

TUS INFO

● Wir trauern um Joachim Sulzbach

- Die TuS-Kids beim „Erdbeerlauf“ in Wallau
- Endlich mal wieder ... der TuS Rambach bei der Weinwanderung
- Landeskinderturnfest 2022 in Höchst: Gib mir mehr davon!
- Weihnachtsfeier im Sommer? Oder wie ein schönes Grillfest stattfand!
- „Sportabzeichentag“ des TuS Rambach gemeinsam mit der TSG Sonnenberg
- Endlich mal wieder ... ein Mountainbike-Wochenende in der Röhn
- Der TuS Rambach hat zwei neue Sportabzeichen-Prüfende!
- Die TuS-Kids beim Gauturnfest im Helmut-Schön-Sportpark
- **Ausschreibung zur Familien-Skifreizeit**
- **Das Team der Skifreizeit sucht Unterstützung**



Liebe TuS-Mitglieder,

lange hatten wir überlegt, ob wir dieses Jahr nur zwei Ausgaben der „TUS INFO“ veröffentlichen wollen, da unsere Vereinsaktivitäten auch im Frühjahr noch sehr von der Corona-Situation bestimmt waren und nicht alle geplanten Veranstaltungen stattfinden konnten. Wir haben uns dann aber doch entschlossen, diese Ausgabe herauszubringen und ich möchte hier die Gelegenheit nutzen, um allen, die daran beteiligt waren, zu danken.

Auch wenn es jetzt den Anschein hat, dass Corona nicht mehr das bestimmende Thema ist, so sind es leider nun andere Umstände, die uns nicht immer optimistisch in die Zukunft schauen lassen. Unseres Erachtens ist es wichtig, beim gemeinsamen Sport einen guten Ausgleich zum Alltag zu finden. Leider muss man aber feststellen, dass gerade jetzt, wo doch wieder so viel möglich ist, nicht alle Übungsstunden-Angebote den gleichen Zulauf haben, wie vor der Pandemie. Hier möchte ich als Beispiel unseren Lauftreff nennen, der leider in den letzten Monaten nur spärlich besucht wurde.

Umso mehr freut es mich, dass bei unserer Senioren-Grillfeier am 25. Juni so viel Teilnehmer:innen wie nie zuvor anwesend waren. Und auch die Weinwanderung in Eibingen wurde wieder gut angenommen.

Sportlich waren vor allem unsere Kinder wieder aktiv und erfolgreich. Teilnahmen gab es beim Landeskinderturnfest, beim Mittsommerlauf und beim Citymarathon. Hierzu mehr in den Berichten auf den nächsten Seiten.

Ein Thema, welches uns die letzten Wochen und Monate auch beschäftigt hat, waren die neu installierten Rauchmelder in der Mehrzweckhalle. Wir waren schon ein wenig verärgert, dass wir über die Montage nicht in Kenntnis gesetzt wurden, insbesondere da diese auch im Anbau montiert wurden, dessen Nutzung und Zugänglichkeit nur über den Vereinsring geregelt wird. Darüber hinaus lösten die Rauchmelder ohne erkennlichen Grund aus, was dazu führte, dass Übungsstunden unterbrochen werden mussten.

Nach vielen langen Mails und Telefonaten ist es uns dann endlich gelungen, einen Termin zu vereinbaren, um in die neue Anlage eingewiesen zu werden und einen Schlüssel zu bekommen, damit die Anlage bei Problemen von uns abgestellt werden kann.

Für uns stellt sich die Frage, warum die zuständigen Ämter der Stadt Wiesbaden nicht in der Lage sind, mit den Nutzern der Mehrzweckhalle im Vorfeld Kontakt aufzunehmen, um geplante Maßnahmen abzustimmen. Wir werden nun versuchen, das Thema dort auf höherer Ebene zu platzieren, in der Hoffnung, dass sich etwas ändert.

So, nun noch viel Spaß beim Lesen dieser „TUS INFO“.

Bleiben Sie gesund!

Ihr Horst Viertler

1. Vorsitzender TuS Rambach

Redaktionsschluss: 18. Juli 2022

V.i.S.d.P.: Horst Viertler, Aarstraße 40, 65195 Wiesbaden
Postanschrift: TuS Rambach, Horst Viertler, Aarstraße 40, 65195 Wiesbaden
Internetadresse: www.tus-rambach.de
Bankverbindung: Wiesbadener Volksbank • IBAN: DE975109 0000 0046 0529 00 • BIC: WIBADE5W



Wir trauern um unser Ehrenmitglied Joachim Sulzbach

Unser Ehrenmitglied Joachim Sulzbach verstarb am 11. Juli

2022, in seinem 84. Lebensjahr.

Die Nachricht vom Tod unseres langjährigen Mitglieds und Ehrenmitglieds hat uns schmerzlich getroffen.

Joachim Sulzbach trat 1964 in den TuS Rambach ein. Bereits nach 2 Jahren im Verein begann er sich für die ehrenamtliche Vereinsarbeit zu interessieren. Zunächst übernahm er die Funktion des Schriftführers der Abteilung Turnen. 1973 wurde er zum Abteilungsleiter Turnen gewählt und dieses Amt übte er, mit einer 2-jährigen Unterbrechung, als Hauptkassierer, bis zum Ausscheiden aus der Vorstandsarbeit, im Jahre 2011 aus.

