

TUS INFO

- Die Weihnachtsfeier unserer Senioren – eine schöne Tradition!
- Sportabzeichen-Verleihung: 81 Absolventen aus 2017 ausgezeichnet
- Gute Pistenverhältnisse beim Langlauf-Wochenende in der Rhön
- Die Nachtwanderung der Kinder – mit über 50 Teilnehmern ein voller Erfolg!
- Leichtathletik-Hallenwettkämpfe des Turngau Mitteltaunus
- Gute Stimmung auf der 19. Familien-Skifreizeit in Saas Grund
- Ordentliche Mitgliederversammlung in der "Waldlust"
- Gesucht: Gastfamilien für unsere Städtepartnerschaftsgäste aus Kfar Saba
- Outdoor-Fitness-Tag: Ein guter Start in die Saison
- Gesucht: TuS-Trainingsbekleidung





Liebe TuS-Mitglieder,

erst zu nass und dann zu kalt, so hatte auch dieser Winter einige Überraschungen parat. Unsere sportlichen Aktivitäten hat dies aber nicht sonderlich beeinflusst. Auch in diesem Winter konnte Ski gefahren werden, zum einen Skilanglauf in der Rhön und zum anderen Ski alpin in Saas Grund.

In der letzten TuS Info habe ich angekündigt, dass die Ehrungsordnung überarbeitet wird. Dies haben wir nun abgeschlossen und auf Anfrage kann die neue Ehrungsordnung beim Vorstand eingesehen werden.

Die Vorbereitungen für unsere Veranstaltungen im Sommer und Herbst sind im vollen Gange. Unser Spiele- und Familienfest wird am 12. August wieder in derselben Form wie letztes Jahr veranstaltet, in der Hoffnung, dass die Beteiligung zahlreicher sein wird. Für den RuK-Lauf steht dieses Jahr etwas Besonderes an.

Wir haben eine Anfrage von der Landeshauptstadt Wiesbaden, ob wir uns aktiv an der Bürgerbegegnung mit unserer Partnerstadt in Israel, Kfar Saba, beteiligen möchten. Die Landeshauptstadt Wiesbaden pflegt zur israelischen Stadt Kfar Saba seit 1981 eine enge Städtepartnerschaft. Im Rahmen dieser Partnerschaft findet alljährlich (jeweils im

Wechsel in Wiesbaden oder Kfar Saba) eine Bürgerbegegnung über die Dauer von 7 bis 10 Tagen statt. Dabei ist es üblich, dass die jeweiligen BesucherInnen in Gastfamilien untergebracht werden und auch am Geschehen in der jeweiligen Partnerstadt teilnehmen, um diese besser kennen zu lernen. Das heißt, es wird für die BesucherInnen von der Stadt ein Programm zusammengestellt, an dem zum Teil auch die gastgebenden Familien teilnehmen können. Seit einigen Jahren nun wird diese Bürgerbegegnung unter ein bestimmtes „Motto/Thema“ gestellt, um so auch neue BürgerInnen in beiden Städten hierfür zu gewinnen. Für 2018 soll nun der Fokus auf den Bereich „Sport“ gelegt werden und aus Kfar werden diesmal LäuferInnen nach Wiesbaden kommen, um am RuK-Lauf teilzunehmen. Nach aktuellem Stand wird die Gruppe aus ca. 23 bis 25 Läufern bestehen. Die nächste Bürgerreise nach Israel mit Unterbringung bei den jetzigen Gästen oder dortigen Gastfamilien ist für Mai/Juni 2019 vorgesehen. Insbesondere die Wiesbadener Gastgeber haben die Möglichkeit, an dieser Reise teilzunehmen. Es müssen lediglich die eigenen Flugkosten übernommen werden, sowie Taschengeld für persönliche Bedürfnisse.

Ich finde, das hört sich alles sehr interessant an und motiviert zum Mitmachen. Wer sich also das eine oder andere Engagement vorstellen kann, sowohl als Gastfamilie oder auch für sonstige Betreuungsaktivitäten im Rahmen des RuK, sollte sich bei mir oder einem anderen Vorstandsmitglied melden.

Wir würden uns freuen, der Vorstand und euer Horst Viertler

1. Vorsitzender TuS Rambach

Redaktionsschluss: 25. April 2018

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

Die Weihnachtsfeier unserer Senioren – eine schöne Tradition

Am 14. Dezember waren in liebgewonnener Tradition die TuS Senioren zur alljährlichen Weihnachtsfeier eingeladen. Gerne durften wir die Räumlichkeiten in der „Waldlust“ nutzen und unser Gastwirt Andreas Hummel spendete auch in diesem Jahr wieder den Kaffee. Herzlichen Dank dafür!

