



52. Jahrgang

02/2018

# TURNER-ZEITUNG

Vereinszeitung der Turnerschaft 1860  
Frankfurt am Main-Heddernheim e.V.

*Einen guten Start ins Neue Jahr!*



**A**erobic **A**ikido **B**adminton **B**allett **B**allsport für Kids **B**eckenbodengymnastik

**E**ltern/Kind-Turnen **F**itnessboxen **F**it in der Schwangerschaft **F**rauengymnastik **F**reizeitfußball

**F**unktionsgymnastik **G**erätturnen **H**ui Chun Gong **H**ip-Hop **J**azztanz **J**udo

**K**inderturnen **K**onditionsgymnastik **L**eichtathletik **M**ami-Workout mit Baby **O**steoporosegymnastik

**P**arkour **P**ilates **Q**i Gong **R**und um fit **R**ückbildungsgymnastik **R**ückenfitness

**S**eniorengymnastik **S**portabzeichen **S**kigymnastik **S**paß an der Bewegung **S**port für Jedermann

**T**ai Chi **T**anzsport **T**ischtennis **V**olleyball **W**irbelsäulengymnastik **Y**oga **Z**umba® Fitness

## Liebe Vereinsmitglieder, liebe Vereinsinteressierte,

ich wünsche Ihnen im Namen des Vorstandes alles Gute zum Neuen Jahr! Wir hoffen, dass Sie gut gestartet sind und freuen uns auf Ihre Teilnahme in den Sportgruppen und Kursen im Jahr 2019.

In der letzten Ausgabe waren Sie gefordert: gerne hätten wir gewusst, wie Sie unser Angebot beurteilen. Leider waren die Rückmeldungen sehr spärlich. Was wir erfahren haben und wie es weitergeht, hat unser Sportwart noch einmal in einem kurzen Artikel zusammengefasst. Zusätzlich haben wir ein Meinungsbild bei der Schülerweihnachtsfeier 2018 abgefragt; mal sehen, was wir dort Neues erfahren. Wir halten Sie auf jeden Fall auf dem Laufenden.

Alle paar Jahre ist es so weit: wir überprüfen unsere Satzung auf ihre Aktualität. Im Jahr 2018 haben wir uns entschlossen, einige kleine Änderungen von der Mitgliederversammlung am 15. März 2019 beschließen zu lassen. Da die endgültige Version bis zum Redaktionsschluss noch nicht vorlag, bitte ich Sie, auf die entsprechenden Aushänge in den Schaukästen zu achten und die Versammlung zahlreich zu besuchen.

Unser AirTrack® ist endlich da! Damit kann nun fleißig geturnt und gesprungen werden. Unser Vereinsvorsitzender gibt uns einen kleinen Einblick über die



Finanzierung und den Spaß, den die Gruppenteilnehmer schon mit dem neuen Gerät haben.

Selbstverständlich gab es im Sommer wieder einen Ausflug unserer Senioren. Frank Broschat hat die Eindrücke ab Seite 33 zusammengefasst. Hier kann unsere Vereinsjugend nicht zurückstehen: im Oktober richtete der Jugendausschuss wieder eine Hallenübernachtung mit großer Resonanz aus. Wie es war, erfahren Sie ab Seite 18.

Die Datenschutzgrundverordnung hat selbstverständlich auch Auswirkungen auf unsere Vereinszeitung. Beim Durchblättern wird es Ihnen sicherlich auffallen: es gibt weniger Bilder, die Personen darauf sind nicht mehr zu erkennen und auch sonstige Daten – wie z. B. Ergebnislisten – werden gestrichen. Das macht es nicht einfacher, eine ansprechende Vereinszeitung zu gestalten, aber ich hoffe, das Beste daraus gemacht zu haben.

Noch etwas in eigener Sache. Sie halten sie in den Händen: meine – vorerst - letzte Ausgabe der Turnerzeitung! In den letzten 6 Jahren habe ich die Zeitung, unser „Blättche“ oder „Tonnerzeitung“ redaktionell gestaltet, teilweise Artikel selbst geschrieben und den einen oder anderen animiert, einen Bericht zu schreiben, Bilder zu schicken oder einfach mal die Meinung Kund zu tun.

Im Rahmen des Projektes „Starker Sport. Starker Verein“ habe ich mich bereit erklärt, als Kontaktperson zwischen Verein und Verbänden zu agieren. Ich hoffe damit, den Verein maßgeblich voranzubringen und mache daher meinen Platz frei für neue kreative Ideen im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen bedanken, die mich in meiner Funktion als Pressewart unterstützt haben. In diesem Zusammenhang möchte ich darauf hinweisen, dass im Zuge der Satzungsänderung unter anderem die Bezeichnung des Amtes „Pressewart“ in Zukunft „Beauftragter für Medien- und Öffentlichkeitsarbeit“ lauten wird - wenn eine Genehmigung durch die Mitgliederversammlung erfolgt. Damit kann sich dann aber gerne mein/e Nachfolger/in schmücken.

Beim Lesen wünsche ich Ihnen gute Unterhaltung.

Oliver Meffert  
Pressewart a. D.



**Alfons Dresch Haustechnische Anlagen GmbH**

**Spenglerei - Installation - Gas - Wasser - Kanal**

**Sanitär - Heizung - Lüftung - Solaranlagen**

Höhenstraße 45 60585 Frankfurt am Main  
Tel.: 43 14 17 E-Mail: alfonsdresch@web.de

Beratung

Planung

Einrichtung

Tel: 069 / 9529 4034  
Fax: 069 / 9529 4035



## Wieso, Weshalb, Warum ... wer nicht fragt bleibt dumm. Aber warum gibt es keine Antworten?

In der letzten Turnerzeitung hatte ich aufgerufen, uns zu helfen, den Vereinsbetrieb aktiv zu gestalten. Ich wollte in dieser Ausgabe nun auf die konkreten Themen eingehen, aber das ist leider nicht wirklich möglich. Der Rücklauf ist in wenigen Worten „sehr gering“. Das könnte nun heißen, dass unser Angebot alle Wünsche abdeckt und alles so bleiben soll. Andere Interpretationen sind ebenso möglich ...



Wir werden die Umfrage noch etwas aktiver - unter anderem auf der Schülerweihnachtsfeier und durch die Auslagen - vorantreiben. Ich hoffe, dass dann mehr Rücklauf für einen sinnvollen Bericht in der nächsten Ausgabe zusammenkommt.

Wer nun noch Lust verspürt, uns etwas mitzuteilen - anbei noch einmal meine Fragen. Antworten entweder direkt per Mail an mich senden (sportwart@turnerschaft-hedderheim.de) oder schriftlich (und gut leserlich) in unseren Briefkasten einwerfen.

### Sportbetrieb:

Gäbe es Angebote, die die Turnerschaft zusätzlich anbieten sollte?

Wie sollen wir über neue Angebote informieren und was ist Ihre Informationsquelle (z. B. Webseite, Aushang, Info von Freunden/Trainern, Turnerzeitung)?

Welche Uhrzeiten sollte die Turnerschaft für Angebote nutzen? Welche Wochentage?

Im Falle von kurzfristigem Ausfall von Gruppen – welche Informationsquellen sollen verwendet werden (z. B. Aushang, WhatsApp Gruppe)?

Im Falle von kurzfristigem Ausfall des Trainers – könnte jemand aus der Gruppe übernehmen? Wäre das eine gute Idee, damit es nicht zum Entfall kommt? (bitte mit Hinweis auf Gruppe beantworten)

Hätten Sie Lust, eine Trainingsgruppe vertretungsweise zu übernehmen? Könnten wir helfen?

Andere Kommentare/Hinweise

### Vereinsleben:

Welche Aktivitäten im Vereinsleben sollten wir vorantreiben? (z. B. Wandertag, Sommerfest).

Unsere Schülerweihnachtsfeier findet schon seit Jahren an einem Sonntag statt; ist dies als Termin wünschenswert? Sollten wir mal auf einen Samstag umschwenken?

Welche Informationen fehlen Ihnen auf unseren Internetseiten?

Welche Informationen fehlen im Aushang?

Würden Sie uns bei unseren Aktivitäten unterstützen? Bitte Name, (Mobil-) Telefon-Nr, Email und ggf. Einschränkungen nennen.

Andere Kommentare/Hinweise

Ich freue mich auf Rückmeldungen.

Helge Harren

Sportwart

sportwart@turnerschaft-hedderheim.de

## Rote Ballons auf dem Gaukinderturnfest 2018

Am Sonntag, dem 26. August 2018 fand das diesjährige Gaukinderturnfest bei der SG 1877 Frankfurt-Nied statt. Es nahmen insgesamt etwa 200 Kinder bis 14 Jahre an den Einzel- und Mehrkampf-Wettbewerben teil.

Unsere Leichtathletik- und Turn-Abteilung war mit 19 Jungen und Mädchen angetreten und konnte 9 Podest Plätze (5 x 1. Platz, 3 x 2. Platz und 1 x 3. Platz) erringen. Nach dem Ende der Einzelwettkämpfe konnten sich die Kinder auf dem Spielparcours mit einer Hüpfburg, Spielstationen oder Kistenstapeln der Turnerjugend vergnügen. Die Trampolin-Gruppe SG Nied zeigte zudem einem faszinierten Publikum ihr Können auf dem großen Trampolin. Vor den Siegerehrungen fanden noch die traditionellen Staffelläufe statt, bei denen unsere Sportler zwei erste und einen zweiten Platz belegen konnten.