Mit 38 Dienstjahren, als Abteilungsleiter Turnen, wird Joachim Sulzbach so schnell nicht einzuholen sein!

In diesen langen Jahren seiner Tätigkeit organisierte er, als Hauptverantwortlicher, das alljährliche Sportfest sowie das Schauturnen. Bei der Planung der beiden Vereinsjubiläen, „125 und 150 Jahre TuS Rambach“ wirkte er ebenfalls mit. Darüber hinaus war er auch an der Planung des Hessischen Landesturnfestes 1989 und des Hessischen Landeskinderturnfestes 1999, in Wiesbaden, beteiligt.

Die von Joachim Sulzbach, über fast vier Jahrzehnte geleistete, ehrenamtliche Vereinsarbeit für den TuS Rambach, fand bereits 2003 ihren Niederschlag in seiner Ernennung zum „Ehrenmitglied“!

Auch in dieser Zeit seiner Vorstandstätigkeit war Joachim aber auch immer selbst sportlich aktiv. Seine aktiven Teilnahmen an den zahlreichen Deutschen Turnfesten, Landesturnfesten und Turnfesten des Turngau Mitteltaunus lassen sich kaum noch zählen.

In tiefer Verbundenheit trauern wir um Joachim, der über viele Jahre den Verein aktiv und tatkräftig mitgeprägt hat. Mit ihm verlieren wir nicht nur einen wunderbaren Menschen, sondern auch einen wertvollen Sportler, der bis zum Schluss die Sportstunden besuchte und bei geselligen Anlässen nicht gefehlt hat.

Bei seiner Trauerfeier, am 18. Juli 2022, auf dem Rambacher Friedhof, würdigte unser 1. Vorsitzender Horst Viertler, in seiner Trauerrede, die Verdienste des Verstorbenen um unseren Verein. Er sprach der Familie, als auch den Angehörigen, sein Beileid und tiefes Mitgefühl aus.

Der Vorstand und die Mitglieder des TuS Rambach werden Joachim Sulzbach immer ein ehrendes und dankbares Andenken bewahren.

Der Vorstand des TuS Rambach

Die TuS-Kids beim „Erdbeerlauf“ in Wallau

Auch wenn Läufer:innen ihre Startnummern sonst gerne als Erinnerung aufbewahren, gaben die Kinder nach diesem Lauf ihre Nummer mit Freude wieder ab. Denn beim „Mittsommerlauf“ in Wallau am 10. Juni konnte man die Startnummer gegen ein Schälchen Erdbeeren eintauschen. Das führte dazu, dass direkt 18 Kinder beim ersten Lauf der Saison starten wollten, ohne als erstes die Frage zu stellen: „Wie lang ist die Strecke?“. So heißt der Mittsommerlauf ab jetzt bei uns „Erdbeerlauf“ und die Kinder wissen, welcher Lauf gemeint ist.

Der TV Wallau stellte mal wieder einen großartigen Lauf auf die Beine. Knapp 1200 Teilnehmende in verschiedenen Laufklassen liefen durch Wallaus Straßen. Einfach nur durchlaufen und ankommen oder sogar Bestleistung erzielen – hier war alles möglich. Neben den Schülerläufen über 500 Meter und 1 Kilometer konnten die Jugendlichen und Erwachsenen je nach Fitness auch über 3 oder 10 Kilometer starten.

Bei der Ausgabe der begehrten Startnummern gab es nicht nur die obligatorischen Mittsommerlauf-Shirts, es standen auch zwei

große Tüten mit Metall-Trinkflaschen für jedes Kind bereit – ein besonderes „Mitgebsel für Großkunden“. Besser kann der Einstieg in die Saison nicht klappen. Alle waren begeistert.

Den Startschuss feuerte der diesjährige „Laufpate“ Christian Reichert, ein international erfolgreicher Freiwasserschwimmer, ab. Ein Fahrrad fuhr voraus und wies allen den Weg. Am Ende der Laufstrecke kam die lange Zielgerade mit einer leichter Steigung. Dicht gedrängt standen hier die Eltern und andere Zuschauer, die schnell vom Start auf dem Sportplatz zum Ziel herübergeeilt waren. Als die ersten Teilnehmer:innen um die Ecke bogen, gab es keine Zurückhaltung mehr bei den begeisterten Zuschauern an der Strecke. Rhythmische Klatschen und aufmunternde Anfeuerungsrufe begleiteten die Läufer:innen zum Ziel und motivierten einige Laufende zu rasanten Schlussprints.

Nach den vier Läufen, in denen unsere Kinder an den Start gingen, konnten endlich die eingetauschten Erdbeerschälchen verspeist werden. Zwei Kinder hatten es bei der Siegerehrung sogar aufs Treppchen geschafft. **JH**

Ergebnisse „1 km Schüler-Lauf“:

W7:	9. Miriam Heine, 10. Angela Yela Rodas, 17. Anna Meyrer, 23. Suri Lehne
M7:	9. Benedikt Bucker
W9:	27. Matilda Licata, 28. Lilly von Bomhard, 29. Nele Betzhold
W10:	2. Theresa Heine
M10:	11. Mehdi Sediqi
W11:	7. Britt Friedrich, 13. Amalia de Propris
W12:	5. Emilja Perić, 6. Ana Maria Yela Rodas
M12:	3. Benedikt Becker

Ergebnisse „3 km Globus-Lauf“:

M Schüler: 37. Christopher Heine, 41. Alexander Lautz, 57. Pedro Luis Yela Rodas

W = Weiblich / M = Männlich / Zahl dahinter = Altersgruppe / Zahl vor dem Namen = Platzierung

Endlich mal wieder ... der TuS Rambach bei der Weinwanderung

Endlich – nach 2 Jahren „Abstinenz“ – trafen sich 22 wanderlustige und gut gelaunte TuSler am Samstag, dem 11. Juni, gegen 9 Uhr in der Früh, um gemeinsam mit Bus und Bahn in den Rheingau zu fahren. Die Uhrzeit war gut gewählt, denn so ergatterte jeder von uns auf der Hinfahrt einen Sitzplatz und wir konnten uns etwas schonen.