Viele folgten der Einladung zum adventlichen Kaffeenachmittag und so füllte sich der Raum schnell. Die Tische waren schon eingedeckt, Platten mit verschieden arrangierten Kuchen- und Torten-Stücken standen schon bereit.



Horst Viertler eröffnete die Feier mit einem kurzen Rückblick auf 2017 sowie einem Ausblick auf 2018. Ein besonderes Highlight wird im Rahmen der Städtepartnerschaft mit Kfar Saba (Israel) stattfinden.

Ein israelischer Besuch, mit Teilnahme am RuK-Lauf, und der Gegenbesuch von Sportlern in Israel ist in Planung. Nachdem Erika Nissen ein kurzes Grußwort gesprochen hatte, startete der „Sturm auf das Kuchenbuffet“. In geselliger Laune und bei Kaffee und Kuchen wurde sich ausgetauscht und unterhalten.

Dann wurde es besinnlich. Luisa Kimpel und Sarah Hinsken animierten die Anwesenden, die durch sie gespielten weihnachtlichen Lieder mit ihrer Stimme zu unterstützen. Diesem wurde gerne Folge geleistet. Paula Kimpel trug zwischen dem Spiel altbekannte und neue Weihnachtsgedichte vor.

Auch hier ein „Herzliches Danke“ an die drei „Mädels“, die es sich nicht nehmen lassen, in ihrem doch schon gut austerminierten Dezember bei uns vorbeizuschauen. Bei einem Gläschen Wein oder auch einem Bier klang der Nachmittag langsam aus.



Im Anschluss gab es dann noch einen besonderen Auftritt von Jürgen Mauer persönlich. Er hatte es sich nicht nehmen lassen, die weihnachtliche Eskalation á la Radio Stenkelfeld, umgeschrieben auf unser schönes Rambach und seine Bewohner, vorzutragen. Und er hatte damit viele begeisterte Lacher auf seiner Seite.

Ein letztes „Herzliches Danke“ geht an die Kuchenbäckerinnen, die auch in diesem Jahr wieder zu einer bunt gemischten Kuchenplatte beigetragen haben!

Ehrung der Sportabzeichen-Absolventen 2017 beim TuS Rambach

Anlässlich einer kleinen Feierstunde am 18. Januar in der Gaststätte „Waldlust“ haben der 1. Vorsitzende des TuS Rambach Horst Viertler und der Sportabzeichenwart Jürgen Mauer in Anwesenheit der Ortsvorsteherin Erika Nissen die 81 Sportlerinnen und Sportler des TuS ausgezeichnet, die im Rahmen der Donnerstags-Übungsstunden oder ihrer regulären Übungsstunden die Leistungen für das Sportabzeichen absolviert haben. Damit wurde das gesetzte Ziel, 10% der TuS-Mitglieder, sogar übertroffen.

Ganz besonders erfreulich ist, dass der Vorstand erneut sehr stark beim Sportabzeichen vertreten war. So haben der 1. Vorsitzende, die KassiererIn, die Schriftführerin, beide Abteilungsleiter, Mitgliedswart, Seniorenbeauftragte und zwei Beisitzer das Sportabzeichen absolviert. Das stellt schon etwas Außergewöhnliches im Sportkreis Wiesbaden dar.



Auch der Vorstand war mit Fleiß dabei!



Jürgen Mauer gratuliert Conny Schnurr

Ben und Tom Köster waren die jüngsten Absolventen, Conny Schnurr ist mit nunmehr 31 Sportabzeichen der älteste Absolvent.

Für sein 25. Sportabzeichen bekam Karlheinz Porsch eine Sonderurkunde.

Jürgen Mauer dankte in seiner Einleitung auch den Vertreterinnen der Konrad-Duden/Adolf-Reichwein-Schule sowie der Betreuung an der Ernst-Göbel-Schule und der Otto-Stückrath-Schule, wo Prüfer des TuS die Sportabzeichen-Abnahme unterstützt haben und die somit auch für den TuS gezählt werden konnten. Dadurch konnten die Zahlen aus 2016 deutlich übertroffen und alles in allem 124 Sportabzeichen-Abnahmen registriert werden.



Im weiteren Verlauf wies Jürgen Mauer, der zugleich auch der Sportabzeichen-Obmann des Sportkreises Wiesbaden ist, darauf hin, dass für das Jahr 2018 einige der 2017 vorgenommenen Verschärfungen von Zeiten und Weiten wieder teilweise zurückgenommen wurden, es aber keine neuen Übungen gibt.

