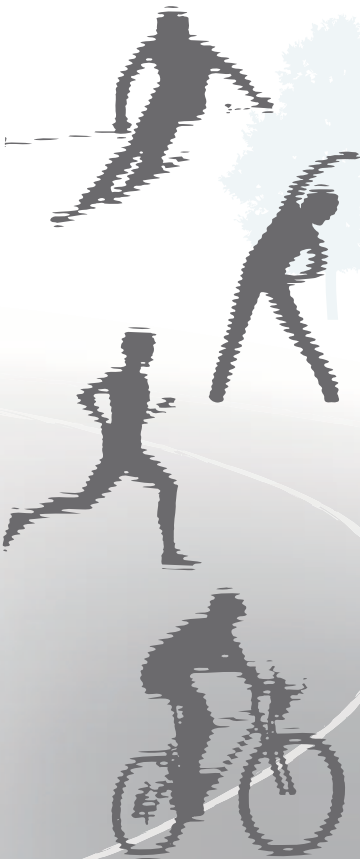


TUS INFO



● **Ankündigung: Neues Angebot für ältere Mitglieder**

● Saisonabschluss 2024
beim Lauftreff

● Sportabzeichen-Ehrungs-
veranstaltung im Gemeindehaus

● TuS-Helfende bei den
Bundesjugendspielen der ARS

● Mitgliederversammlung
in der „Waldlust“

● Bericht von der Familien-
Skifreizeit 2025

● „RunUp“ - unser Start
in die Laufsaison

● Hinweis auf den 25-Stunden-
Lauf im Wiesbadener Kurpark

● Basketball beim TuS Rambach

● Aktion Stadtradeln: Gaby Kusch
und ihr Gewinn einer Radreise

● Und weitere interessante Infos
aus dem Vereinsleben



Liebe TuS-Mitglieder,

wenn Sie diese Zeilen lesen, halten Sie die erste Ausgabe der TUS INFO in diesem Jahr in den Händen. Wie bereits mitgeteilt, wird es ab diesem Jahr nur noch zwei statt drei Ausgaben geben. Dafür gibt es mehrere Gründe: Zum einen möchten wir Thomas Petzold zeitlich entlasten, der unser Vereinsheft federführend gestaltet und zudem bei anderen Projekten, wie zum Beispiel dem Weinstand für den TuS Rambach, stark eingebunden ist. Zum anderen haben wir mittlerweile mit dem TuS-Newsletter ein neues und zusätzliches Medium, um unsere Mitglieder über das Vereinsleben zu informieren.

Bezüglich der Neugestaltung des Sportplatzes in Rambach gibt es die Mitteilung, dass im August mit den Arbeiten begonnen wird. Daher müssen wir uns insbesondere bei der Organisation des „RuK-Laufs“ etwas einfallen lassen.

Ab dem Frühjahr 2026 wird, wie bereits schon mehrfach erwähnt, Rüdiger Streck nicht mehr als Abteilungsleiter der Abteilung Wintersport zur Verfügung stehen. Es sieht auch so aus, als würde es dann keinen Vorstand mehr für die Abteilung Wintersport geben. Seit einiger Zeit haben wir uns in einer kleineren Gruppe mehrfach getroffen, um uns über neue Organisationsformen auszutauschen. Wir sind noch zu keinem konkreten Ergebnis gekommen, aber ich denke, wir sind auf einem guten Weg.

Ziel ist es, den Gesamtvorstand breiter aufzustellen, um den kommenden Aufgaben gerecht zu werden. Hierfür müssen wir auch unsere Satzung anpassen, was wir eigentlich vermeiden wollten. Ich bin jedoch überzeugt, dass kein Weg daran vorbeiführt, um langfristig eine stabile Basis zu schaffen.