In Rüdesheim angekommen, liefen wir eine halbe Stunde gemütlich durch die Fußgängerzone bis zum ersten Weinstand in den Weinbergen hinter Rüdesheim, dem Veranstaltungsort der Eibinger Weinwanderung. Hier, am Startplatz im Ortsteil Eibingen, konnten wir einen Wander-Wein-Pass mit dem dazugehörigen Weinprobierglas erwerben und sogleich den ersten Riesling probieren. Nach einem kurzen Aufenthalt ging es zügig weiter, es galt ja noch neun weitere Stände zu erwandern.

Gemütlich schlenderten wir von Stand zu Stand, führten interessante Gespräche und genossen Wein oder Sekt. Natürlich wurde auch reichlich Wasser getrunken, denn es waren an diesem Tag schweißtreibende 27 Grad Lufttemperatur.

Gegen 16 Uhr traten wir etwas müde und geschafft von einem sehr sonnigen und warmen Tag die Heimreise an. In Rambach angekommen, ließen wir den Tag in einem Gartenlokal mit erfrischenden Getränken und herzhaften Speisen ausklingen.

Zusammenfassend kann man sagen: Wir freuen uns schon auf die nächste Eibinger Weinwanderung in 2023! **PS**



*Blick durch die Weinberge
auf das Kloster Eibingen*

Landeskinderturnfest 2022 in Höchst: Gib mir mehr davon!

Alle vier Jahr findet die wohl größte Kindersportveranstaltung unseres Landes statt. Knapp 3000 Teilnehmer reisten am Fronleichnam-Wochenende nach Frankfurt-Höchst, um drei Tage lang, vom 17. bis zum 19. Juni, beim Landeskinderturnfest Sport, Spaß und gute Laune zu erleben. Neben Geräteturnen, Rhönradturnen, Trampolin, Rope-Skipping und Gymnastik steht auch Leichtathletik auf dem Programm. So machten sich 27 Leichtathletik-Kinder des TuS Rambach mit den Betreuern Inken Krämer, Petra Klode, Steffi Kimpel, Mara, Sophie und Trainerin Janet Heine am Freitagmorgen mit der Bahn auf den Weg. Das Gepäck transportierten Robert Heine und Clara mit dem Transport-Bus nach Frankfurt. Man kann es sich ja auch mal leicht machen.

Die Mitmachstationen auf der Turnfestmeile am Mainufer boten vor allem den jüngeren Kindern aktive Abwechslung direkt ab dem ersten Tag. Handstand-TÜV, Kletterwand, Geschicklichkeitsspiele lockten sie immer wieder aus dem Schatten, um ihr Turnfest-Heft mit Stempeln zu füllen.

Währenddessen traten die älteren Kinder in zwei Teams beim Völkerballturnier gegen sieben teils sehr eingeübte Mannschaften an. Alexander, Christopher Linus, Pedro Luis, Leon, Mika und Benedikt kämpften sich durch acht Spiele und mit zunehmender taktischer Sicherheit erreichten sie einen tollen 3. Platz. Das jüngere Team konnte dem hohen Tempo der Völkerball-Profis kaum standhalten und kam auf den 8. Platz.

Abends trafen sich alle im Brüningpark zur großen Turnfest-Gala. Und wenn hunderte Kinder über zwei Stunden gebannt auf eine Bühne schauen und die Schatzsuche

der Turner verfolgen, dann spricht das für eine professionelle Vorbereitung und Darbietung.

Nach der Nacht in der nahegelegenen Gesamtschule – in Containerbauweise angelegt und dadurch mit entsprechenden Temperaturen in den Schlafräumen – und nach einem gemeinsamen Frühstück stand der Samstag in erster Linie im Zeichen der Leichtathletik. Die Teilnahme war für alle Teilnehmenden obligatorisch. Und da es keinen Riegenbetrieb gab, waren die Helfer ganz schön gefordert, alle Kinder zur richtigen Zeit an der richtigen Disziplin vorbeizubringen. Zwischendurch ging es immer wieder schnell in den Schatten beim TuS-Lager. Einige angereiste Eltern unterstützen hier zusätzlich die Betreuung der Kinder, die gerade keinen Wettkampf hatten.

Der TuS Rambach räumt ab: 8 Podestplätze für die Leichtathletik-Kinder

Von den über 250 gemeldeten Kindern beim Dreikampf (Sprint, Weitsprung und Wurf/Stoß) erkämpften die TuS-Kinder die meisten Podestplätze aller Vereine Hessens. Insgesamt acht Kinder kamen bei der Siegerehrung aufs Treppchen: In der Altersklasse M7 gewann Tim Lüttkopf. Bei den Mädchen W7 siegte Anna Meyrer und ihr folgte Miriam Heine auf dem dritten Platz. In dem großen Teilnehmerfeld von 28 Mädchen der Altersklasse W10 freute sich Theresa Heine über den zweiten und Flora Krämer über den dritten Rang. Alexander Lautz kam auf den dritten Platz bei den Jungs M13. Linus Klode erzielte in der Gruppe der ältesten Jungs M14 den Silberrang und direkt dahinter kam Pedro Luis Yela Rodas mit Bronze.