Außerdem wurden für den TuS ein neuer Schleuderball aus Gummi und eine Kugelstoß-Kugel mit 2 kg beschafft, um sich noch besser vorbereiten zu können.

Nach den Grußworten von Ortsvorsteherin Erika Nissen erfolgte die Urkunden- und Abzeichenübergabe. Der DOSB hatte für diejenigen, die schon mehrfach das Sportabzeichen absolviert haben, Team-T-Shirts zur Verfügung gestellt und die Wiesbadener Volksbank spendierte Gummibärchen.

Danach gab es noch ein gemeinsames Abendessen, so dass alle gut gestärkt das neue Sportabzeichenjahr 2018 beginnen konnten.

JüM

Auf ein Neues in 2018!

Das Sportabzeichen-Training für alle interessierten Vereins-Mitglieder findet im Sommer immer donnerstags zwischen 16:00 und 17:30 Uhr auf dem Rambacher Sportplatz oder nach vorheriger Absprache statt.

Hier die Namen der erfolgreichen Sportler/innen des TuS:

Zum **1. Mal** das Sportabzeichen erworben haben: Fabian Brudna, John und Sarah Callahan, Julian Dinges, Benjamin Eicke, Sofia Fritze, Christoph Hinsken, Julian Hinsken (als Erwachsener), Ben und Tom Köster, Alexander Lautz, Leonard Löhmann, Mika Lüttkopf, Luca-Lee von Mach, Susanka Möcks, Thomas Petzold, Julia Ritzel, Leon Schneider, Bastian Wenzel, Herbert Zerbe.

Zum **2. Mal** Annina und Luca Fuchs, Christian Giebertmann, Alexandra Hinsken, Linus und Petra Klode, Herbert Kohn, Gaby Kusch, Herbert Schulz, Finja Sudheimer, Horst Viertler

Zum **3. Mal** Anna Kilian, Marina Kistner, Erhard Nesselberger, Marie-Therese Otto, Valentin Sassenrath

Zum **4. Mal** Jakob Giebertmann, Georg Hildebrandt, Sarah Hinsken, Sophie Klode, Alexander Kreis, Ann-Christine Otto, Coralie Sassenrath, Moritz Schmidt, Elliot Stirn, Katharina Streck

Zum **5. Mal** Stephanie Kimpel, Christjan Knudsen, Markus Künstler, Jürgen Mauer, Anne Roquelet-Stirn, Wolfgang Schulz, Hugo Stirn

Zum **6. Mal** Johanna Giebertmann, Lilith Hannen, Luisa Kimpel

Zum **7. Mal** Henry, Kerstin und Laura Ackermann, Alexandra, Liam und Luke Andrea, Maja Buchwaldt, Karl Christ, Paula Kimpel, Barbara Künstler, Margit Nesselberger, Kara Streck

Zum **8. Mal** Maria Künstler, Mika Leon Streck, Rüdiger Streck

Zum **9. Mal** Pia Keutmann, zum **10. Mal** Birgit Streck, zum **11. Mal** Helga Müller, zum **12. Mal** Kerstin Schmidt, zum **14. Mal** Dr. Nicole Otto-Porsch, Petra Sulzbach, zum **16. Mal** Rolf Eckhardt, zum **25. Mal** Karlheinz Porsch, zum **29. Mal** Irma Kohn und zum **31. Mal** in Gold Konrad Schnurr



Gute Pistenverhältnisse beim Langlauf-Wochenende in der Rhön

Die Abteilung Wintersport veranstaltete vom 9. bis 11. Februar 2018 ihr diesjähriges Langlauf-Wochenende in der Rhön. Die Übernachtungen fanden wieder in der Selbstversorgerhütte der SKG Hanau in Mosbach/Gersfeld statt.

Im Vorfeld hatten sich 22 Personen angemeldet. Aufgrund der etwas unbeständigen Schneelage und einiger Krankheitsfälle reduzierte sich die Zahl der Teilnehmer im Vorfeld kurzfristig auf 12 Langlauf-Freunde. Teile der Gruppe reisten am Freitagabend an, die restlichen Teilnehmer stießen Samstagmorgen zum Frühstück dazu.

Trotz der im Vorfeld häufig wechselnden Schneebedingungen fand die Gruppe nach kurzer Autofahrt sehr gut präparierte Strecken beim Loipenzentrum am Roten Moor vor. Die Teilnehmer, die sich in der Skating-Technik ausprobieren wollten, hatten vor Ort Gelegenheit, sich am Loipen-

stieg entsprechendes Material auszuleihen. Nach der ersten „Trainingseinheit“ am Samstagvormittag ging es nach einer Stärkung mit zum Großteil selbst zubereiteten Speisen in der Unterkunft am Nachmittag in die zweite Runde.

