Zusatzbeitrag

www.tgroemerstadt.de

Aktuelle Informationen, das gesamte Sportprogramm ausführlich mit Steckbriefen, Anfahrtsbeschreibungen zu den Sportstätten, Formulare zum Download, aktuelle Spielberichte und Ergebnisse unserer Volleyball-Mannschaften, Spieltage, Fotos und viele weitere spannende Informationen rund um unseren Verein...

Auf unserer Webseite! Schauen Sie doch mal wieder rein!

Vereinsanschrift & Vorsitzender:

Werner Naumann
Neesbacher Str. 4
65597 Hünfelden
Tel.: 0 64 38 / 72 555
Fax: 0 64 38 / 92 05 38
vorstand@tgroemerstadt.de

Telefonische Auskünfte in Vereinsfragen:

Bärbel Rutkowski
Tel.: 0 61 01 / 333 27

Sportwartin:

Laura Müller
sportwart@tgroemerstadt.de

Sport- und Vereinssplitter

Unser individuelles Angebot an zeitlich begrenzten Kursen bietet flexibles Training für die Mitglieder der TG Römerstadt, aber vor allem auch für Nichtmitglieder, die gerne unser Angebot nutzen wollen.

- Die nächsten **AROHA®-Kurse** beginnen Mitte Oktober. Wir bieten drei Kurse mit je 10 Terminen an. Montags (ab 15.10.) von 19.00 bis 20.00 Uhr in der Halle 1 und mittwochs (ab 17.10.) von 18.00 bis 19.00 Uhr und 19.00 bis 20.00 Uhr in der Halle 2 der Ernst-Reuter-Schule. Die Gebühren für Nicht-Vereinsmitglieder betragen 40,00 €. Weitere Auskünfte erhalten Sie bei der Trainerin Dana Soukup 069/587513. Im neuen Jahr starten die nächsten Kurse. Ein Einstieg im laufenden Kurs ist jederzeit möglich.
- Ein weiterer **Beckenbodengymnastikkurs** startet montags direkt nach den Sommerferien am 06.08.2018 für insgesamt 10 Termine. Der Kurs findet von 18.00 bis 19.00 Uhr in der Gymnastikhalle der Ernst-Reuter-Schule statt. Der Zusatzbeitrag für Nicht-Vereinsmitglieder beträgt 40,00 €. Weitere Auskünfte erhalten Sie bei der Übungsleiterin Elke Jordan 069/570369.
- Der dritte **Jumping®-Kurs** in diesem Jahr startet am 06.08.2018. Montags ab 20.30 Uhr wird in der Gymnastikhalle der Ernst-Reuter-Schule unter der lizenzierten Trainerin Zdena Moldovan mit klassischen Aerobic-Schritten auf speziell dafür entwickelten Trampolinen gelenkschonend der Gleichgewichtssinn und die Körperkoordination verbessert. Für Vereinsmitglieder wird ein Zusatzbeitrag von 35,00 € erhoben, für Nicht-Vereinsmitglieder betragen die Gebühren 75,00 €. Da nur 10 Trampoline zur Verfügung stehen, ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Anmelden können Sie sich bei Zdena Moldovan unter 069/9767586 oder bei der Sportwartin Laura Müller (sportwart@tgroemerstadt.de).

- Am 19.09.2018 beginnt unser neuer präventionsgeprüfter Kurs "**Fit und Gesund**". Es handelt sich um ein Gesundheitssportprogramm zur umfassenden Stärkung der Fitness. Im Schwerpunkt steht die Ganzkörperkräftigung. Der Kurs findet montags von 18.00 bis 19.00 Uhr in der Ernst-Reuter-Schule, Halle 1 statt. Der Zusatzbeitrag für Vereinsmitglieder beträgt 42,00 € und die Gebühren für Nicht-Vereinsmitglieder liegen bei 90,00 €. Weitere Auskünfte erhalten Sie bei der Trainerin Dana Soukup 069/587513.
- Der nächste **Pilates-Kurs** beginnt ebenfalls nach den Sommerferien und findet wie gewohnt mittwochs von 19.00 bis 20.00 Uhr in der Hermann-Luppe-Schule statt. Der aktuelle Kurs läuft noch bis zum 20.06.2018. Sie können jederzeit neu einsteigen. Der Zusatzbeitrag für Nicht-Vereinsmitglieder beträgt 40,00 €. Weitere Auskünfte erhalten Sie bei der Übungsleiterin Ingrid Berger 0157/71561966.

Aktuelle Termine und weite Kursinformationen finden Sie auf unserer Homepage.