Zum Abschluss der Veranstaltung wurden rote Ballons mit kleinen Zetteln,



auf denen die Kinder ihre Wünsche geschrieben hatten, in den wolkenlosen blauen Himmel fliegen gelassen. Man darf gespannt sein, wie weit die Ballons fliegen, wo sie landen werden und wer die Wünsche der Kinder lesen wird.

Das nächste Kinderturnfest der Turnerjugend und des Turngaues Frankfurt - das Hallenkinderturnfest - findet am 9. März 2019 in der Fabriksporthalle in Fechenheim statt.

Thorsten Küchler  
Übungsleiter Turnen



# Die Eintracht im Herzen...

\* Debitkarte



## ... und im Geldbeutel.

Mit der AdlerCard – der SparkassenCard\*  
im original Eintracht-Look.  
Exklusiv nur bei der Frankfurter Sparkasse.  
Greif sie Dir jetzt!

Seit 1822. Wenn's um Geld geht.  
[hol-dir-die-adlercard.de](http://hol-dir-die-adlercard.de)

 Frankfurter  
Sparkasse 1822

## Starker Sport. Starker Verein - Wir sind dabei!

Erst nach einigem Zögern hatten wir im September bei einer Umfrage des Landessportbundes Hessen teilgenommen. Ziel der Befragung war, die aktuellen Strukturen in den hessischen Sportvereinen statistisch zu erfassen und sich mit einer Auswertung ein Bild zu verschaffen, wie die Vereine zur Zeit – auch gegenüber professionellen Anbietern - aufgestellt sind.

**STARKER SPORT.  
STARKER VEREIN.**

überprüft und letztendlich einen großen Schritt mit neuen Konzepten in die Vereinszukunft wagt. In den nächsten Wochen und Monaten werden wir in Workshops auf Basis unserer Ergebnisse bei der Umfrage unsere Abläufe, aber auch unser Sportangebot überprüfen und neue Ideen für die Zukunft des Vereins erarbeiten, die dann bis 2020 und darüber hinaus umgesetzt werden sollen. Wir freuen uns schon auf die Zusammenarbeit mit den Verbänden und werden auch in Zukunft darüber in der Turnerzeitung berichten.

Oliver Meffert  
Pressewart

Die gewonnenen Daten aus dem näheren Umfeld wurden ins Verhältnis zu unseren eigenen Daten gesetzt, so dass der Vorstand hieraus eine Standortbestimmung für die Arbeit, das Angebot und die Qualität der Turnerschaft ableiten konnte. Bei der Abgabe unserer beantworteten Fragen bestand am Ende die Möglichkeit, sich als Projektverein beim Landessportbund für eine zweijährige Weiterführung dieser Auswertung zur Verfügung zu stellen. Große Hoffnungen, ausgewählt zu werden, hatten wir nicht – unser Kreuzchen war aber gesetzt.

Umso größer war die Freude, als wir Ende Oktober die Zusage erhielten, dass wir einer von ca. 30 hessischen Vereinen sind, der in den nächsten zwei Jahren in Zusammenarbeit mit dem Landessportbund seine Vereinsstrukturen überarbeitet, das Sportangebot zu angrenzenden Vereinen auf Lücken



## Sportabzeichen-Saison 2018

Ja und so schnell ging das Jahr und vor allem die schöne Sommersaison zu Ende. Das war die Saison in Zahlen:

108/37/31/2019/19/12/2018/2017/64/2.

Na wissen Sie schon was die Zahlen bedeuten?

Die eine oder andere Zahl bestimmt. Hier nun die Auflösung! Laut Wetteramt hatten wir 108 Sonnentage (2017 waren es nur 64) die höchste Temperatur war 37° Grad (meistens montags beim Training). Aber trotz der Hitze, die leider nicht so gut war, um zu trainieren oder auch für die Abnahme, haben sich regelmäßig die Freunde des Sportabzeichens montags auf dem Platz getroffen.

31 Sportler/innen stehen auf der Anwesenheitsliste für das Sportabzeichen. 19 von ihnen haben 2018 das Sportabzeichen wieder geschafft. Und hier kommt noch eine Zahl - na klar, die 12: das ist die Zahl derer, die in diesem Jahr mit dem Sportabzeichen begonnen haben, aber leider aus gesundheitlichen Gründen dieses nicht beenden konnten.

Auf diesem Wege: Alles Gute für Euch - werdet wieder fit, damit ihr (nächstes Jahr) das Sportabzeichen machen könnt. Ist schon ganz schön ärgerlich: da fehlt nur noch eine Disziplin und dann kommt ein gesundheitliches Pro-



blem und die Saison ist beendet (es lebe der Sport). Leider, wie im letzten Jahr auch, glänzte ich sehr, sehr häufig mit Abwesenheit - da lässt mein Schichtdienst grüßen. Ich habe aber 2 (und wieder eine Zahl) würdige Vertreter - das sind Andrea Harren und Oliver Meffert, die sich liebevoll um die Gruppe gekümmert und somit zum Erfolg beigetragen haben. An dieser Stelle nochmals herzlichen Dank für alle Vertretungen.

Und nach dem heißen Sommer auf dem Sportplatz folgt dann nun auch schon wieder die Hallen-Saison. Hierfür treffen wir uns donnerstags von 18:30-20:00 Uhr in der Vereinshalle, um uns über den Herbst und Winter für die nächste Sommersaison und das nächste Sportabzeichen 2019 fit zu halten.

Mit Spannung wurde natürlich der Übergabe des Sportabzeichens entgegengefeiert. Man freute sich als der Termin bekannt gegeben wurde. Dafür trafen sich alle wieder in geselliger Runde im habel.elf, wo uns Karin Eberbach mit ihren Kochkünsten und zum Nachhinein mit einem „Bier“ für jeden überraschte. Wenn Essen als Disziplin vom Sportabzeichen auf der Liste stehen würde, wäre dort allen Teil-

nehmern die Höchstpunktzahl sicher. Aber das haben Sie sich auch wirklich verdient!

So, nun wieder Blick voraus auf die neue Saison 2019 (schon wieder eine Zahl, das ist aber die Letzte für heute - versprochen!).

## Sparkassen Sportabzeichen Wettbewerb

Die deutschen Sparkassen prämiieren jedes Jahr Vereine, die sich bei der Abnahme des Sportabzeichens oder sonstigen sportlichen Aktivitäten besonders engagieren. Am 27. September 2018 war es wieder soweit: die feierliche Übergabe der Urkunden und damit verbundenen Prämien des Sportabzeichen-Wettbewerbs der Frankfurt Sparkasse wurden überreicht. In den Räumlichkeiten des Eintracht Museums erhielten verschiedene Vereine und Schulen ihre Gewinne. Die Frankfurter Sparkasse stellt zusätzlich zum nationalen Sportabzeichen-Wettbewerb Geld- und Sachpreise im Wert von 5.000 EUR zur Verfügung.

Aufgrund der abgelegten Sportabzeichen in 2017 hat die Turnerschaft einen Geldbetrag in Höhe von 200 Euro erhalten. Ich durfte den Preis im Namen des Vereins entgegennehmen. Anschließend bestand noch die Möglichkeit zur Teilnahme an einer Führung in der Commerzbank Arena und den DFB-Pokal aus der Nähe zu bewundern. Insgesamt wurden als Gewinner ausgezeichnet:

Bis demnächst mal wieder in der Halle oder auf dem Sportplatz.

Euer  
Klaus Eberbach  
Sportabzeichen-Abnehmer

VfL Goldstein, SG Enkheim und die Goldsteinschule erhielten jeweils 500 Euro. Die Judoabteilung der TSG Nordwest 1898, die Musterschule und die Grundschule Harheim bekamen jeweils 300 Euro. 200 Euro gingen an den Turnverein Harheim, die Turnerschaft 1860 Frankfurt-Heddernheim, die TG Zeilsheim, den SC Goldstein, die Büchertalschule und die Ludwig-Uhland-Schule. Die Erich-Kästner-Schule wurde mit 100 Euro unterstützt.

Helge Harren  
Sportabzeichen-Abnehmer



### 3. Hedderzheimer Sportabzeichentag

Am 1. September 2018 fand der dritte Sportabzeichentag der Turnerschaft statt. Jeder ab 6 Jahren konnte an diesem Tag auf dem Sportplatz die Leistungen für das Sportabzeichen ablegen, nur der Schwimmnachweis musste anschließend im Schwimmbad erbracht werden.

Nachdem der Sommer warm und trocken war, hatten wir auch Top-Wetter an diesem Tag. Es war auch weiterhin sonnig und trocken. Wie in den Vorjahren wurden ab 9:00 Uhr mit der Einrichtung der Wettkampfstätten durch die

fleißigen Helfer begonnen. Ab 10:00 Uhr starteten dann die Abnahmen. Parallel zu diversen Fußballspielen wurden folgende Disziplinen abgenommen:

Weitsprung, Standweitsprung, Sprint (30m, 50m, 100m), Medizinballwurf, Ballwurf, Drehwurf, Schleuderball, Kugelstoßen, 800m Lauf, 3000m Lauf und Seilspringen.