Zusätzlich fanden an diesem Wochenende die Hessischen/Westdeutschen Skilanglaufmeisterschaften statt. Hierdurch kam an manchen Streckenabschnitten richtiger Wettkampfflair auf.

In der Nacht auf Sonntag gab es eine leichte Neuschneefallung, die sowohl die Umgebung in eine Winterlandschaft verwandelte, als auch die Loipenbedingungen nochmal verbesserte. So wurde nach einem harmonischen Wochenende mit viel Bewegung im Freien am Sonntagnachmittag die Hütte mit vereinten Kräften gereinigt, bevor sich die Gruppe auf den Heimweg machte.

P.G.



Die Nachtwanderung der Kinder – mit über 50 Teilnehmern ein voller Erfolg!

Auch in diesem Jahr war der Wettergott den Rambachern wieder hold und die diesjährige Nachtwanderung am 16. Februar war wieder sehr gut besucht. Insgesamt 51 Teilnehmer/-innen, darunter 30 Kinder und Jugendliche, haben sich nach der Begrüßung durch den Abteilungsleiter des TuS und Organisator Jürgen Mauer auf den Weg gemacht, um durch den teils schneebedeckten, teils matschigen und dunklen Rambacher Wald zu spazieren.



Wegen möglicher Astbruchgefahr wurde sich überwiegend auf befestigten Wegen bewegt, was aber der Stimmung keinen Abbruch bescherte. Mehrfach waren



Baumstämme, nur durch Fackeln ausgeleuchtet, zu überqueren bzw. darauf entlang zu laufen und einige Übungen des Trimm-Dich-Pfades zu bewältigen. Bei der Zwischenrast warteten Mohrrüben und süße Leckereien.

Nach der gut 90-minütigen Wanderung auch über Teile des Waldlehrpfades konnten sich dann alle Teilnehmer/-innen beim obligatorischen Kinderpunsch und heißen Würstchen am Lagerfeuer aufwärmen und erholen.



Herzlichen Dank an Elke, Fred, Herbert, Renate und Steffi für die tatkräftige Unterstützung und ganz besonders dem Team der Jugendfeuerwehr Rambach, das die Fackelträger/-innen sicher durch den Wald begleiteten. Es war wieder ein wunderschöner Abend, und am Ende waren alle müde und freuen sich schon auf die nächste Nachtwanderung 2019. **JüM**



TuS Rambach wieder erfolgreich bei den Leichtathletischen Hallenwettkämpfen

Wenn auch in kleiner Besetzung, aber nicht weniger motiviert, nahmen Pia Keutmann und Paula Kimpel für den TuS Rambach an den diesjährigen Leichtathletischen Hallenwettkämpfen des Turngau Mitteltaunus am 25. März in der Wettiner Halle in Wiesbaden teil.



Unser TuS-Team mit Pia Keutmann und Paula Kimpel und ihre Unterstützer Steffi Kimpel, Jürgen Mauer und Herbert Zerbe

Aufgrund der geringen Teilnehmerzahl von sechzehn Sportlern wurden die Riegen in zwei „Kategorien“ eingeteilt: zum einen „unter 60“ (diese Teilnehmer waren nicht älter als 20 Jahre!) und zum anderen „über 60“. Beide hielten sich anzahlmäßig in etwa die Waage.

So wurde in kürzester Zeit die Kugel gestoßen, der Vollball geworfen, die 50 Meter gesprintet und gesprungen; aus dem Stand für die Ü60 und „vom Brett“ oder „aus der Zone“ für die U60.



Nach reibungslosem Wettkampf und ohne Verletzungen konnte nach nur 1,5 Stunden die Siegerehrung stattfinden.

Pia und Paula belegten, zwar konkurrenzlos, aber dennoch leistungsorientiert, jeweils den 1. Platz in ihrer Altersklasse.

Toll, dass die beiden sich an einem Sonntag Morgen so früh motivieren konnten!

S.K.



Gute Stimmung auf der 19. Familien-Skifreizeit in Saas Grund

Nach reichlich Vorfreude war es am Ostersonntag, den 31. März, wieder soweit: Die Wintersportler des TuS Rambach trafen sich um 5 Uhr in der Früh vor dem Feuerwehrhaus in Rambach. Und wie es sich wohl auch für die mittlerweile 19. Skifreizeit des TuS in Folge gehörte, lief schon der Start reibungslos und routiniert ab.