Wie viele von Ihnen wissen, feiert die Kerbegesellschaft in diesem Jahr Jubiläum und hat beim TuS Rambach angefragt, ob die Kinder etwas aufführen könnten. Spontan hat sich Josefine Kramer-Walczyk bereit erklärt, mit interessierten Kindern eine Tanzvorführung einzuüben. Mal sehen, ob dieses Angebot auch über den September hinaus bestehen bleibt.

Außerdem möchte ich auf die neue Möglichkeit der Beschaffung von Sportbekleidung mit dem TuS-Logo hinweisen. Über den Onlineshop „Fan12“ können Sie ganz einfach verschiedene Artikel mit unserem Vereinslogo bestellen und sich nach Hause liefern lassen. Den Zugang zum Onlineshop finden Sie auf unserer Homepage. Über die Web-Adresse <https://tus-rambach.fan12.de> können Sie den Onlineshop auch direkt aufrufen. Für die Organisation dieser neuen Möglichkeit möchte ich Robert Heine ausdrücklich danken. Damit konnte der Zeitaufwand für die Auswahl und Besorgung solcher Artikel deutlich reduziert werden.

Zum Thema Mehrzweckhalle: Leider konnte sich das Schulamt nicht für eine flexible Abtrennung in zwei Bereiche begeistern, so dass wir dieses Vorhaben nicht weiterverfolgen werden.

So, und nun wünsche ich viel Spaß beim Lesen der TUS INFO.

Bleiben Sie gesund und alles Gute!

Ihr Horst Viertler

1. Vorsitzender TuS Rambach

Redaktionsschluss: 1. Juni 2025

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: DE 97 5109 0000 0046 0529 00 • BIC: WIBADE5W

Ein neues Angebot für ältere Vereinsmitglieder

Der Landessportbund Hessen e.V. hat im Rahmen des Projekts „AGIL – aktiv geht's immer leichter“ einen Lehrgang zur Bewegungsförderung bei hochaltrigen Menschen mit Unterstützungsbedarf in ihrer häuslichen Umgebung angeboten. Elke und Jürgen Mauer haben gemeinsam daran teilgenommen und werden nach Abstimmung mit dem Vorstand zukünftig eine solche Übungseinheit für Einzelpersonen bei TuS-Mitgliedern ab dem 80. Lebensjahr anbieten, die früher aktive Teilnehmer:innen in einer Übungsstunde waren und sich wegen körperlicher oder kognitiver Einschränkungen aktuell weitestgehend nur im häuslichen Umfeld bewegen können.

Der Vorstand bedankt sich ausdrücklich bei Elke und Jürgen Mauer für das Angebot, auch älteren Mitgliedern des Vereins eine solche Hilfestellung anzubieten.

Noch anstehende Veranstaltungen in 2025



Eibinger Weinwanderung
mit TuS-Beteiligung

14. Juni 2025

Der TuS Rambach am Weinstand

11. + 12. Juli 2025

25-Stunden-Lauf im Kurpark
mit TuS-Beteiligung

13. + 14. September 2025

„RuK-Lauf“

28. September 2025

Weiterführende Informationen, wie Ort und Zeit, finden Sie meistens zur gegebenen Zeit in den TuS-Schaukästen im Ort, auf unserer Internet-Seite unter www.tus-rambach.de oder in unserem Vereinsheft, der TUS INFO.

Saisonabschluss 2024 beim Lauftreff

Jeden Samstagnachmittag trifft sich der Lauftreff zu gemeinsamen Lauf- und Nordic Walking-Runden durch den Rambacher Wald. Ab und an geht man nach der Abschlussgymnastik nicht so einfach auseinander, sondern bleibt noch einen Moment zusammen. Insbesondere vor Heiligabend und vor Silvester wird eine lieb gewonnene Tradition gepflegt und man lässt das Lauftreff-Jahr gemeinsam gemütlich ausklingen.