Mit unterschiedlichen Anforderungen und Disziplinen je nach Altersklasse ergeben sich schnell verschiedenste Zusammenstellungen pro Sportler. Die Ausdauerleistung über 800 m wurde direkt auf dem Sportplatz in abgemessenen Runden auf dem Rasen abge-



nommen, während die 3000 m entlang der Nidda gelaufen wurden. Leider waren dieses Jahr - trotz schönen Wetters - noch weniger Sportler als 2017 zum Sportabzeichentag gekommen. Im Rahmen des Sportabzeichentags wurden 12 Teilnehmern die Leistungen abgenommen. Sofern die fehlen Schwimmleistungen nachgereicht wurden, haben dann auch 12 Teilnehmer ihr Sportabzeichen letztendlich abgelegt. Euch einen herzlichen Glückwunsch!

Einen Dank an alle fleißigen Helfer! Ohne Euch könnten wir solch einen Tag nicht durchführen.

Helge Harren, Sportwart und Sportabzeichen-Abnehmer

#### Psychotherapeutische Privatpraxis Joachim Otto

Seelische Konflikte belasten das Leben von uns Menschen. Nicht immer gelingt es, befriedigende Lösungen zu finden. Dies kann zu inneren Spannungen führen, die auf die Dauer eine echte Lebenszufriedenheit verhindern. Bleiben Konflikte ungelöst, beeinträchtigen sie Körper und Seele. Hier kann Psychotherapie neue Wege eröffnen. Aus der Zusammenarbeit von Patient und Therapeut können Lösungsmöglichkeiten entstehen, die zu seelischer Entlastung führen.

Ich helfe Ihnen dabei!

Therapie - Beratung - MPU-Vorbereitung



Im Heidenfeld 40 • 60439 Frankfurt  
Gemeinschaftspraxis Roth  
Stiftstraße 2 • 60313 Frankfurt • Tel: 069 574002  
jotto.frankfurt1@gmail.com • www.otto-psychotherapie.de

**GaWaSan**  
.....  
Sanitär- und Heizungstechnik  
Komplettbäder mit Ideen

GaWaSan GmbH                      Tel.: 069 / 95 10 98 70  
Hedderzheimer Landstr. 16      Fax.: 069 / 95 10 98 777  
60439 Frankfurt am Main        [www.gawasan.de](http://www.gawasan.de)

Baby  
LOUNGE

**FÜR ELTERN  
MIT BABIES BIS 18 MONATE**  
**Montags 10:00 - 12:00 Uhr**

- Infos rund um Kinder und Familie
- Austausch mit anderen Eltern
- Infos über Kontaktstellen für Familien in Heddernheim und Umgebung
- Kostenfrei

Turnerschaft 1860  
Frankfurt/M. - Heddernheim e.V.  
Habelstraße 11 - 60439 Frankfurt  
Tel. 049. 57 75 33  
[www.turnerschaft-heddernheim.de](http://www.turnerschaft-heddernheim.de)

## Gesellschaftstanz – Workshop 4 Tänze\* in 4 Wochen

Tanzschritte auffrischen

Neue Tanzschritte lernen

Cha-Cha-Cha, Rumba,  
Langsamer Walzer, (Disco-)Foxtrott



- am Sonntag, dem 10.03., 17.03., 24.03. und 31.03.
- Am 31.03. kann direkt im **tanz.kaffee** weitergetanzt werden
- jeweils 2x 45 Minuten (mit Pause) ab 14:00 Uhr im Großen Saal der Turnerschaft
- Anmeldung als Paar in der Geschäftsstelle der Turnerschaft über das entsprechende Anmeldeformular für Kurse & Workshops.
- Teilnehmerzahl mindestens 5 Paare
- Kosten pro Person: 30,- € Mitglieder; 40,- € Nicht-Mitglieder
- Fragen - gerne über [tanz@turnerschaft-heddernheim.de](mailto:tanz@turnerschaft-heddernheim.de) oder beim Tanz-Training am Donnerstag 20:00 Uhr vorbeischaun

\* Könnten auch mehr werden

## Neue Gesellschaftstanz-Gruppe

Lust auf Tanzen

Tanzschritte auffrischen

Neue Tanzschritte lernen



- Geplant ab Januar 2019 bei ausreichender Teilnehmerzahl
- Dienstags, 20:30 – 22:00 Uhr im Kleinen Saal der Turnerschaft
- Voranmeldung als Paar an:  
[tanz@turnerschaft-heddernheim.de](mailto:tanz@turnerschaft-heddernheim.de)  
mit Name, Anschrift, E-Mail, Telefonnummer
- Fragen - gerne über [tanz@turnerschaft-heddernheim.de](mailto:tanz@turnerschaft-heddernheim.de) oder beim Tanz-Training am Donnerstag 20:00 Uhr vorbeischaun

## Tag der offenen Tür

Unser erster Tag der offenen Tür mit Thema „Tanzen“ fand am 16. September 2018 statt. Ab 14:00 Uhr - im Anschluss an unser Fest für die ehrenamtlichen Helfer des Vereins - gab es Angebote unserer Tanz-Abteilung im Kleinen und Großen Saal. Im Großen Saal starteten wir mit Zumba®. Das waren 30 Minuten dynamische Beats und viel Bewegung. Schnell waren plötzlich auch die Kinder und Jugendlichen aus dem Kleinen Saal dabei und es war eine tolle Stimmung.

Nun ging es weiter mit Gesellschaftstanz – es wurde gleich passend der Disco Fox gelehrt und auch einige der Zumba-Tänzer stiegen ein. Disco-Fox-Grundschriffe und ein paar Drehungen wurden schnell umgesetzt.

Einen großen Dank an alle Trainer und Gruppenteilnehmer, die diesen Tag ermöglicht haben – ich hoffe, Ihr hattet auch Spaß.

Helge Harren  
Abteilungsleiter Tanzen



## Tanzsportabteilung mal anders: Fahrrad- ausflug und Besichtigung bei der Feuerwehr

Es werden mal mehr, mal weniger Aktionen neben dem wöchentlichen Tanz-Training unternommen. Dieses Jahr gab es einen Fahrradausflug im August.

Von Heddernheim ging es zur AGRAR-KULTUR-ACHSE OBERURSEL (<https://www.regionalpark-rheinmain.de/portfolio-item/agrar-kultur-achse-oberusel/>). Nach ein paar Eindrücken vor Ort und etwas zu trinken, ging es weiter Richtung Bad Homburg. Über die Felder radelten wir bergauf und bergab bis zum Lindenhof und weiter nach Nieder-Eschbach zur Pause bei einem Eis. Gestärkt führte unser kleiner Ausflug uns wieder zurück nach Heddernheim.

Mit entsprechender Begeisterung wurde auch schnell die Herbst-Tour geplant. Anfang November ging es zur Feuerwehr nach Frankfurt. Nach gründlicher Einweisung und etwas Historie im Planungsraum ging es raus auf das Gelände der Wache 1. Zunächst besichtigten wir das Trainingszentrum: hier konnten wir die Räumlichkeiten für Atemschutzübungen und einen Fahrsimulator für Feuerwehr- und Rettungswagen bewundern. Nun führte uns die Tour raus auf das Außengelände, wo ein großer Kran für „Kletterübungen“ steht. Gerade wurde eine Drohne für die Umweltüberwachung gestartet. Hinab ging es in die U-Bahn-Station der Feuerwehr – denn regelmäßige

Übungen müssen auch mit U-Bahnen gemacht werden. Es hat sich gezeigt, dass in separater Umgebung (und nicht in aktiv benutzten U-Bahnstationen des RMV) eine Übung besser organisiert werden kann. Es schloss sich die Indoor-Trainingshalle mit verschiedenen Gebäuden, einem Schlecker und einer Bahn-Haltestelle an: auch hier können viele Situationen simuliert werden.



Zum Abschluss ging es weiter in die Hallen mit den verschiedenen Fahrzeugen - so viele ... da kam man überhaupt nicht mehr aus dem Staunen. Insgesamt waren es zwei schöne Ausflüge: besten Dank an dieser Stelle an Karin und Klaus Eberbach für die Organisation!

Helge Harren  
Abteilungsleiter Tanzen



## Qi Gong

Möchten Sie Ihre Qigong-Erlebnisse erweitern und vertiefen: dann melden Sie sich doch bei den Kursen unserer Übungsleiterin Elke Kilimann an. Die Angebote finden im Rahmen der Bildungsakademie des Landessportbundes statt und können dort auch über das Portal [www.sport-erlebnisse.de](http://www.sport-erlebnisse.de) gebucht werden:

- 4. - 8. März 2019 Haus des Sports, Otto-Fleck-Schneise, Frankfurt-Niederrad, (Kurs 30904)
- 8. - 12. Juli 2019 Taunus-Tagungshotel, Friedrichsdorf (Kurs 3095)
- 2. - 6. Sept. 2019 Hotel Sonnentau, Fladungen (Rhön) (Kurs 30955)



Die Blume

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 8:30-18:30 Uhr  
durchgehend geöffnet!  
Samstag: 8:30 - 14:00 Uhr  
Sonntag: 10:00 - 12:00 Uhr

Friedrich Petzold GmbH  
60439 Frankfurt/M. In der Römerstadt 106  
Telefon: 069 / 57 19 61

Gaststätte  
**Momberger**  
Inh. Bernd Greb  
Eigene Apfelweinkelerei,  
eigene Schlachtung  
60439 Frankfurt  
Alt Heddernheim  
Tel: 57 66 66



### Grafikbüro Petra Kress

Ich gestalte für Sie aufmerksamkeitsstarke

- Faltblätter • Plakate • Anzeigen • Logos • Flyer
- Broschüren • Prospekte • Werbebanner
- Roll-ups • Präsentationen • Geschäftsberichte
- Stempel • Briefpapiere • Briefumschläge
- Folienbeklebungen • Schilder • Aufkleber
- Messeausstattungen • Backlite-Folien.