War der Weg über die Autobahn in Deutschland noch ohne Schnee, zeigte sich in der Schweiz, was man vom Wetterbericht schon wusste - außergewöhnlich intensive Schneebestände erwarteten die Gruppe vor Ort. Endlich einmal die Talabfahrt in Saas Grund bis fast vor die Unterkunft zu fahren, dass wünschten sich viele Reise-Teilnehmer.

Obwohl am Tag der Anreise die Sonne noch hinter Wolken versteckt war, erwartete sie die Gruppe am ersten Skitag bereits strahlend vor tiefblauem Himmel, als toller Auftakt für die Woche.



Die 49 Teilnehmer waren überwiegend zusammengesetzt aus TuS-Mitgliedern und einigen treuen Mitreisenden ohne Mitgliedschaft. Wie immer gab es auch

neue Gesichter, die gewohnt freundlich in das Gruppengeschehen einbezogen wurden.

Es waren große und kleine Leute im Alter zwischen 2 und 82 Jahren mit von der Partie. Die Alterszusammensetzung wurde mehr von den Jugendlichen und weniger von den Kindern bestimmt. Die organisatorischen Strippen zogen, zum Komfort aller, wie immer bestens Michael und Katja Streck. Aber auch Silke Becker, Schriftführerin der Abteilung Wintersport, sorgte ebenfalls für den reibungslosen Ablauf, insbesondere bei der Siegerehrung des diesjährigen Abfahrtslaufs. Im Namen des Vorstands wurde Yorck Wurms für 25 Jahre Mitgliedschaft mit der silbernen Ehrennadel des TuS geehrt.

Das sportliche und betreuerische Rückgrat der ganzen Freizeit bildeten insbesondere die vier Skilehrer Katharina, Sina, Dominik, und Tobi sowie Mika als Assistent. Von ihnen wurden nicht nur die 19 Kinder und Jugendlichen in mehreren Kursen am Vormittag und Nachmittag vorbildlich angeleitet und betreut, sondern zudem auch der Fahrstil manch' eines interessierten Erwachsenen aufpoliert. Auch das Skirennen für die Kinder und Jugendlichen wurde von ihnen organisiert und nicht zuletzt auch allen Skifahrern mit der allmorgentlichen Aufwärmrunde auf dem „Kreuzboden“ auf 2.400 Metern Höhe ein sportlicher und disziplinarischer Rahmen geboten.

Vom Wetter wurde die Gruppe die ganze Woche überwiegend verwöhnt. An man-



chen Tagen gab es aber auch reichlich Wind, so dass die Gondeln zum Hohnsaas (3.200 Meter Höhe) zeitweilig auch mal nicht fahren.

Der schon erwähnte Abfahrtslauf am vorletzten Skitag war von Nebel betroffen. Diesmal am steilen Hang und mit elektronischer Zeitmessung.

Abends gab's die traditionelle Siegerehrung und alle konnten mit einer Goldmedaille und Siegerurkunde zufrieden sein. Beachtung fand noch die Vorankündigung von Michael Streck, die Leitung nach der nächsten, schon geplanten 20. Skifreizeit nach dann 10 Jahren an einen interessierten Nachfolger übergeben zu wollen. Perspektivisch sollte, so Michael, insbesondere die Teilnahme von Eltern mit jüngeren Kindern gefördert und beworben werden, um die Kontinuität und den

Fortbestand der künftigen Skifreizeiten zu gewährleisten.

An diesem Abend fand auch ein weiterer Höhepunkt des allabendlichen geselligen Treffens im Aufenthaltsraum statt. Die Skilehrer leiteten eine gespielte Geschichte an, bei der die meisten Anwesenden einbezogen wurden. Es wurden Tränen gelacht!

Am letzten Skitag hatte man wieder traumhafte Wetterbedingungen. Steffi, die an diesem Tag Geburtstag hatte, wurde schon zum Frühstück mit Geburtstagsständchen bedacht und revanchierte sich abends mit selbstgemachten Cantuccini und selbstgebranntem Schnaps.

Schließlich war Abreisetag und alle machten sich zufrieden, aber auch ein wenig wehmütig, auf die Reise zurück in die Heimat. Alle freuen sich aber schon auf das nächste Mal!

M.A.

Ordentliche Jahreshauptversammlung des TuS Rambach



Am 15. März begrüßte der 1. Vorsitzende Horst Viertler 30 Mitglieder zur ordentlichen Mitgliederversammlung des TuS Rambach im Restaurant „Haus Waldlust“.