Alle Ergebnis-Plätze im Überblick:

M7:	1. Tim Lüttkopf
W7:	1. Anna Meyrer, 3. Miriam Heine, 8. Felicitas Becker, 9. Emma Matuschka, 10. Isabel Nowak, 12. Angela Yela Rodas
W9:	8. Veronika Becker, 15. Isy Friedrich, 17. Matilda Licata, 19. Laura Färber
W10:	2. Theresa Heine, 3. Flora Krämer, 10. Penelope Riccardi, 25. Muwahib Warsame
W11:	12. Britt Friedrich
W13:	13. Emilija Perić, 14. Ana Maria Yela Rodas
M10:	5. Mahdi Sediqi
M11:	5. Jonah Heuser
M12:	4. Benedikt Becker
M13:	3. Alexander Lautz, 6. Christopher Heine, 10. Leon Schneider, 12. Mika Lüttkopf
M14:	2. Linus Klode, 3. Pedro Luis Yela Rodas

W = Weiblich / M = Männlich / Zahl dahinter = Altersgruppe / Zahl vor dem Namen = Platzierung

Die TuS-Kids überzeugen auch beim Turn-Gruppen-Wettkampf mit ihrem besonderem Einsatz

Für den TuS Rambach traten Mahdi, Jonah, Flora, Theresa, Emilija, Ana Maria, Britt und Penelope auch noch in einem ganz neuen Wettkampfformat an: dem „TGW Open“. „TGW“ steht für Turn-Gruppen-Wettkampf. Dank der Wahlmöglichkeit musste unser Team zwar nicht turnen oder tanzen, aber singen. Und bekam für die Interpretation von Mark Forsters „194 Länder“ sogar 4 von 5 Sternen, auch wenn sie nicht im adretten Turnanzug und mit geflochtenen Zöpfen vor dem Publikum und der Wettkampffjury standen, sondern eher locker lässig im TuS-Shirt und mit „Frisch-aus-dem-Bett“-Frisur. Der Leichtathletik-Wettkampftag in der prallen Hitze hatte halt auch frisurentechnisch seine Spuren hinterlassen. Die weiteren Disziplinen „Pendelstaffel“ und „Basketball-Weitwurf“ wurden zuvor schon auf dem Sportplatz absolviert. Zur Siegerehrung marschierte

die Gruppe mit allen Turnern im Gleichschritt, von klein nach groß hintereinander aufgereiht und begleitet vom rhythmischen Klatschen der Zuschauer, in die Halle ein. Das erleben Leichtathleten auch nicht alle Tage.

Am zweiten Abend ging es wieder in den Brüningspark zur Kinderdisco. Als Lottes „Mehr davon“ angespielt wurde, hielt es nicht mal mehr die Jungs auf der Picknickdecke. Bis 21:30 Uhr wurde getanzt, was der Platz in der Menge hergab. In dieser Nacht machte wirklich keiner mehr einen Mucks im Matratzenlager, nachdem um 22:30 Uhr die letzten von der „Radschlag-Challenge“ von den Fluren geholt waren.

Am Sonntagmittag ging es dann nach der Abschlussfeier zurück mit dem Zug nach Wiesbaden und alle waren sich sicher: **„Gib mir mehr davon!“**. Und zwar **2025 beim Deutschen Turnfest in Leipzig** (da das Hessische Turnfest 2023 leider mittlerweile abgesagt wurde).

Weihnachtsfeier im Sommer? Oder wie ein schönes Grillfest stattfand!

Ein Bericht von Steffi Kimpel, Seniorenbeauftragte des TuS Rambach

Manche nahmen die Einladung zur „Weihnachtsfeier“ wörtlich und haben eine Nikolausmütze oder einen weihnachtlichen Haarreif getragen. Und das bei strahlend blauem Himmel, warmen Sommer-Temperaturen und einem lauen Lüftchen. Wunderbar!!!

Es war eine Freude zu sehen, mit wie viel Spaß die jungen und die älteren Senioren der Einladung am 25. Juni gefolgt waren. Schnell waren die aufgestellten Tische und Bänke besetzt, man traf Menschen, die man lange nicht gesehen hatte und sprach über Aktuelles und auch über manch alte Zeit! Nach einer fröhlichen Begrüßung und einem kurzen Rück- und Ausblick durch den 1. Vorsitzenden des Vereins, Horst Viertler, wurden Getränke ausgeschrieben und der Grill angeheizt.

Unsere zwei ehrenamtlichen Grillmeister haben Wild- und „normale“ Bratwurst „im Akkord“ gebrutzelt, so dass bald der ganze Platz vor der TuS-Hütte von herrlichem Grillduft eingehüllt war.

Am üppigen Salatbuffet bildeten sich immer wieder kleine Warteschlangen und auch hier wurde die Zeit zum Erzählen und Austausch genutzt und lautstark über-

brückt. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle, die einen Salat vorbereitet haben – ein vielseitiges, leckeres und am Ende fast aufgegessenes Buffet sprach hier für sich.