Ende des letzten Jahres, am 21. und am 28. Dezember 2024, war es wieder soweit. Man brauchte sich nicht groß abzuspre-

chen – jeder steuerte etwas zu einem kleinen Buffet bei. So standen die Teilnehmer:innen bei netten Gesprächen, leckeren Köstlichkeiten und erfrischenden Getränken noch ein bisschen zusammen und freuten sich sicherlich auch schon darauf, dass man sich auch im Jahr 2025 hoffentlich gesund und munter wieder zu gemeinsamen Lauf- und Nordic Walking-Runden durch den Rambacher Wald treffen würde. **HV**

Der TuS-Lauftreff:

**Treffpunkt im Sommer jeden Samstag
um 16 Uhr am Rambacher Sportplatz**



*Gemeinsamer Umtrunk vor dem
Weihnachtsfest am 21. Dezember 2024*



Sportabzeichen-Ehrungsveranstaltung im Gemeindehaus



*Jürgen Mauer bereitet die
Urkundenübergabe vor*

Am 13. Februar begrüßte Jürgen Mauer die erfolgreichen Absolventen des Sportabzeichens 2024 aus der Gruppe der Erwachsenen im Gemeindesaal in Rambach. Dabei überbrachte er auch die Grüße des Ortsvorstehers und Stadtverordnetenvorstehers Dr. Gerhard Obermayr, der in 2024 zum zweiten Mal das Sportabzeichen beim TuS Rambach absolviert hat. Ebenso richtete der 1. Vorsitzende des TuS Rambach, Horst Viertler, Grußworte an die Absolventen des Sportabzeichens.

In seiner kurzen Einleitung erwähnte Jürgen Mauer einige statistische Zahlen: Hatte man im Jahr 2022 einen neuen Vereinsrekord mit 172 abgenommenen Sportabzeichen aufgestellt und in 2023

immerhin noch 148 Sportabzeichen erreicht, so waren es in 2024 bisher 141 geworden (Anmerkung: Inzwischen sind es sogar 143). Er war trotzdem erfreut darüber, dass man sich wieder auf einem so erfreulich hohen Niveau halten konnten. Danke dafür an alle beteiligten Vereinsmitglieder – ihr ward Teil dieser erneut großartigen Leistung.

Trotz dieses leichten Rückgangs hat der TuS Rambach den Spitzenplatz in der Vereinsgruppe mit 501 bis 1.000 Mitgliedern wieder zurückerobert.

Jürgen Mauer konnte zum Zeitpunkt der Ehrungsveranstaltung noch keine endgültigen Abschlusszahlen verkünden, da der Eingabeschluss bei dem neuen Onlineportal „www.sportabzeichen-digital.de“ erst für den 31. März 2025 festgelegt wurde. Es zeichnete sich aber schon ab, dass der TuS Rambach sogar der stärkste Wiesbader Verein sei: Der TV Amöneburg hatte bis dahin nur 137, der TV Kostheim 126 und der TV Medenbach 122 Sportabzeichen eingereicht. Also: Jeder sechste aus den 16 Vereinen war ein Rambacher bzw. eine Rambacherin!

Beim Familienwettbewerb hat unser Verein mit 13 Familien gemeinsam mit dem TV Amöneburg den zweiten Platz erreicht – nur der TV Kostheim hatte eine Familie mehr. Ein Vereinswettbewerb des Landessportbundes fand 2024 nicht statt, da bei den noch bestehenden Problemen bei der Eingabe der Daten in das neue Onlineportals eine korrekte Auswertung kaum möglich gewesen wäre.



Stolze Sportabzeichen-Absolvierende

Die 141 Absolventen beim TuS Rambach setzten sich zusammen aus 64 Erwachsenen und 77 Jugendlichen (inklusive einer Sportabzeichen-Aktion an der Adolf-Reichwein-Schule und bei Janet Heine in der Kinderleichtathletik-Gruppe).

Rein aus dem Verein waren es 44 Erwachsene. Bei der Ehrung waren auch 12 Jugendliche dabei, die gemeinsam mit Eltern oder Großeltern sportlich aktiv waren. Die 20 Erwachsenen, die nicht aus dem Verein kamen, waren Angehörige der Polizei, der US-Army oder einzelne Absolventen, die das Sportabzeichen für die Berufsausbildung benötigten.