Zu Ehren der verstorbenen Mitglieder Gerd Becker, Erwin Weiß, Rosi Becker und Karl Wildhardt erhoben sich die Anwesenden zu einer Schweigeminute.

Anschließend berichtete Horst Viertler in Auszügen über sport- und gesellschaftliche Vereinsaktivitäten sowie Vorstands- und Vereinsringsitzungen. Der Vorstand überarbeitete die Ehrungsordnung, wobei es darum ging, Anpassungen im Bereich der

Zuwendungen zu machen. Ein aktuelles Exemplar der Ehrenordnung kann auf Anfrage beim Vorstand eingesehen werden.

Für die nächste Seniorenweihnachtsfeier wird überlegt, einen Fahrdienst anzubieten, um den nicht so mobilen Mitgliedern die Teilnahme zu ermöglichen.

Horst Viertler bedankte sich bei seinem Vorstand, den Abteilungsvorständen, den Übungsleiter/-innen und allen Organisatoren und Helfern der verschiedenen Veranstaltungen für ihren Einsatz im Verein.

Die Kassiererin Birgit Streck berichtete über das Rechnungsergebnis 2017 und das stabile Vereinsvermögen. Die Kassenprüferinnen Alexandra Hinsken, Petra Klode und Carolin Zerbe waren mit der Kassenführung sehr zufrieden und so konnten die anwesenden Mitglieder den Vorstand entlasten. Petra Klode sagte abschließend „Wenn jeder so ordentlich die Kasse verwaltet wie Birgit Streck, wäre ich arbeitslos“.



Birgit Streck präsentiert gut gelaunt die Kassenzahlen aus dem Vorjahr

Mitgliedswart Christoph Hinsken stellte die Entwicklung des Vereins in den letzten Jahren in den entsprechenden Abteilungen und des Gesamtvereins vor. Der Bestand wuchs auf derzeit 766 Mitglieder an. Dies lässt hoffen, dass sich künftig auch die Beteiligung bei den Mitgliederversammlungen erhöht.

Im Anschluss berichtete der Abteilungsleiter Turnen Jürgen Mauer mit anschaulichen Bildmaterial über Turnstunden und verschiedene Veranstaltungen. Die Leichtathleten nahmen an einem Wettkampf in Idstein teil. Stattliche 33 TuS-ler vertraten den Verein auf dem Deutsche Turnfest in

Berlin. 81 Sportabzeichen konnten an Kinder, Jugendliche und Erwachsene verliehen werden. Dadurch erhielt der TuS Rambach erneut einen Pokal von der Stadt Wiesbaden für den 1. Platz im Sportabzeichen-Ranking für Vereine von 501 bis 1.000 Mitgliedern.

Die Nachtwanderung war mit über 50 Teilnehmer gut besucht. Auch Nicht-Mitglieder waren bei der Nachtwanderung dabei und waren positiv überrascht, was der Verein so bietet. Obwohl die Resonanz beim Spiele- und Familienfest im letzten Jahr nicht sehr hoch war, wird die Veranstaltung dieses Jahr erneut am 12. August angeboten. Sie ist auch für jene gedacht, die nicht mehr am regelmäßigen Sportbetrieb teilnehmen können, einfach um sich am Sportplatz zu treffen und in geselliger Umgebung einen Imbiss zu nehmen.

Einen abschließenden Rückblick über das Vereinsgeschehen präsentierte der stellvertretende Abteilungsleiter Wintersport Peter Daube von Mach. Im vergangenen Jahr wurde zum 18. Mal die Skifreizeit nach Saas Grund angeboten. Der RunUp und die Weinwanderung waren wie gewohnt gut besucht. Ein Kinder- und ein Fun-Team gingen erfolgreich beim 25-Stundenlauf im Kurpark an den Start. Beim Lauf „Rund um den Kellerskopf“ erreichten 173 Finisher das Ziel. Etwas weniger als in den vergangenen Jahren, was eventuell am Wahlsonntag lag. Erneut gab es ausreichend Schnee für ein Langlaufwochenende in der Rhön mit 12 Langläufer/-innen. Das Angebot des Lauftreffs wurde überarbeitet und erweitert. Ab dieser Saison wird Interessierten auf dem Sportplatz zusätzlich ein „Outdoor Gym“ angeboten. Und

auch der Kinderlauffreife wurde mit zusätzlichen Angeboten aufgefrischt.