Bei gekühltem Bier und Äpfel (ein Dank an Familie Noll für die Spende) wurde munter erzählt und auch die Plätze getauscht, so dass jeder mal mit jedem ins Gespräch kommen konnte.

Wie kann ich dann der Anfrage widerstehen, ein weiteres Grillfest zu veranstalten oder gar die Weihnachtsfeier immer im Sommer auf dem Sportplatz stattfinden zu lassen? Aber das wird der Vorstand gemeinsam besprechen und auch entscheiden – denn ein gemütliches Beisammensein in der Adventszeit bei Kaffee und Kuchen hat ja auch seinen Charme. Und ob ich mich wirklich dazu durchringen kann, im Sommer Weihnachtslieder zu singen – das weiß ich nicht.

Also alles in allem möchte ich mich ganz herzlich für die Unterstützung im Vorfeld und bei der Durchführung bedanken! Und ein herzliches „Dankeschön“ auch dafür, dass soooooo viele gekommen sind und das Grillfest damit erst zu einer gelungenen Zusammenkunft der Seniorenschaft im TuS Rambach gemacht haben. Von meiner Seite: gerne wieder!

Ein gut besuchtes Grillfest vor der TuS-Hütte





Gut gelaunte Teilnehmer
und Teilnehmerinnen



Begrüßung durch
den 1. Vorsitzenden



Fleißige Helfer
am Bratwurst-Grill



Gut gefüllte Tische
und bestes Grill-Wetter

„Sportabzeichentag“ des TuS Rambach gemeinsam mit der TSG Sonnenberg

Am Sonntag, dem 3. Juli, fand erneut ein „Sportabzeichentag“ auf dem Waldsportplatz in Wiesbaden-Rambach statt, diesmal in Kooperation mit der TSG Sonnenberg. Im Hinblick auf die derzeitige Corona-Problematik (im Vorfeld mussten auch in den Reihen der Helfenden diesbezüglich Ausfälle kompensiert werden) und die äußeren (Hitze-)Bedingungen waren dann 65 Teilnehmende ein sehr gutes Ergebnis. Rund die Hälfte der Teilnehmenden kam vom TuS Rambach, 15 Teilnehmende waren von der TSG Sonnenberg dabei und die übrigen Teilnehmenden waren Gäste, ohne eine direkte Bindung an die ausrichtenden Vereine. Erfreulich war, dass es auch viele „Erstabsolventen“ zum Sportabzeichen, insbesondere bei den Erwachsenen, gab.

Nicht alle haben dann die vier auf dem Sportplatz möglichen Disziplin-Gruppen absolviert, insbesondere die Laufleistungen zur „Ausdauer“ wurden wegen der großen Hitze auf einen späteren Zeitpunkt verschoben. Auch den Schwimmnachweis müssen einige noch nachreichen.

Unser besonderer Dank gilt den Helfenden an den Stationen des Sportabzeichens, der Anmeldung, am Grill, am Verkaufs- und Kassenstand und beim Auf- und Abbau. Zum Beispiel an Alexandra Andreä und Barbara Künstler, die als langjährige Absolventinnen auch mal „auf der anderen Seite“ aktiv werden wollten. Auch Konrad Schnurr, unser dienstältester Sportabzeichen-Prüfer, ließ es sich nicht nehmen, gemeinsam mit Herbert Zerbe und seinem Schwager Karlheinz Porsch eine Station zu betreuen.



Aufwärmübungen auf dem Rasen.

*Einen herzlichen Dank
an alle Helfer!*



Alle Teilnehmenden und die Prüfenden waren mit den absolvierten Leistungen und der Ausrichtung zufrieden, so dass wir so einen „Sportabzeichentag“ zukünftig vielleicht in kürzeren Abständen anzubieten gedenken; vielleicht auch mal an einem Abend anstatt einem Sonntag.

*Ohne Helfer geht
es nämlich nicht!*



Alle, die an diesem Tag nicht konnten oder noch nicht alle Übungen absolviert haben, haben jetzt noch bis zum Ende der Herbstferien, am Donnerstag zwischen 16 und 17 Uhr, die Möglichkeit fehlende Übungen nachzuholen oder können mit Jürgen Mauer einen Sondertermin vereinbaren. Die Verantwortlichen vom TuS Rambach hoffen jedenfalls, dass das hervorragende Ergebnis von 2021 im Jahre 2022 auch wenigstens annähernd erreicht werden kann.

JÜM



Eine der Stationen auf dem Sportplatz

Endlich mal wieder ... ein Mountainbike-Wochenende in der Rhön

Ein Erfahrungsbericht von Claus Schneider zum Mountainbike-Wochenende in der Rhön

In der Rhön ist es schön ... Egal, ob im Winter, wenn es schneit, oder wenn die Sonne scheint.

Bereits zum dritten Mal (nach 2020 und 2021) fand im Zeitraum vom 8. bis 10. Juli ein Mountainbike-Wochenende, mit Unterbringung im „Rhönhaus“ der SKG Hanau, in Gersfeld-Mosbach statt. Nachdem ich im Jahr 2021 erstmals auch dabei war und, trotz des damals verregneten Wochenendes, das Erlebnis in der Gemeinschaftsunterkunft als sehr gesellig empfand, war es gar keine Frage, auch dieses Jahr wieder mitzufahren.