Mein Service für Sie: professionelle Gestaltung, drucktechnische Abwicklung, kompetente Beratung.

Petra Kress • In der Römerstadt 7a • 60439 Frankfurt a/M  
Tel.: 069 - 957 38 502 • Fax: 060 - 957 38 501  
[petrakress@online.de](mailto:petrakress@online.de) • [www.petrakress-grafikdesign.de](http://www.petrakress-grafikdesign.de)



## Spannende Wettkämpfe und intensive Vorbereitung auf Gürtelprüfungen

Wie auch sonst, gibt es viele Neuigkeiten aus der Judoabteilung. Seit dem Sommer ist viel passiert und auch nach Weihnachten wird sich viel tun.

In der kleinen Gruppe setzen sich immer mehr Kinder für Wettkämpfe ein. Wir - als Trainerteam - unterstützen das und gestalten die Trainingseinheiten dementsprechend. Das kommt bei allen Trainingsteilnehmern sehr gut an: wir haben auch vor, in Zukunft mehr wettkampf-orientiertes Training anzubieten.

Am 22. September 2018 besuchten 12 Kämpfer aus der kleinen und großen Gruppe einen Judo-Wettkampf. Für viele Kinder war das der erste Wettkampf. Angetreten sind alle in Friedrichsdorf bei der Bezirkseinzelleisterschaft in der U11 und U13. Das ist ein besonders gut besuchter Wettkampf, bei dem auch viele große Vereine vertreten sind. Wir - als Einsteiger - haben uns sehr gut geschlagen und standen mehrmals auf dem Siegereppchen.

Uns hat vor allem gefreut, dass die Kinder Spaß am Kämpfen hatten. Wir haben auch weiterhin vor, an Wettkämpfen teilzunehmen. Zumal Wettkämpfe ein grundlegender Baustein des Judo sind.

Parallel zu den Wettkämpfen bereiten sich viele unserer Judoka schon auf die nächste - im Winter stattfindende - Gürtelprüfung vor. Die meisten sind auf dem Weg, die Prüfung für den gelben Gürtel abzulegen, jedoch haben wir auch viele andere Prüfungen vor uns. Besonders erwähnenswert sind 3 angehende Schwarzgurte, die sich der Prüfung im März nächsten Jahres stellen müssen. Diese sind jetzt auch schon fleißig am Üben und Perfektionieren.

Wir hoffen auf ein schönes und erfolgreiches Restjahr und wünschen allen Judoka weiterhin Spaß beim Trainieren und allen Prüflingen viel Erfolg!

Dennis Schwarz



## Hallenübernachtung 2018

Nachdem die Hallenübernachtung in den vergangenen Jahren so gut angekommen war, hat sich der Jugendausschuss der Turnerschaft auch dieses Jahr dazu entschlossen, eine Übernachtung zu organisieren. Am 27. Oktober 2018 kamen am späten Nachmittag 25 Kinder aus allen Abteilungen der Turnerschaft in der Sporthalle zusammen.

Diejenigen, die im letzten Jahr dabei waren, wussten, was auf sie zukommt und waren voller Vorfreude, so dass die Stimmung insgesamt sehr fröhlich war.

Als alle da waren, starteten wir nach einer kurzen Begrüßung und mit ein paar sportlichen Spielen. So konnten sich alle Kinder schnell kennenlernen und waren nach knapp zwei Stunden auch ordentlich hungrig - und durchaus ein bisschen erschöpft.

Im kleinen Saal wurde ein großer Tisch aufgebaut und alle konnten sich mit ausreichend Pizza stärken. Für jeden Geschmack war etwas dabei und Nachtisch gab es natürlich auch. Nach dem Essen wurden die Schlafplätze fertig eingerichtet. Auf diversen Turnmatten fand jeder Schlafsack einen Platz. Alle durften sich ein geeignetes Fleckchen aussuchen und es sich dort gemütlich machen. In der Mitte des Bettenlagers wurde ein Beamer aufgestellt, der Filme an die Wand projizierte.

Die Kinder machten es sich bequem und konnten den ersten Film mit ein paar Snacks genießen. Anschließend wurden die Zähne geputzt und wäh-



rend des zweiten Films wurden bei vielen die Augen dann schon so langsam schwer.

Nach einer ruhigen - und durch die Zeitumstellung etwas längeren Nacht - wurden alle am nächsten Morgen um 8:00 Uhr geweckt. Nach einem gemeinsamen Frühstück folgte noch ein Abschlussspiel. Anschließend wurden um 10:00 Uhr alle Kinder wieder abgeholt. Mit insgesamt 10 Helferinnen und Helfern war der Jugendausschuss bei der diesjährigen Übernachtung fast vollständig vertreten. Wir hatten eine tolle Zeit und hoffen, dass es allen Kindern genauso viel Spaß gemacht hat wie uns.

Wir freuen uns schon darauf, nächstes Jahr erneut eine Hallenübernachtung zu veranstalten!

für den Jugendausschuss  
Dennis Schwarz und Sophia Geimer

## 3. Ehemaligen-Treffen

Am 1. September 2018 war es im habel.elf ab 19:00 Uhr mal wieder voll: es gab ein großes „Hallo“, denn die Ehemaligen aus allen Sparten des Vereins trafen sich, um ihr Bild vom Verein aufzufrischen, aber auch über die alten Zeiten zu sprechen.

Insgesamt waren über 30 Sportler im Alter von 24 bis 87 Jahren gekommen und die Letzten gingen weit nach Mitternacht erst nach Hause. Natürlich durfte der Durchlauf von alten Bildern auf dem großen Bildschirm im habel.elf nicht fehlen, auf denen sich fast jeder wiederfand. Bei einem kurzen Hallenrundgang konnten die baulichen Veränderungen der letzten Jahre begutachtet werden und auch der Tischkicker wurde rege genutzt. Da auch die Spenden-Wutz der Jugend aufgestellt war, konnte am Ende ein Beitrag für unsere Vereinsjugend verbucht werden. Der Dank aller Gäste geht an Thorsten Barufke-Schmidtell, der das Treffen organisiert hatte, sowie an Rüdiger Barufke, der alle Gäste aus nah und fern mit Getränken von der Theke aus versorgte.



Ein Ehemaliger (und trotzdem immer noch Vereinsmitglied)



Sportart	Gruppe	Zielgruppe	Tag	Beginn	Ende	Ort
Ballsport	Badminton	Gruppe I	So	10:00	- 11:00	Gr. Saal
	Badminton	Gruppe II	So	11:00	- 12:00	Gr. Saal
	Ballsport	Kinder ab 5 Jahre	Fr	15:30	- 16:30	RSS
	Freizeitfußball	Erwachsene	Mi	18:30	- 20:00	RSS
	Hobby-Kicken I	Erwachsene	Mo	20:00	- 22:00	RSS
	Hobby-Kicken II	Erwachsene	Mi	20:00	- 22:00	RSS
	Tischtennis	Jugend	Di	18:00	- 20:00	RSS
	Tischtennis	Jugend/Erwach.	Di	20:00	- 22:00	RSS
	Tischtennis	Jugend	Mi	17:00	- 18:30	RSS
	Tischtennis	Jugend	Fr	18:00	- 20:00	RSS
	Tischtennis	Jedermann	Fr	20:00	- 22:00	RSS
	Volleyball Mixed	Erwachsene	Di	20:00	- 22:00	Gr. Saal
	Volleyball Jederm.	Erwachsene	Fr	20:00	- 22:00	Gr. Saal
	Gymnastik	Body Fit / Aerobic	Erwachsene	Mi	19:00	- 20:00
Fitness Boxen		Erwachsene	Mo	20:00	- 21:00	Kl. Saal
Funktionsgym.		50 Plus	Mi	18:00	- 19:00	Gr. Saal
Funktionsgym.			Do	09:00	- 10:00	Gr. Saal
Konditions-/Ski-gymnastik		Erwachsene	Mo	20:15	- 21:15	Gr. Saal
Präventive Gym.		für Frauen	Mi	19:00	- 20:00	Gr. Saal
Präventive Gym.		Er & Sie	Mi	20:00	- 21:00	Gr. Saal
Präventive Gym.		im Stuhlkreis	Do	10:00	- 11:00	Gr. Saal
Rund um Fit			Mi	10:30	- 12:00	z. Zt. nicht
Yoga für Kinder		Kinder 7 - 12 J.	Do	16:30	- 17:30	Gym.-Raum
Yoga für Jugendl.	13 - 17 Jahre	Do		-	zur Zeit nicht	
Judo	Judo	6 - 11 J. /Anfäng.	Fr	17:00	- 18:30	Gr. Saal
	Judo	Jugend ab 12 J. / Erwachsene	Di	18:00	- 20:00	Gr. Saal
	Judo	Jugend ab 12 J. / Erwachsene	Fr	18:30	- 20:00	Gr. Saal
	Aikido	ab 16 Jahren	Sa	10:00	- 11:30	Gr. Saal