Ein ganz besonderer Tagungsordnungspunkt folgte dann mit den Ehrungen. Horst Viertler überreichte Fred Hottenbacher eine Urkunde für 25 Jahre Mitgliedschaft.

nach Wiesbaden an reisen, fuhr aber mit seiner Familie mit zur Skifreizeit nach Saas Grund. Dort wurde ihm, er war sehr darüber erfreut und überrascht, die Urkunde überreicht.

Die anwesenden Mitglieder bestätigten das Michael Pilger in dem Amt als 2. Vor-



Fred Hottenbacher nimmt in fröhlicher Stimmung die Urkunde für 25 Jahre Mitgliedschaft vom Vorsitzenden Horst Viertler entgegen

Die Präsente und Urkunden für 50 Jahre Mitgliedschaft für Herma Christ, Christoph Pilarzyk, Max Spandl und Hans Stück sowie die Urkunden für 25 Jahre Mitgliedschaft für Roland Brandtjen, Dominik Hardt, Fabian Meier und Juliane Pilarzyk werden den Mitgliedern zugestellt. Unser Mitglied Yorck Wurms, er wohnt in Belgien, konnte zwar nicht zur Mitgliederversammlung

sitzenden, welches er ein Jahr zuvor kommissarisch übernahm. Der Posten des Jugendwarts bzw. der Jugendwartin ist leider vakant geblieben.

Nach der Genehmigung des Budgets 2018 durch die anwesenden Mitglieder wurde die Sitzung um 21:30 Uhr durch den 1. Vorsitzenden Horst Viertler geschlossen.

P.S.

Bürgerbegegnung mit der Stadt Kfar Saba/Israel – Gastfamilien gesucht

Die Landeshauptstadt Wiesbaden pflegt zur israelischen Stadt Kfar Saba seit 1981 eine enge Städtepartnerschaft. Im Rahmen dieser Partnerschaft findet alljährlich (jeweils im Wechsel in Wiesbaden oder Kfar Saba) eine Bürgerbegegnung über die Dauer von 7 bis 10 Tagen statt. Dabei ist es üblich, dass die jeweiligen Besucher/-innen in Gastfamilien untergebracht werden und auch am Geschehen in der jeweiligen Partnerstadt teilnehmen, um diese besser kennen zu lernen. Das heißt, es wird für die Besucher/-innen von der Stadt ein Programm zusammengestellt, an dem zum Teil auch die gastgebenden Familien teilnehmen können.

Neben einer Stadtbesichtigung in Wiesbaden gehört auch eine 2-tägige Reise nach Weimar sowie eine Übernachtung und Stadtführung dort dazu.

Seit einigen Jahren nun wird diese Bürgerbegegnung unter ein bestimmtes Motto bzw. Thema gestellt, um so auch neue Bürger/-innen in beiden Städten hierfür zu gewinnen. So kommen die jeweiligen Teilnehmer/-innen aus den verschiedensten Bereichen. Im vorvorletzten Jahr konnte man in Wiesbaden Studenten und Künstler/-innen begrüßen und im vergangenen Jahr waren im Gegenzug junge Musiker/-innen der Wiesbadener Musik- und Kunstschule ein Teil der Reisegruppe.

Für 2018 soll nun der Fokus auf den Bereich „Sport“ gelegt werden und aus Kfar Saba hat man erfahren, dass diesmal Läufer/-innen nach Wiesbaden kommen wollen, um am „**Halbmarathon rund um den**

Kellerskopf“ teilzunehmen. Nach aktuellem Stand wird die Gruppe aus ca. 23 bis 25 Läufern, 1 bis 2 Begleitpersonen sowie einer/m offiziellen Vertreter/-in der Stadt Kfar Saba bestehen.

Die nächste Bürgerreise nach Israel mit Unterbringung bei den jetzigen Gästen oder dortigen Gastfamilien ist für Mai/Juni 2019 vorgesehen. Insbesondere die neuen Wiesbadener Gastgeber haben natürlich die Möglichkeit an dieser Reise teilzunehmen. Es müssen lediglich die eigenen Flugkosten in Höhe von ca. 500 Euro übernommen werden, sowie Taschengeld für persönliche Bedürfnisse.

Es wäre schön, wenn sich die eine oder andere Gastfamilie in Rambach finden lässt.

Bitte meldet euch also bei Interesse bis zum 15. Juni beim TuS-Vorstand.

H.V.



Der Outdoor-Fitness-Tag – ein guter Start in die Saison

Endlich war es wieder soweit – das Outdoor-Fitness-Programm des TuS Rambach für Groß und Klein startete in die neue Saison. Am 21. April trafen sich rund 50 Erwachsene und Kinder bei tollem früh-sommerlich-milden Wetter auf dem Sportplatz in Rambach, um nach einem gemeinsamen Aufwärmtraining in die vom Verein angebotenen Kurse einzusteigen.