Nun reisten am frühen Freitagnachmittag drei Autos aus unterschiedlichen Richtungen nach Mosbach an. Die gute Wetterprognose wollten die acht Freitagsanreisenden bereits für eine kleine Mountainbike-Runde über die Wiesen und Felder sowie durch die Wälder nutzen. Durch unterschiedliche Abfahrtszeiten der aus Wiesbaden kommenden Autos bildeten sich so zwei Radgruppen. Die erste Radgruppe fuhr zur Fuldaquelle, vorbei am Segelflugplatz, der Sommerrodelbahn und einmal rum um die weit sichtbare Kugel auf der Wasserkuppe. Es folgte ein sogenannter Trail, ein eher schmaler Mountainbike-Weg durch die Natur, zum Guckaisee und plötzlich waren schon 24 Kilometer pedaliert.



Die Mountainbiker auf der Wasserkuppe

Das erste Zusammentreffen der acht MTB-„Heroen“ geschah dann später bei der „Hähnchen Paula“ in Sparbrod. Ein erstes kulinarisches Highlight für den „Flexitarier“ (= Veganer bzw. Vegetarier, der auch ab und zu mal Fleisch isst) in mir; auch das Bier dort schmeckte lecker. Nach der Rückkehr in die Gemeinschaftsunterkunft und einem letzten Absacker-Bier ging es mit angenehmer Bettschwere in die „Heia“.

Nach Ankunft der neunten MTBlerin am Samstag gleich nach dem Frühstück waren wir komplett und die Radtour konnte um 10 Uhr starten. Das Verhältnis zwischen e-Bikern und „Bio“-Bikern war mit 2 zu 7 absolut annehmbar. Es ging dann zuerst Richtung Guckaisee via Poppenhausen am Rande der Wasserkuppe Richtung Milseburg. Dort fiel die geplante Einkehr zur Mittagszeit in der am Fuß dieses Berges gelegenen Gaststätte leider aus, da die

Lokalität aus familiären Gründen just an diesem Wochenende geschlossen war. Dafür wartete dort der nächste „Trail“ auf uns – mit einem unmittelbar parallel zur Strecke verlaufenden Stacheldraht. Besser, wenn man nicht so genau hinschaute.

Ansonsten brachte uns die Streckenführung einige Erkenntnisse bezüglich der Karten- bzw. Garmin-Navigation, was dazu führte, dass wir idyllisch eingeschätzte Wiesenwege teilweise mit einigen Anstrengungen hoch, quer und runter fahren mussten.

Jeder weitere gefahrene Kilometer und jede weitere gefahrene Viertelstunde ließen die geplante Mittagspause (gefühlte) hoffnungslos in weite Ferne rücken. Passend war der Name des Ortes, an dessen Ortseingang wir recht lange nach der Möglichkeit einer erfrischenden Pause googelten: „Brand“!



Gemütliche Runde am Pausen-Tisch

Eine gute Stunde später, der Weg führte uns Richtung Ulsterquelle, kam mir die Gegend durch die beim Ski-Langlauf gewonnene Orientierung dann doch bekannt vor. Nun, gegen halb drei am frühen Nachmittag, der Akku des einen E-Bikes zeigte nur noch eine Reichweite von 7 Kilometern an, befanden wir uns dann unweit des Parkplatzes „Loipenzentrum Rotes Moor“. Die Lösung für den ersehnten Einkehrschwung lag auf der Hand: Das „NABU Haus“! Flott auf dem Smartphone geschaut: „Ja, es hat geöffnet!“ Nix wie hin. So fanden wir dort einen geeigneten Tisch auf der Terrasse mit einem schönen Blick auf die Rhöner Fauna und Flora. Wobei auf Fauna und Flora? Eigentlich hatten wir (durstig und hungrig) nur Augen für die fünf bis sechs unterschiedlichen wagenradgroßen „Rhöner Kuchen“ sowie für die Heiß- und Kaltgetränke aller Art.

Nach der wohltuenden Stärkung lag an sich „nur noch“ das Heimrollen vor uns. Da uns jedoch der Weg durch die landschaftlich wirklich bemerkenswerte Kaskadenschlucht führte, mussten alle Mitfahrenden ihre mehr oder weniger vorhandenen MTB-technischen Fähigkeiten abrufen. Ich war froh, dass wir alle gesund und munter nach 48 Kilometern wieder im „Rhönhaus“ ankamen.

Dieser lange Mountainbike-Tag nahm dann mit etwas „Chillen“ auf der Terrasse, duschen und dem Einkauf für das abendliche Grillen seinen weiteren Verlauf. Alleamt trugen wir zum Gelingen dieses kulinarisch vielfältigen BBQ-Events bei. Irgendwann wurden die abendlichen Temperaturen etwas frischer und es wurde langsam dunkel auf der Terrasse. Damit war die Zeit für den Kamin mit Sichtfenster gekommen. Ein Echtholzfeuer ist wirklich etwas Heimeliges!



Kurzer Zwischenstopp im Gelände

Nach dem Sonntagsfrühstück starteten wir um 10 Uhr zu unserer nächsten Tour, dafür waren ca. drei Stunden eingeplant. Die Temperaturen waren mit ca. 12 - 13 Grad viel geringer als am Vortag. Daher ging es erstmal stets bergauf zum „Schwedenwall“ und über einen wunderschönen Wiesen-Trail wieder hinunter und dann an der Ortschaft Bischhofsheim-Oberweissenbrunn vorbei, um erneut bergan zur „Schwedenschanze“ nach Wildflecken und über das Skigebiet „Simmelsberg“ wieder zurück zu fahren.