Der älteste Teilnehmer war wie so oft Konrad „Konny“ Schnurr. Die namentliche Erwähnung der ältesten Teilnehmerin unterlassen wir hier, da sie erst Anfang 60 ist und sich mit der Erwähnung hier wahrscheinlich nicht wohlfühlen würde. Stattdessen soll hier Karlheinz „Kalli“ Porsch als zweitältester Teilnehmer bei den Herren erwähnt werden.

Mit den Einzelurkunden wurden auch die Familienurkunden und die dazugehörigen „Pokale“ (jeweils ein Glas Nuss-Nougat-Creme einer bekannten Marke) verteilt. Leider waren nur zwei Familien aus der Kinderleichtathletik-Gruppe beteiligt. Alle anderen Kinder und Jugendlichen kamen mit Eltern oder Großeltern auf den Sportplatz und nur einmal waren drei Generationen gleichzeitig vertreten.



Urkunde und „Pokal“ für die Kleinsten



Danach folgte das gemeinsame Abendessen. Es gab Chili con Carne und Chili sin Carne – letzteres die fleischfreie Variante – aus der „Gulaschkanone“. Es schloss sich ein gemütliches Beisammensein mit Austausch zu verschiedenen Themen rund um den Sport und den TuS Rambach an.

Vielen Dank an alle Helferinnen und Helfer beim Auf- und Abbau im Gemeindehaus in Rambach! JÜM



Kurz noch etwas zum Sportabzeichen allgemein:

- Jürgen Mauer sucht „händeringend“ nach neuen Interessierten für die Tätigkeit als Prüferinnen und Prüfer. Gaby Kusch steht dafür langfristig nicht mehr zur Verfügung, und Konny Schnurr möchte kürzertreten. Daher würden wir uns sehr über Nachwuchs im Team freuen! Wenn also Interesse besteht, meldet euch bitte bei Jürgen Mauer. Eine Übungsleiter:innen-Lizenz ist nicht Voraussetzung!
- Es gibt in diesem Jahr keine gravierenden Änderungen bei den Ziel-Werten für das Sportabzeichen. Es soll weiterhin nur alle vier Jahre eine Anpassung geben.
- Die neuen Sportabzeichen-Übungen bei der Kraft haben erstaunlicherweise viele Absolventen gewählt und gute Leistungen erzielt.
- Zum aktuellen Stand des Kunstrasenumbaus auf dem Sportplatz: Der Baubeginn soll tatsächlich irgendwann im Sommer dieses Jahres sein. Daher fallen irgendwann die Sportabzeichen-Übungsstunden auf dem Sportplatz aus bzw. müssen verlegt werden.

Zum Sportabzeichen digital:

- Für Sporttreibende ist das eine gute Sache, weil sie sich selbst anmelden und ihre Werte jederzeit abrufen können, auch um zu wissen, wann wieder ein Schwimmnachweis erforderlich ist. Nichtsdestotrotz an alle Sportabzeichen-Absolventen, die sich noch nicht registriert haben: Bitte holt das nach! Gebt im Rahmen der Eingabe in der Anmeldemaske an, dass ihr bereits ein Sportabzeichen unter der auf der Urkunde aufgedruckten ID-Nummer absolviert habt. Ansonsten legt euch ein neues Profil im Portal an. Findet ihr eure bisherigen Daten nicht sofort, dann meldet euch bitte bei Jürgen Mauer, damit er die Daten ggf. zusammenführen bzw. ergänzen kann.

TuS-Helfende bei den Bundesjugendspielen der Adolf-Reichwein-Schule



Es ist eine gepflegte Tradition, dass ein paar Mitglieder unseres Vereins bei den Bundesjugendspielen der Adolf-Reichwein-Schule in Rambach die Veranstaltung begleiten. Am 20. Mai 2025 war es mal wieder soweit.