Sportart	Gruppe	Zielgruppe	Tag	Beginn	Ende	Ort
Leichtathletik	Athletik for Kids	4 - 6 Jahre	Di	16:30	- 18:00	Gr. Saal
	Leichtathletik	bis 10 Jahre	Mo	16:00	- 17:15	Gr. Saal
	Leichtathletik	10 - 13 Jahre	Mo	17:15	- 18:30	Gr. Saal
	Leichtathletik	Jugend & Aktive	Mo	18:30	- 20:15	Gr. Saal
	Leichtathletik	Jugend & Aktive	Do	18:30	- 20:30	Kalbach
	Sportabzeichen	Sommertraining*	Mo	18:00	- 19:30	Sportplatz
	Sportabz. u. 50+	Wintertraining*	Do	18:30	- 20:00	Gr. Saal
	Tanz	Ballett I	Mädchen, 3 - 5 J.	Fr	15:00	- 16:00
Ballett II		Mädchen, 5 -10 J.	Fr	16:00	- 17:00	Kl. Saal
Ballett III		Mädchen ab 10 J.	Fr	17:00	- 18:30	Kl. Saal
Ballett IV		Mädchen, 3 - 5 J.	Mo	14:30	- 15:30	Kl. Saal
Ballett V		Mädchen, ab 5 J.	Mo	15:30	- 16:30	Kl. Saal
Ballett VI		Mädchen ab 10 J.	Mo	16:30	- 17:30	Kl. Saal
Hip-Hop I		ab 9 Jahre	Do	17:30	- 18:30	Kl. Saal
Hip-Hop II		ab 13 Jahre	Do	18:30	- 19:30	Kl. Saal
Jazztanz I		Mädchen ab 6 J.	Sa	10:00	- 11:00	Kl. Saal
Jazztanz II		Mädchen ab 10 J.	Sa	11:00	- 12:00	Kl. Saal
Gesellschaftstanz	Gesellschaftstanz	Erwachsene	Di	20:30	- 22:00	Kl. Saal
	Tanzsport	Erwachsene	Do	20:00	- 21:30	Gr. Saal
	ZUMBA® Fitness	Erwachsene	Di	19:30	- 20:30	Kl. Saal
	Turnen	Turnen	Eltern / Kind	Mo	15:00	- 16:00
Spaß an der Bewegung		ab 7 Jahre	Mo	17:00	- 18:00	RSS
Parkour		ab 10 Jahre	Mo	18:00	- 19:15	RSS
Turnen		Kinder 3-5 Jahre	Mi	14:30	- 15:30	Gr. Saal
Turnen		Mädchen I, 6-8 J.	Mi	16:00	- 17:00	Gr. Saal
Turnen		Mädchen II, 9-11 Jahre	Mi	17:00	- 18:00	Gr. Saal

## Zeitliche oder räumliche Änderung

## Brühlwiese

RSS: Robert-Schumann-Schule

Gym. Raum: Gymnastikraum Vereinsturnhalle

\* Sommertraining ab April

Gr. Saal: Großer Saal Vereinsturnhalle

Kl. Saal: Kleiner Saal Vereinsturnhalle

Kalbach: LA-Halle Kalbach

Fortsetzung siehe nächste Seite

Sportart	Gruppe	Zielgruppe	Tag	Beginn	Ende	Ort
Turnen	Turnen	Mädchen III, ab 11 Jahre	Do	17:00	- 18:30	Gr. Saal
	Turnen	Jungen, ab 6 Jahre	Fr	16:30	- 18:00	RSS

## Kursangebote

Präventive Gymnastik - Yoga für Erw. (nach Iyengar) I	Mo	16:40	- 18:10	Gym.-Raum
Präventive Gymnastik - Yoga für Erw. (nach Iyengar) II	Mo	18:10	- 19:40	Gym.-Raum
Präventive Gymnastik - Osteoporosegymnastik	Mo	17:55	- 18:55	z.Zt. nicht
Faszientraining	Mo	17:55	- 18:55	z.Zt. nicht
Rückenfitness	Mo	19:00	- 20:00	z.Zt. nicht
Tai Chi Einsteiger und TN mit Grundkenntnissen	Mo	19:45	- 21:15	Gym.-Raum
Fit in der Schwangerschaft	Di	18:00	- 19:00	Kl. Saal/ Niddapark
Pilates - TN mit erweiterten Grundkenntnissen	Mi	18:15	- 19:15	Kl. Saal
Pilates - Fortgeschrittene	Mi	19:30	- 20:30	z.Zt. nicht
Yoga am Vormittag	Di	09:30	- 10:45	Gym.-Raum
Mami Workout mit Baby - Mutter und Baby	Do	09:30	- 10:30	Kl. Saal/ Niddapark
Rückbildungsgymnastik - Mütter nach der Geburt	Do	11:00	- 12:00	Kl. Saal
Qi Gong - Basiskurs I	Do	18:00	19:30	Gym.-Raum
Qi Gong - Basiskurs II	Do	19:45	21:15	Gym.-Raum
Wirbelsäulengymn., Yoga und Entspannung - Einsteiger und TN mit Grundkenntnissen	Do	19:30	- 21:00	Kl. Saal
Hui Chun Gong - Einsteiger und TN mit Grundkenntnissen	Di	18:30	- 19:30	Gym.-Raum



**Turnerschaft 1860**  
Frankfurt am Main-Heddernheim e.V.  
Habelstraße 11, 60439 Frankfurt am Main

# Let's move

*Gesund durch den Winter - Fit im Frühjahr*



Osteoporose-Gymnastik



Qi Gong



Pilates

- Rückenfitness
- Faszientraining



Tai Chi



Hui Chun Gong

- Hatha-Yoga
- Yoga nach Iyengar



Rückbildungsgymnastik



Fit in der Schwangerschaft



Mami-Workout mit Baby

**Kurs-Programm  
Januar - Juni 2019**

Unsere Kursangebote ab Januar 2019 haben wir wieder in einem separaten Kurs-flyer mit detaillierten Informationen und dem benötigten Anmeldeformular zusammengestellt. Der Flyer erscheint parallel zur Turnerzeitung und wird in der Turnhalle und auf der Geschäftsstelle ausliegen.



**über 150 Jahre**  
**Turnerschaft 1860**  
**Frankfurt am Main - Heddernheim e. V.**

Habelstraße 11 60439 Frankfurt / Main  
 Telefon: 069 / 57 75 33 Fax: 069 / 69 59 89 40  
 E-Mail: kontakt@turnerschaft-heddernheim.de



## Anmeldung Kurs / Workshop

Unvollständig ausgefüllte  
Formulare können nicht  
bearbeitet werden!

Ich ermächtige die Turnerschaft 1860 Frankfurt / Main - Heddernheim e.V. die Kursgebühr von meinem Konto mittels SEPA-Lastschriftmandat einmalig einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, das von der Turnerschaft 1860 Frankfurt / Main - Heddernheim e.V. auf mein Konto gezogene SEPA-Lastschriftmandat einzulösen. Wenn mein Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, gehen entstehenden Kosten im Falle einer Nichteinlösung meinen Lasten.

Kursnummer \_\_\_\_\_ Name des Kurses / Workshop \_\_\_\_\_

Nachname, Vorname \_\_\_\_\_ Anschrift, PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Nur bei den Kursen **Rückbildungsgymnastik** und **Mami-Workout mit Baby** ausfüllen.

Name des Kindes \_\_\_\_\_ Wochen / Monate \_\_\_\_\_  
 Alter des Kindes zu Beginn des Kurses \_\_\_\_\_

Telefonnummer (bei Rückfragen) \_\_\_\_\_ E-Mail Adresse (bei Rückfragen) \_\_\_\_\_

Wochentag, Uhrzeit \_\_\_\_\_ Kursleiter \_\_\_\_\_ Kursgebühr \_\_\_\_\_

Name des Kontoinhabers \_\_\_\_\_  ja  nein  
 Vereinsmitglied

**Meine Bankdaten liegen der Turnerschaft bereits vor und haben sich nicht geändert.**

IBAN \_\_\_\_\_

BIC (8 oder 11 Stellen) \_\_\_\_\_ Geldinstitut \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift für die Anmeldung und den Lastschrifteinzug \_\_\_\_\_

**Teilnahmebedingung**  
 Eine Teilnahmeberücksichtigung erfolgt in der Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen bis zur vorgesehenen höchsten Teilnehmerzahl. Sollte der von Ihnen gewünschte Kurs bereits belegt sein, setzen wir uns mit Ihnen in Verbindung. Sie erhalten (soweit möglich) ein Alternativangebot oder Sie können Ihren Namen auf die entsprechende Warteliste setzen lassen. Ein späterer Einstieg kann nur nach Absprache mit dem Kursleiter erfolgen. Die Kursgebühr wird dann anteilig erhoben.  
**Die Anmeldung ist verbindlich und wird nicht zusätzlich schriftlich bestätigt.**

**Qualitätskriterium für den Erhalt einer Kursbescheinigung ist eine regelmäßige Teilnahme (mindestens 80%) am Präventionsangebot. Auf Wunsch, können Sie jedoch auch bei einer geringfügigeren Teilnahme eine Kursbescheinigung ausgestellt bekommen.**

Die Kursgebühren werden am Tag der ersten Kurseinheit (oder an dem darauffolgenden Werktag) eingezogen. Bei späterem Einstieg, wird die Kursgebühr 14 Tage nach Erhalt der Anmeldung eingezogen. Die Mandatsreferenznummer für den Einzug von Kursgebühren besteht aus dem Nachnamen und dem Fälligkeitsdatum.