Nach ca. 1,5 Stunden, oberhalb von Mosbach, teilte sich die Gruppe aufgrund der kühlen Temperatur in fünf „Rhönhaus“-Heimkehrer und in vier MTBler:innen auf. Das Visualisieren der Kuchenauswahl im NABU Haus „Rotes Moor“ erzeugte bei der kleineren Gruppe solche Vorfreude, dass sie dem „Ruf“ des leckeren Kaffee & Kuchens folgten. Gerne nahm man dafür

die Anstrengungen im ansteigenden Gelände auf sich.

Die erste Gruppe der Heimkehrer bereitete nach dem Duschen und Packen, soweit es bereits möglich war, vorbildlich die Hütte zum besenreinen Verlassen vor. Nachdem auch die zweite Gruppe mit den Kuchen-Liebhabern wieder von ihrer kulinarischem Ausflug ins „Rhönhaus“ zurückgekehrt war und geduscht, gepackt sowie alles in die verbliebenen zwei Fahrzeuge geräumt hatte, traten wir am Sonntagnachmittag satt und zufrieden die Fahrt mit unseren Autos zurück nach Wiesbaden an.

So ging ein wunderbar erlebnisreiches, geselliges und sehr kurzweiliges Aktiv-Wochenende unter Gleichgesinnten auf dem Mountain-Bike durch die Rhön zu Ende.

In der Rhön, ja, da war es wieder schön!



Mit einem Glas Wein vor dem „Rhönhaus“

Der TuS Rambach hat zwei neue Sportabzeichen-Prüfende!

Am 10. Juli fand in der Mehrzweckhalle und auf dem Waldsportplatz in Rambach ein Basislehrgang für neue Prüfende des Deutschen Sportabzeichens unter Leitung von Nicole Schneider vom LSB-Lehrteam statt. Ausgerichtet wurde der Lehrgang vom Sportkreis Wiesbaden und organisiert von Jürgen Mauer, unter Mithilfe von Elke Mauer.

Insgesamt 20 Interessierte aus Hessen, Rheinland-Pfalz und Baden-Württemberg kamen in Rambach zusammen, um nach einem erfolgreich absolvierten Online-Teil noch die letzten theoretischen und praktischen Einweisungen in die Abnahme der

Leistungen für das Sportabzeichen zu erhalten. Leider waren nur fünf der Teilnehmenden aus dem Sportkreis Wiesbaden, darunter aber mit Clara Heine und Steffen Mauer gleich zwei Mitglieder vom TuS Rambach. Sie werden jetzt unser Team auch bei der „Jagd“ nach neuen Rekorden unterstützen.

Wir danken für ihre Bereitschaft und wünschen viel Spaß bei der neuen Herausforderung.

Herzlichen Dank auch an die Gruppe der „Jungsenioren“, die beim Aufbau in der Halle mitgeholfen hat. **JÜM**

Wir sagen „Danke“!

Ein engagiertes TuS-Team hat die Adolf-Reichwein-Schule bei den diesjährigen Bundesjugendspielen unterstützt hat.

Von links nach rechts auf dem Foto:
Jürgen Wagner
Jürgen Mauer
Brigitte Lüttkopf
Renate und
Herbert Zerbe



Die TuS-Kids beim Gauturnfest im „Helmut-Schön-Sportpark“

„Vereinsmeisterschaft im Helmut-Schön-Sportpark?“ ... das fragte sich der Vorsitzende des Turngau Südnassau bei der Überreichung der Urkunden an die Kinder der Altersklasse „W7“.

Sieben der neun Mädchen standen in türkisen TuS-Shirts aufgereiht und zeigten strahlend ihre Medaillen und Urkunden. An (weiblichem) Leichtathletik-Nachwuchs mangelt es im TuS Rambach

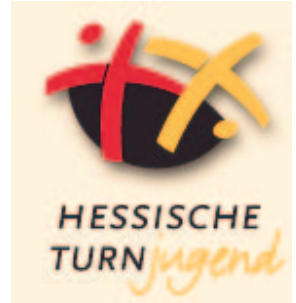


sicherlich nicht. 20 Mädchen und drei Jungs unseres Vereins starteten beim 133. Gauturnfest am 12. Juli im Wiesbadener „Helmut-Schön-Sportpark“.

Für sieben Kinder war es der erste Wettkampf. Die Kinder bis 11 Jahre absolvierten den Dreikampf mit Sprint, Weitsprung und Weitwurf. Die Älteren hatten die Qual der Wahl bei der vierten Disziplin: Barren, Reck oder Boden? Lieber dann doch den Schleuderball nehmen und den Wurfball durch die Kugel ersetzen.

Die Wartezeit bis zur Siegerehrung verbrachten die meisten Kinder dann auf den dicken Hochsprungmatten im „Helmut-Schön-Sportpark“.