Mit dem Kids Running Camp, dem Lauftreff für Erwachsene, der Nordic Walking Gruppe und dem neu angebotenen Outdoor Gym war etwas Sportliches

für jeden Teilnehmer dabei und so formierten sich die interessierten Teilnehmer zügig und gut gelaunt um den jeweiligen Kurs-Leiter.

Dabei kam gut an, dass man spontan auch mal einen anderen Kurs als sonst ausprobieren konnte. Teilnehmerin Eliska dazu: „Eigentlich kam ich zum Joggen und habe spontan das Outdoor Gym bei Sven Ulmrich ausprobiert. Und es hat Spaß gemacht!“ Unter fachkundiger Anleitung ging es dann in kleinen Trainingsgruppen auf den Platz bzw. auf die Strecke.



Bei der Nordic Walking Gruppe unter Führung von Karl Christ kam das individuelle Coaching ebenfalls gut an und erleichterte den Start in die Saison. Teilnehmer Peter dazu: „Unser Kurs-Leiter ging wirklich gut auf jeden Teilnehmer ein!“

Claudia, Teilnehmerin an der kleinen Lauf-Runde: „Mir hat super gefallen, dass ich von Birgit Streck, unserer Kursleiterin, einen guten Tipp bekommen habe, wie man mit der richtigen Technik Steigungen ohne große Anstrengung bewältigen kann.“

Die Läufer der großen Lauf-Runde gingen unter Anleitung von Rüdiger Streck und Micha Back mit großem Ehrgeiz an den Start und loteten ihren Leistungsstand aus.

Auch in dieser Gruppe stimmte die sportliche Einstellung der laufaktiven Teilnehmer. „Mir wurde ganz schön warm! Aber ich komme wieder, denn ich trainiere hier ja schon für den 25-Stunden-Lauf im Kurpark Anfang September“, meine Teilnehmer Ralf.

Die Einsteiger-Gruppe bei den Läufern wurde von Alexandra Hinsken angeleitet; hier wurde besondere Rücksicht auf die Kondition der einzelnen „Mitläufer“ genommen.

Ein besonderer Ehrgeiz war wie so oft im “Kids Running Camp” festzustellen. Hier gingen viele motivierte Kinder unter der Anleitung von Kursleiter Timo Sommer in die spielerisch gestalteten Fitness-Übungen.



Die Outdoor-Gym-Gruppe unter fachkundiger Anleitung von Sven Ulmrich

„Kids Running Camp“-Teilnehmerin Sarah (13 Jahre): „Sonst laufen wir eine größere Strecke durch den Wald. Heute haben wir Spiele auf dem Sportplatz gemacht da eini-ge Kleine da waren.“

Fazit: Es wurde auch schon mal anstren-gend, aber es hat den Teilnehmern offen-sichtlich viel Spaß gemacht! Und so wurden zum Abschluß des Tages die Erfahrungen aus dem Saison-Einstieg gutgelaunt bei Kaffee und Kuchen im Freien vor der TuS-Hütte ausgetauscht und (Trainings-)Pläne für die Zukunft abgestimmt.

T.P.



Lust auf Bewegung?

Hast du Lust, selbst mal an einem der angebotenen Kurse teilzunehmen? Jeden Samstag ab 16:00 Uhr treffen sich die Aktiven am Sportplatz in Rambach. Bei Interesse einfach vorbei kommen!



Auf der Suche nach „getragener“ Trainingsbekleidung des TuS Rambach

Der TuS Rambach ist mal wieder auf der Suche nach zu kleiner oder nicht mehr getragener TuS Trainingsbekleidung. Es könnten damit Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die auf die nächsten Turnfeste gehen, ausgestattet werden.

Bitte schaut mal nach, ob bei euch noch etwas in den Kleiderschränken schlummert und meldet euch bei

Petra Sulzbach

Telefon 0611-2044889

oder

Email petra.sulzbach@tus-rambach.de



Einheitliche Trainingsbekleidung – sieht gut aus und fördert den Teamgeist!

150 Jahre 1861–2011



*Vereint
bewegen*



Unser Spiele- und Familien-Fest



**Am Sonntag,
den 12. August 2018
ab 10:00 Uhr
auf dem Sportplatz
in Wiesbaden-Rambach**

**Eine gute Gelegenheit
für alle Altersklassen
gemeinsam mit Spaß
Sport zu treiben!**