**Rücktritt**  
**Bei Nichterscheinen, Rücktritt am 1. Veranstaltungstag oder im Laufe der Veranstaltung wird die volle Kursgebühr einbehalten.**

**Hinweis zur Datenschutzgrundverordnung:** Ihre Daten werden zu Verwaltungszwecken gespeichert, zum Gebühreneinzug an Banken weitergegeben und nach Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen gelöscht.

1. Vorsitzender Markus Schmid Vereinsregisternummer: 73 VR 5374 Amtsgericht Frankfurt / Main  
 Öffnungszeiten der Geschäftsstelle: Dienstag 16.00 Uhr - 18.00 Uhr Mittwoch 10.30 - 13.00 Uhr Donnerstag 16.00 Uhr - 18.00 Uhr  
 IBAN:DE13 5005 0201 0000 255 696, BIC: HELADEF1822, Gläubiger-Identifikationsnummer: DE06HED00000820287



**über 150 Jahre**  
**Turnerschaft 1860**  
**Frankfurt am Main - Heddernheim e. V.**

Habelstraße 11 60439 Frankfurt / Main  
 Telefon: 069 / 57 75 33 Fax: 069 / 69 59 89 40  
 E-Mail: kontakt@turnerschaft-heddernheim.de



## Einverständniserklärung für Prä- und Postnatale Kurse

Nachname, Vorname \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

Telefonnummer (bei Rückfragen) \_\_\_\_\_

E-Mail Adresse (bei Rückfragen) \_\_\_\_\_

### Voraussetzung für die Kursteilnahme:

- Rücksprache mit dem Arzt oder der Hebamme.

### Kontraindikationen gegen ein Training sind z.B. wenn:

- der Gynäkologe eine Risikoschwangerschaft diagnostiziert, die Frau vorzeitige Wehen, einen Blasensprung, Blutungen oder eine Plazentainsuffizienz hat,
- die Schwangerschaft mit Hilfe einer Kinderwunschtherapie zustande kam  
 → Rücksprache Gynäkologe,
- es früher schon mal eine Früh- oder Fehlgeburt gab,
- die Frau irgendwann am Unterleib bzw. an den weiblichen Geschlechtsorganen operiert wurde  
 → Rücksprache Gynäkologe,
- eine der folgenden Erkrankungen vorliegt: chronische Herzerkrankung, chronische Lungenerkrankung, chronische Erkrankung des Bewegungsapparats, Anämie, Bluthochdruck, Schilddrüsenerkrankung.

Das Training findet grundsätzlich auf eigene Verantwortung statt.  
 Die Haftung für Verletzungen und Schäden aller Art während der Trainingseinheit liegt ausschließlich bei der Teilnehmerin selbst.

Ich versichere mit meiner Unterschrift, dass keine Kontraindikationen für ein Training vorliegen.

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift der Kursteilnehmerin \_\_\_\_\_

1. Vorsitzender Markus Schmid Vereinsregisternummer: 73 VR 5374 Amtsgericht Frankfurt / Main  
 Öffnungszeiten der Geschäftsstelle: Dienstag 16.00 Uhr - 18.00 Uhr Mittwoch 10.30 - 13.00 Uhr Donnerstag 16.00 Uhr - 18.00 Uhr  
 IBAN:DE13 5005 0201 0000 255 696, BIC: HELADEF1822, Gläubiger-Identifikationsnummer: DE06HED00000820287

## Termine

22.12.2018 – 13.01.2019	Weihnachtsferien
02.02.2019	18. Klaa Pariser Weibernacht (Großer Saal)
17.02.2019	Kreppelkaffee der Käwwernjugend (Kindersitzung)
23.02.2019	Kolping Sitzung
02.03.2019 – 06.03.2019	Vereinshalle wegen Fastnacht geschlossen
03.03.2019	Fastnacht-Sonntag-Sitzung (Großer Saal)
04.03.2019 – 08.03.2019	Geschäftsstelle geschlossen
05.03.2019	180. Klaa Pariser Fastnachtszug
15.03.2019	Mitgliederversammlung 2019, 20:00 Uhr
31.03.2019	Tanz.Kaffee ab 15:30 Uhr
13.04.2019 – 28.04.2019	Osterferien 2019
15.04.2019 – 26.04.2019	Geschäftsstelle geschlossen
29.06.2019 – 11.08.2019	Sommerferien 2019

### Umzug - Adressänderung- neue Bankverbindung - geänderte Kontonummer?

Bitte umgehend der Geschäftsstelle mitteilen, denn das hat Vorteile für alle: Sie sind erreichbar. Sie erhalten Ihre persönliche Ausgabe der Turnerzeitung bzw. Infopost. Ihr Mitgliedsbeitrag bzw. Ihre Kursgebühr kann eingezogen werden.

Es werden unnötige Kosten für Porto und Rücklastschriftgebühren gespart!

Sie erreichen mich telefonisch unter der Rufnummer: 069 - 57 75 33 bzw. per Fax unter 069 - 69 59 89 40 oder Sie schreiben eine E-Mail an [kontakt@turnerschaft-heddernheim.de](mailto:kontakt@turnerschaft-heddernheim.de)

Nicole Egner-Meffert, Geschäftsstelle

## Öffnungszeiten der Geschäftsstelle

Die Geschäftsstelle wird vom 17. Dezember 2018 bis zum 11. Januar 2019 geschlossen sein. Am 15. Januar 2019 findet die erste Bürosprechstunde im Neuen Jahr statt.

### Fastnacht

In der Zeit vom 4. bis zum 8. März 2019 bleibt das Vereinsbüro geschlossen.

### Osterferien

In den Osterferien ist die Geschäftsstelle vom 15. April bis zum 26. April 2019 für den Publikumsverkehr geschlossen. Ab dem 30. April 2019 sind wir wieder - wie gewohnt - für Sie da.

### Einschränkung des Sportbetriebes

Kein Sportbetrieb findet in den Räumen der Vereinshalle vom 2. März bis zum 6. März 2019 (Fastnacht) statt.

Die Nutzung der Schulturnhalle ist während der Ferien nicht möglich, so dass während der Weihnachts- als auch Osterferien keine Übungsstunden dort stattfinden können.

**Wir wünschen allen Mitgliedern eine schöne Zeit.**

Nicole Egner-Meffert, Geschäftsstellenleitung  
Thorsten Küchler, Schatzmeister



**uhren sieber**  
Dr. Norbert H. W. Sieber

**Uhren - Juwelen - Schmuck**

Anfertigungen und Reparaturen in eigener moderner Meisterwerkstatt, Edelsteinuntersuchungen, Schmuckgutachten

Hedderheimer Landstraße 22, 60439 Frankfurt am Main, Telefon und Fax: 069 - 57 38 53  
Geschäftszeiten: Mo, Di, Do, Fr 9.00 - 13.00 Uhr und 15.00 - 18.00 Uhr, Mi und Sa. 9.00 - 13.00 Uhr



seit 1835

**175**  
Jahre  
Tradition

# DANKE DANKE DANKE DANKE DANKE

## Spenden und Danksagungen

Wir bedanken uns für die Spenden der Familien Vidovic und Fernandez Freitas. Die Spendengelder wurden für Anschaffungen für die BabyLounge genutzt.

Für die Hilfe beim Kartenvorverkauf für die Schülerweihnachtsfeier 2018 bedanken wir uns bei Andrea Harren, Ingrid Meffert und Hildegard Ruthart. Für die Spende der Schokoladen-Nikoläuse bei der Schülerweihnachtsfeier bedanken wir uns beim Küchenstudio Schreuer, für die Kaffeespende bei Familie Hinkel und für die Tischdekoration bei Gabi Kamann.

Ebenfalls bedanken wir uns für die Spenden von Ralf Gelzenleuchter, Theo Lackmann, Rudolf Drees und Nicole Egner-Meffert.

Unser herzlicher Dank geht auch an die Naspa Stiftung, die uns einen Zuschuss für unserer AirTrack® im Römer mit Oberbürgermeister Peter Feldmann überreichte.

Besonders bedanken wir uns bei der Firma Fraport AG und der Frankfurter Sparkasse.

Wir bedanken uns auch bei unseren Inserenten für die Anzeigenschaltung in der Turnerzeitung und bitten unsere Leser, die Dienstleister und Betriebe bei Ihren Einkäufen und Auftragsvergaben zu berücksichtigen.



„Fördermittelübergabe Oberbürgermeister Peter Feldmann, Sophia Geimer, Markus Schmid, Bertram Theilacker (Naspa)



Übergabe des Sportabzeichenpreises

## PIETÄT SCHÜLER

Erd-Feuer-Seebestattungen  
Überführungen vom Sterbeort zu  
allen Friedhöfen im In- und Ausland,  
Bestattungsvorsorge

**seit 1936**

Andreas Schüler GmbH  
In der Römerstadt 8-10  
60439 Frankfurt am Main  
Telefon: **57 22 22 und 57 30 40**

**Besuchen Sie uns im Internet: [www.schueler-pietaet.de](http://www.schueler-pietaet.de)**

## Jahresrückblick 2018 der Tanzgruppe

Schon wieder sind 365 Tage vorbei! Beim Tanzen dreht sich die Zeit anscheinend etwas schneller. Die Tanzgruppe kann auf ein erfolgreiches und gemütliches Jahr zurückblicken.