*Laura Müller
Sportwartin*

Mitglieder werben Mitglieder

Für jedes neue Mitglied schreiben wir dem Werber 10,- € bei der nächsten Abbuchung gut. Dazu muss das neue Mitglied den Namen des Werbers auf dem Anmeldeformular auf Seite 2 unten aufführen. Die Werbepremie erhalten alle beitragszahlenden Vereinsmitglieder.

Achtung! Die 10,- € werden auch für die Werbung von Fördernden Mitgliedern vergütet.

Aktion PINK – Race for Survival

19. Brustkrebs Benefizlauf am Sonntag, den 23.09.2018

Motto in diesem Jahr lautet: Create a better life! - **Terminänderung!**

Für's Leben gern laufen – laufen Sie mit für die Erhaltung der Brustgesundheit und die Heilung von Brustkrebs. Seien Sie dabei, wenn am 23.09.2018 (nicht wie ursprünglich geplant am 30.09.2018) der Startschuss gegeben wird.

Auch in diesem Jahr wollen wir als Team der TG Römerstadt laufen

(5 km) oder walken (2 km). Ich bedanke mich jetzt schon von ganzem Herzen bei allen Teilnehmern aus unserem Verein. Für uns Überlebende bedeutet diese Unterstützung unheimlich viel: Zusammen mit vielen anderen ein Zeichen setzen, Mut und Kraft den Betroffenen geben, nicht nur den Brustkrebspati-

enten, sondern auch ihrem Umfeld, denn Krebs geht uns alle an. Das Leben ist so schön!

Nähere Informationen zur Anmeldung erhalten Sie zeitnah.

Dana Soukup

VOLLEYBALL auf der Wiese

Auch in diesen Sommerferien wollen wir wieder für unsere Freizeitvolleyballer die Möglichkeit bieten, montags und donnerstags ab 19.00 Uhr auf der Niddawiese (am Ende der Hadrianstraße gegenüber

dem Minigolfplatz) gemeinsam Volleyball zu spielen.

Der Platz ist allerdings nicht in bestem Zustand, ein gutes Schuhwerk mit Profil ist deshalb notwendig. Bei Regen fällt das Spiel aus.

Weitere Auskünfte erhalten sie bei Übungsleiter Wolfgang Faber (Tel. 069/574723).

Wolfgang Faber

Persönliches

Volker Gilbert gestorben

Volker Gilbert war zwar kein Vereinsmitglied bei der TG Römerstadt, aber viele von uns kannten ihn, vor allem aus der „Führungsebene“ früherer Tage, als langjährigen Vorsitzenden im Turngau Frankfurt. Wir hatten gerne mit ihm zu tun, zumal er die Belange der Vereine, auch als Vorsitzender des TV Berkersheim, sehr gut kannte und sich auf allen Ebenen optimal für die Belange der Turnvereine einsetzte.

Große Verdienste hat er sich u.a. bei der Vorbereitung und Durchführung des Deutschen Turnfestes 2009 in Frankfurt erworben, wobei er Traditionelles und Wünschenswertes mit Zeitgemäßem und Machbarem gut anregen und umsetzen konnte.

Volker Gilbert starb am 7. Mai 2018 im Alter von 72 Jahren nach schwerer Krankheit. Die Urnenbeisetzung fand im Familienkreis statt.

Eine allgemeine Trauerfeier erlebte ich mit sehr vielen aus der Turnerschaft Frankfurts in der evangelischen Michaeliskirche von Frankfurt-Berkersheim. Unsere herzliche Anteilnahme kann ich auch hier nur seiner Frau Angelika mit ihren beiden Töchtern und deren Familien aussprechen.

Karl Schneider

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!

Einige Termine in nächster Zeit

- 25.06. – 03.08. Sommerferien (nur eingeschränkter Sportbetrieb) – Freizeit-Volleyball auf den Nidda-Wiesen
- 03.-07.09. Vereinsreise ins Münsterland.
- 14.09. Mitarbeiterbesprechung
- 15./16.09. Beginn der Volleyball-Runde 2018/19
- 20.09. Redaktionsschluss der Vereinsmitteilungen**
- 22.09. Herbstwanderung unseres Vereins
- 23.09. Brustkrebslauf (statt 30.09.)
- 01.-13.10. Herbstferien

Hier könnte Ihre Anzeige stehen Unterstützung gesucht!

Ein ehrenamtlich organisierter Verein ist auf die Mithilfe seiner Mitglieder und der umliegenden Firmen angewiesen, um sein Programm attraktiv und den wachsenden Anforderungen entsprechend gestalten zu können:

www.tgroemerstadt.de/partner

Impressum:

Redaktions- und Anzeigenschluss:
Donnerstag, 20. September 2018

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, 25.06.18
webmaster@tgroemerstadt.de