Die hätten wir auch gerne in Rambach auf dem Sportplatz! 😊



Ergebnisse Gauturnfest Südnassau:

- W7: 3. Anna Meyrer, 4. Miriam Heine, 5. Amalia Michel, 6. Felicitas Becker, 7. Suri Lehne, 8. Isabel Nowak, 9. Angela Yela Rodas
- W8: 3. Milen Zerazion, 5. Johanna Guda
- W9: 2. Clara von Kellenbach, 3. Veronika Becker, 5. Isy Friedrich
- W10: 1. Theresa Heine, 2. Flora Krämer, 4. Penelope Riccardi, 5. Fiona Schimmel
- W11: 3. Britt Friedrich, 4. Julia Müller
- W12: 5. Ana Maria Yela Rodas
- W16: 2. Clara Heine
- M12/13: 2. Christopher Heine, 3. Benedikt Becker
- M14: 2. Pedro Luis Yela Rodas

W = Weiblich / M = Männlich / Zahl dahinter = Altersgruppe / Zahl vor dem Namen = Platzierung

Ausschreibung zur Familien-Skifreizeit Osterferien 2023 1. – 8. April 2023

Ski-Kids have more fun :-)

Unsere Familien-Skifreizeit richtet sich an TuS-Familien mit Kindern und Jugendlichen. Aber auch Gäste und Snowboarder sind herzlich willkommen! Vier lizenzierte Ski-Übungsleiter stehen unserer Gruppe zur Verfügung. Sie bringen den Kids in kleinen Gruppen mit viel Engagement das Skifahren bei und verbessern die Skitechnik der Fortgeschrittenen. Und das für nur 50 Euro pro Kind/Woche!

Und das Beste: Spaß für Jung und Alt ist garantiert!

Reiseziel: Saas-Grund, auf 1.500 Meter Höhe über dem Meeresspiegel, im Wallis/Schweiz; das Skigebiet liegt auf 2.200 bis 3.200 Meter Höhe über dem Meeresspiegel

Unterbringung: Schönes Hotel in Saas-Grund, zentral gelegen, Schwimmbad und Sauna im Haupthaus, 200 Meter bis zur Talstation Saas-Grund, der Skibus nach Saas-Fee (ca. 7 Minuten Fahrt) hält direkt vor dem Haus.

Verpflegung: Frühstücksbuffet und 3-Gang-Abendmenü mit Salatbuffet

Kosten*: Unterkunft mit Halbpension
Erwachsene im Doppelzimmer 460 Euro
Kinder Alter > 6 Jahre 330 Euro

Anreise*: Erfolgt im Reisebus, Erwachsene ca. 85 Euro; Kinder ca. 45 Euro

(* = Die genaue Kostenkalkulation hängt von der Teilnehmerzahl und dem dann aktuellen Wechselkurs ab / Preise: Stand 2022)

Skikurs: Skibetreuung durch ausgebildete DSV-Übungsleiter (50 Euro pro Kind/Woche)

Informationen: Interessierte melden sich bitte bis zum 24. September 2022 per E-Mail (-> skifreizeit@tus-rambach.de) unter Angabe von Name(n), Telefonnummer, E-Mail-Adresse und der Anzahl der Teilnehmer zur ersten Planung. Die konkrete Anmeldung erfolgt dann im nächsten Schritt.

Fragen beantwortet das Orga-Team gerne per E-Mail an oben stehende Mailadresse.

Das Team der Familien-Skifreizeit sucht Unterstützung

Das Team der Familien-Skifreizeit sucht Unterstützung für die administrativen Aufgaben in der Vor- und Nachbereitung!

Auch im nächsten Jahr soll wieder in den Osterferien die traditionelle Familien-Skifreizeit des TuS Rambach in Saas Grund in der Schweiz stattfinden.

Fahrtenleiterin Katharina, die in diesem Jahr alle Fäden der Fahrt selbst in der Hand hielt, wird im nächsten Jahr die Fahrt vor Ort zwar gerne wieder organisieren, die administrativen Arbeiten der Vor- und Nachbereitung der Fahrt sollen jedoch in andere Hände übergeben werden.

Zu diesen Aufgaben gehören:

- die zur Fahrt gehörende Kommunikation mit den Teilnehmenden, dem Betreuer-Team, den externen Ansprechpartnern für die Fahrt (Quartier/Skipässe/Reisebus) und dem TuS-Vorstand,
- das Mitwirken bei der Kostenkalkulation (abhängig von der Teilnehmerzahl),
- die Rechnungsstellung an die Teilnehmenden,
- die Verfolgung und Dokumentation der Anmeldungen und Zahlungen,
- die Schlussabrechnung mit dem Kassenwart und
- die Beantragung der Förderzuschüsse beim Stadtjugendring.

Wer hat Lust und Zeit, sein Organisationstalent bei der Unterstützung des Familien-Skifreizeit-Teams für die Fahrt 2023 einzubringen?

Interessierte können sich gerne per E-Mail unter skifreizeit@tus-rambach.de oder telefonisch über 0611 - 544425 melden.

Rüdiger Streck
Abteilungsleiter Wintersport



Vereint
bewegen



63. HALBMARATHON

RUND UM DEN KELLERSKOPF

TuS Rambach lädt ein:

25.09.22 | Start ab 9:30 Uhr
Sportplatz Rambach

- Hauptlauf über 21 km (10,5 km Strecke 2 x)
- 10,5 km-Lauf um den Kellerskopf
- Schnupperlauf über 6 km
- Jugend-, Schüler und Kinderläufe
6 | 3 | 1,3 | 0,5 km
- Kaffee, Kuchen und Herzhaftes

Wir freuen uns auf Sie!

www.tus-rambach.de

lauftreff@tus-rambach.de

Ihre
**Wiesbadener
Volksbank.**



UGW
DIE VERMARKTUNGS-EXPERTEN