Wir haben uns nicht nur donnerstags zum Tanzen getroffen, sondern haben uns neben den Tanzcafé's im habel.elf auch noch mit Kind und Kegel zu verschiedenen Ausflügen auf den Weg gemacht. Als im Taunus einmal Schnee lag, haben wir uns zu einer Winterwanderung über den Staufen getroffen, mit einem leckeren Mittagessen und - weil es gar nicht so kalt war - auch noch zum Kaffeetrinken: dabei konnte man sich auch mal über was Anderes unterhalten als nur über Tanzschritte. Das Winterwandern war so schön, dass wir uns bald danach im frühen Sommer zu einer Radtour trafen. Also hieß es:

Drahtesel raus und gemeinsam in Richtung Vordertaunus radeln. Wir drehten eine kleine gemütliche Runde und komischer Weise blockierten alle unsere Bremsen unmittelbar vor einer Eisdielen ... hmmm war das gut ...

Im Herbst wurde es mal ein bisschen ernster, denn einige Paare mussten eine Showeinlage einstudieren, die dann auf der Silberhochzeitsfeier von Christiane und Rudi vorgeführt wurde. Das ist inzwischen schon eine liebevoll gewordene Tradition, dass wir uns immer etwas Nettes ausdenken und zum Besten geben. Im November gingen wir zu einer Besichtigung zur Berufsfeuerwehr Frankfurt auf die Hauptfeuerwache und in das Trainingscenter - nach dem wärmenden Glühwein in der U-Bahnlinie 35 gab es wieder einen gemütlichen Ausklang in einer Gaststätte.



Wie ihr auf den Fotos sehen könnt, haben wir am 6. Dezember 2018 mit einheimischen Nikoläusen getanzt und Silvester werden wir gemeinsam im habel.elf mit einem richtig guten und langen Raclette-Essen feiern.

So bleibt uns der Ausblick nach vorne: wir freuen uns schon alle auf die Donnerstage zum Tanzen, Tanzen,



Tanzen - sowie unsere weiteren guten Ideen für das kommende Jahr. Zum Abschluss noch ein Wort des DANKES an unsere beiden Tanzlehrer und die gesamte Truppe, die sich stets lustig und allzeit motiviert donnerstags abends in der Halle treffen ...

Falls es nun Paare gibt die gerne mal wieder oder überhaupt tanzen und Spaß haben wollen - dann gilt die Devise: einfach vorbeikommen .....

Karin & Klaus Eberbach

## AirTrack® - Unsere neue besondere Anschaffung

Schon lange stand ein AirTrack® auf dem Wunschzettel der Turnabteilung. Ein AirTrack®: was ist das? Sehr verkürzt ausgedrückt: das ist eine aufblasbare Turnmatte. Nur ist diese Turnmatte 6 Meter lang, 2 Meter breit und 30 cm hoch. Und dann kann man diese noch zusammenbauen, sodass man eine 12 Meter lange Turnbahn erhält. Da kann man dann Sprünge, Flickflacks, Purzelbäume und noch vieles mehr risikofrei turnen.

So toll dieses Sportgerät ist, es hat leider einen entscheidenden Nachteil: es ist sehr teuer! Also mussten Anträge geschrieben, Spenden gesammelt und Sponsoren gefunden werden. Und es hat geklappt! Angefangen haben wir mit einer Spendensammlung bei der letzten Schülerweihnachtsfeier mit 170 Euro. Dann kam die gute Nachricht, dass die Naspa-Stiftung uns einen großen Teil beisteuert und auch beim Landessportbund konnten wir noch Gelder abrufen. Nachdem dann noch private Gönner aus dem Verein ihre Geldbeutel geöffnet hatten, musste der Schatzmeister nicht mehr viel aus Vereinsmitteln locker machen.

Die AirTracks® sind jetzt schon die absoluten Lieblingssportgeräte unserer Turnkinder. So wird fleißig geübt, damit diese Neuerwerbung auf der Schülerweihnachtsfeier vorgeführt werden kann.

Markus Schmid  
1. Vorsitzender



*Das Team  
ist Heimat*



www.fraport.de



Vereine bereichern unsere Region. Sie fördern Profis, kümmern sich um den Nachwuchs und vermitteln die Bedeutung von Teamgeist. Das unterstützen wir. Als Arbeitgeber, als Nachbar, als Sponsor.

**Fraport.** Aktiv für die Region

## Wochenendfahrt 2018 der Gruppe SPORT FÜR JEDERMANN

Da viele Mitglieder der Sportabzeichen Gruppe in die Jahre gekommen sind und nur noch wenige von ihnen rein körperlich die Bedingungen des Sportabzeichens erfüllen können, nennen wir uns nun Sport für Jedermann.

Es hat sich eingebürgert, dass die Gruppe sich nach der jeweiligen Sportstunde zusammensetzt, um einen Schoppen zu trinken. Böse Zungen behaupten, einige gehen nur deshalb zum Sport - das stimmt natürlich nicht: Sportler sind eben fit und bestens informiert.

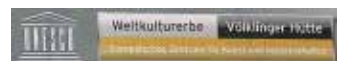
Was Rudi Rienecker mit seiner Sportabzeichen Gruppe 1991 begann und 2007 das Trio Ha, He, Ho fortsetzte, führt seit 2017 Renate Himmler weiter.

Unsere Gruppe reiste in diesem Jahr vom 8. bis zum 10. Juni 2018 nach Merzig an die Saar. Von hier wurden Busfahrten und Besichtigungstouren unternommen. Am Ankunftstag besichtigten wir Merzig mit seiner schönen Altstadt und der romanischen Kirche St. Peter aus dem 10. Jahrhundert.

Anschließend begaben wir uns zurück zu unserem Hotel, denn um 19:00 Uhr war Abendessen angesagt. Das Essen war reichhaltig und gut, danach setzten wir uns raus in den Hotelgarten. Es war ein schöner und warmer Sommerabend, den wir mit Wein und Berichten unsere Erlebnisse vom Tage ausklingen ließen.

Gegen 23:00 Uhr zogen wir uns zurück, denn am nächsten Morgen war nach dem Frühstück eine Busfahrt in das Industriegebiet nach Völklingen angesagt. Nach dem Frühstück wartete unser Bus, der uns in das frühere Industriegebiet brachte.

Heute ist alles stillgelegt und der Himmel wieder blau wie im Ruhrpott. Jetzt gehört die Hütte zum Weltkulturerbe.



Bilder: Kirche St. Peter, Kirchenchor, Umweltauswirkungen, Werkshalle mit alten Maschinen



Wir liefen durch die weiträumigen Werkshallen und unser Tourbegleiter erklärte uns, was hier im Einzelnen hergestellt worden war.

Im Freigelände bekamen wir Helme verpasst und so kostümiert sahen wir aus wie richtige Fabrikarbeiter.



Wir haben die Hochöfen erklommen und wissen nun auch, was der Unterschied zwischen Eisen und Stahl ist. Nach dem Krieg wurde die Hauptproduktion kriegswichtiger Güter eingestellt. Untergeordnete Dinge durften weiter produziert werden. Die Drahtherstellung, darunter auch Stacheldraht, lief bis in die 50er Jahre.



Dann wurde das Werk geschlossen. Es war imposant, mal solch ein großes Werk zu besichtigen. Nach der 3 stündigen Führung kehrten wir auf dem Gelände in eine Art Kantine ein, in der wir unser Mittagessen bestellen und einnehmen konnten. Danach wartete schon der Bus, der uns nach Mettlach brachte. Dort besichtigten wir das Erlebniszentrum Villeroy & Boch.



Das rote Gebäude beherbergt die Ausstellungenräume. Dahinter sind die Fabrikationsstätten von Villeroy & Boch zu erkennen. Von hier bis zu unserem Hotel sind es nur 10 km, wo uns um 19:00 Uhr unser Abendessen erwartete.



Am letzten Tag unserer Kurzreise besuchten wir die Saarschleife bei der Ortschaft Orscholz. Nach dem Frühstück hieß es Koffer packen und Abschied nehmen vom Hotel, d. h. die noch offenen Rechnungen bezahlen. Das Hotel war gut, aber auch preiswert. Unser Busfahrer verstaute unsere Koffer und dann ging es los in Richtung Saarschleife. In Orscholz angekommen, parkte unser Busfahrer auf einem großen Parkplatz.

Bilder: Blick über Aussenanlagen, Villeroy und Boch in Mettlach von der Saar aus gesehen, Aussichtsturm und Blick vom Aussichtsturm auf die Saarschleife, Aufnahmeplanung

Es ist alles eingerichtet für große Touristenströme. Renate besorgte für uns an einem Kartenhäuschen die Eintrittskarten. Wir waren immerhin etwa 35 Personen. Von hier aus ging es hoch auf den Baumwipfelpfad, der uns über einige Kilometer zum Aussichtsturm leitete.

Der Baumwipfelpfad und auch der Aussichtsturm sind hindernisfrei, so dass auch Albert mit seinem Rollator einwandfrei die oberste Etage des Turmes erreichte.

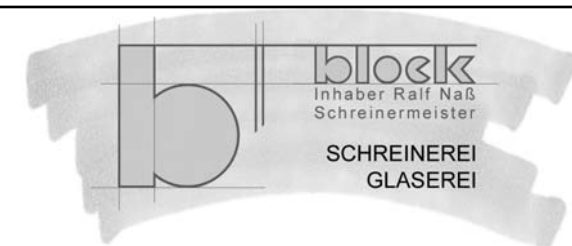
Zusammenfassend kann ich sagen, dass der Wochenendausflug uns sehr gut gefallen hat und die Vorbereitungen und Durchführung durch Renate Himmler gut gelungen sind. Auch die Gruppe selbst hat sich harmonisch in das Gesamtbild eingefügt. Ich sage: „herzlichen Dank“ an Renate und Burkhard Himmler.

Frank Broschat



Die Reisegruppe

Alt-Heddernheim 5  
60439 Frankfurt  
Tel.: 069 - 58 61 83  
Fax: 069 - 58 17 91  
www.schreinerei-block.de  
info@schreinerei-block.de





● **BECKMANN**  
 VERSICHERUNGSBÜRO  
 VERSICHERUNGSMAKLER

WIR VERKAUFEN IHNEN KEINE KATZE IM SACK.  
 WIR MÖCHTEN, DASS SIE GUT VERSICHERT SIND.

Wir liefern Ihnen nicht nur ausführliche Informationen zu den Versicherungsprodukten, die für Sie von Bedeutung sind. Unabhängig von allen Versicherungsunternehmen beraten wir Sie außerdem umfassend und detailliert in allen Versicherungsangelegenheiten. So behalten Sie jederzeit den Überblick – und Ihre Interessen stehen immer im Fokus.

Rufen Sie uns an: 0611 97729-0

**Beckmann GmbH Versicherungsmakler**

Bahnstraße 4, 65205 Wiesbaden

Tel.: 0611 97729-0, Fax: 0611 97729-29

info@beckmann-vm.de



Verband  
 Deutscher  
 Versicherungs-  
 Makler e.V.

VDVM-Versicherungsmakler.  
 Sachverstand auf Ihrer Seite.

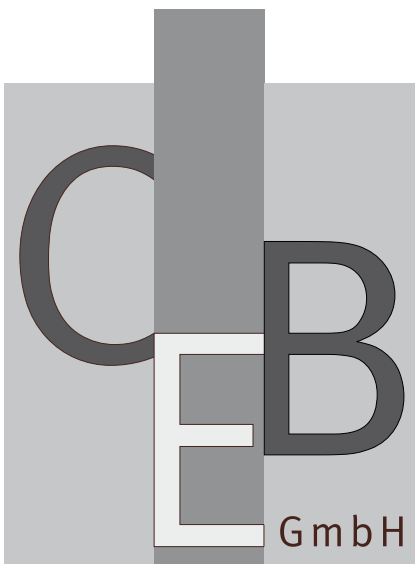
# habel.elf

(by) Kulturtreff-Heddernheim e.V.

## Programm 2019 - 1. Halbjahr

Fr. 15.März	20:00 - Lesung Robert Maier Der Tote an der Nidda
Sa. 16.März	20:00 - Sound of Seven (Rock/Pop)
Fr. 29.März	20:00 - pub.quiz
Sa. 30.März	20:00 - Tina Freitas Band (Latino)
So. 31.März	15:30 - tanz.kaffee mit der Turnerschaft
Fr. 03.Mai	20:00 - apfel.wein.tasting
Sa. 04.Mai	20:00 - Minus Meier (No-Kitsch Pop)
Fr. 17.Mai	20:00 - frankfurt.liest.ein.buch
Sa. 18.Mai	20:00 - Adafina (Klezmer)
Do. 06.Juni	20:00 - grüne.sosse.tag
Fr. 14.Juni	20:00 - pub.quiz

Ein Besuch auf [habel-elf.com](http://habel-elf.com) lohnt sich immer



STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT

Einkommensteuer  
 Immobilienbesteuerung  
 Vermögensverwaltung  
 Erbschaftsteuer- und  
 Schenkungsteuerrecht  
 Allgemeine Steuerberatung

Praunheimer Landstraße 199  
 60488 Frankfurt am Main

Tel 069 . 50 69 79 69  
 Fax 069 . 53 08 77 69

kanzlei@c-e-b-gmbh.de  
 www.c-e-b-gmbh.de



Gibt es etwas  
 Schöneres, als ein  
 perfektes Essen  
 zu genießen?  
 Es selber zu kochen.  
 In einer von uns  
 geplanten Küche.

DIE KOCHSCHULE  
 IM KÜCHENSTUDIO:



www.schreuer-kochschule.de



Gerningstraße 4  
 60439 Frankfurt am Main  
 Tel: 069/57 09 55  
 www.schreuer-kuechen.de

## Viel Spaß beim Sport!

**Keine Glasflaschen/kein Essen:**  
 Verzichten Sie auf den Verzehr von Speisen in der Turnhalle bzw. in den Kursräumen. Bitte bringen Sie Ihre Getränke ausschließlich in Plastikflaschen oder speziellen Sportler-trinkflaschen mit. Aus Sicherheitsgründen sind Glasflaschen ungeeignet.

**Geeignete Sportbekleidung:**  
 Tragen Sie saubere Hallenschuhe und geeignete Sportbekleidung.

**Achtung Diebstahl:**  
 Passen Sie auf Ihre Wertsachen auf und lassen diese nicht unbeaufsichtigt im Umkleidebereich liegen. Wir übernehmen keine Haftung bei Verlust.

**Pünktlichkeit:**  
 Erscheinen Sie bitte pünktlich zu Ihrer Sportstunde. Mit Rücksicht auf die anderen Teilnehmer warten Sie bis zu Beginn vor der Turnhalle bzw. den Kursräumen. Ihr Trainer wird mit Ihnen zusammen die Sportstunde starten.

**Lautlose Handys:**  
 Stellen Sie Ihr Handy auf lautlos und telefonieren Sie nicht in der Turnhalle bzw. in den Kursräumen.

**Handtuch mitbringen:**  
 Aus hygienischen Gründen bitten wir Sie, sich ein großes Handtuch mitzubringen und dieses beim Mattenprogramm unterzulegen.

**Schmuck**  
 Tragen Sie keinen Schmuck beim Sport (Ringe, Ketten, Piercings usw.), es besteht erhöhte Verletzungsgefahr.



Absender: Turnerschaft 1860  
Frankfurt/M.-Heddernheim e.V.  
Habelstraße 11  
60439 Frankfurt/Main  
Tel.: 069 / 57 75 33



Internet:  
[www.turnerschaft-heddernheim.de](http://www.turnerschaft-heddernheim.de)  
E-Mail:  
[kontakt@turnerschaft-heddernheim.de](mailto:kontakt@turnerschaft-heddernheim.de)

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Turnerschaft 1860 Frankfurt/M.- Heddernheim e.V.,  
Habelstraße 11, 60439 Ffm.

**Geschäftsstelle:** Vereinsturnhalle, 1. Stock, Eingang Severusstraße

**Öffnungszeiten:** Dienstag und Donnerstag von 16:00 - 18:00 Uhr  
Mittwoch von 10:30 - 13:00 Uhr

**Telefon:** 069 / 57 75 33

**Fax:** 069 / 69 59 89 40

**1. Vorsitzender:** Markus Schmid

**Redaktion:** Oliver Meffert

**Layout, Satz:** Petra Kreß, Dipl. Designerin (FH), [www.petrakress-grafikdesign.de](http://www.petrakress-grafikdesign.de)

**Copyright:** Verein, Logos: 1976 by ERCO

**Druck:** Gemeindebriefdruckerei, Martin-Luther-Weg 1, 29393 Groß-Oesingen

**E-Mail:** [kontakt@turnerschaft-heddernheim.de](mailto:kontakt@turnerschaft-heddernheim.de)

**Internet:** [www.turnerschaft-heddernheim.de](http://www.turnerschaft-heddernheim.de)

**Bankverbindung:** Frankfurter Sparkasse, IBAN: DE13500502010000255696,  
BIC: HELADEF1822

Namentlich gekennzeichnete Artikel stellen die Meinung des Autors, nicht aber unbedingt die Meinung des Vorstandes dar. Der Bezugspreis ist im Vereinsbeitrag enthalten.

Judo: Klaus Herleth	<a href="mailto:judo@turnerschaft-heddernheim.de">judo@turnerschaft-heddernheim.de</a>
Leichtathletik: Julian Metzler	<a href="mailto:leichtathletik@turnerschaft-heddernheim.de">leichtathletik@turnerschaft-heddernheim.de</a>
Sportabzeichen: Klaus Eberbach	<a href="mailto:sportabzeichen@turnerschaft-heddernheim.de">sportabzeichen@turnerschaft-heddernheim.de</a>
Tanz: Helge Harren	<a href="mailto:tanz@turnerschaft-heddernheim.de">tanz@turnerschaft-heddernheim.de</a>
Turnen: Thorsten Barufke-Schmidtell	<a href="mailto:2.vorsitzender@turnerschaft-heddernheim.de">2.vorsitzender@turnerschaft-heddernheim.de</a>
Jugendausschuss: Younes Znati	<a href="mailto:jugendausschuss@turnerschaft-heddernheim.de">jugendausschuss@turnerschaft-heddernheim.de</a>
Sportwart: Helge Harren	<a href="mailto:sportwart@turnerschaft-heddernheim.de">sportwart@turnerschaft-heddernheim.de</a>
Geschäftsstelle u. Kurse: Nicole Egnér-Meffert	<a href="mailto:kontakt@turnerschaft-heddernheim.de">kontakt@turnerschaft-heddernheim.de</a>