Unter Anleitung von Jürgen Mauer, dem Sportabzeichen-Beauftragten unseres Vereins, war eine Gruppe von TuS-Helfenden auf dem Sportplatz in Rambach aktiv, um die Schulleitung bei der Durchführung der Veranstaltung zu unterstützen.

Das Foto zeigt – von links nach rechts – Jürgen Mauer, Wolfgang Schlink, Jürgen Wagner, Herbert Zerbe und Renate Zerbe.

Der Vorstand des TuS Rambach dankt Jürgen Mauer und den Helfer:innen für ihren Einsatz „unter der Flagge“ des Vereins.

Ohne ehrenamtliche Unterstützung ist es schwer

Der Einsatz von TuS-Mitgliedern auf den zahlreichen Veranstaltungen des TuS Rambach – oder mit dessen Beteiligung – zeigt eindrucksvoll, dass solche Veranstaltungen ohne eine ehrenamtliche Unterstützung oft nur schwer umsetzbar wären. Aber auch in der einen oder anderen Übungsstunde wäre eine Unterstützung willkommen. Entweder als zweite Betreuungsperson (z.B. bei den Kindern und Jugendlichen) oder irgendwann sogar mal als punktuelle Vertretung für den Übungsleiter bzw. die Übungsleiterin.

Wer also Lust und Zeit hat, gelegentlich auch mal in einer Übungsstunde zu unterstützen – oder jemanden kennt, auf den dies zutrifft –, der möge sich bitte mit dem Vorstand in Verbindung setzen.

Unsere Mitgliederversammlung in der „Waldlust“

Eine lieb gewonnene Tradition, die Mitgliederversammlung in der Gaststätte „Haus Waldlust“ abzuhalten, konnte in diesem Jahr wieder gepflegt werden.

Am 19. März 2025 begrüßte Horst Viertler der 1. Vorsitzende des TuS Rambach, 44 Mitglieder mit einem Glockenschlag – auch das ist eine liebgewonnene Tradition.

Zu Beginn erhoben sich die Anwesenden, um den Verstorbenen Rüdiger Schmidt, Marianne Schneider, Dennis Staudter-Will, Erwin Schmidt, Renate Birkmeier, Rolande Kölsch, Alfred Gauer und Herma Christ zu gedenken.

Horst Viertler berichtete kurz über die Aktivitäten und den Übungsbetrieb des vergangenen Jahres. Für 2025 sind einige Veranstaltungen geplant, die während des Sportplatzumbaus in geänderter Form stattfinden oder eventuell sogar ausfallen müssen.



Horst Viertler informiert
über das Vereinsleben

Kassenlage: Er gab dann das Wort an Marko Auerswald, Kassierer des Vereins, weiter, der über das Rechnungsergebnis 2024 und das Budget für 2025 informierte. Nach wie vor ist ein stabiles Vereinsvermögen zu erwarten

Mitgliederentwicklung: Unsere Mitgliedswartin Alexandra Hinsken wurde auf der Mitgliederversammlung von ihrem Ehemann Christoph vertreten, der als ehemaliger Mitgliedswart nach wie vor gut im Thema war. Er teilte mit, dass die Mitgliederzahl auch dieses Jahr auf beeindruckende 790 angestiegen ist. Die Chancen stehen also gar nicht so schlecht, im Laufe dieses Jahres die Marke von 800 Mitgliedern zu erreichen.

Leichtathletik: Für die Leichtathletik konnte Janet Heine ebenfalls nur Positives berichten. Ihre drei Leichtathletikgruppen nahmen an diversen Läufen, Sportfesten, Dreikämpfen und Kila-Wettkämpfen teil. Für dieses Jahr sind bereits weitere Aktivitäten geplant.

Sportabzeichen: Jürgen Mauer, Sportabzeichen-Beauftragter des Vereins, konnte stolz verkünden, dass 143 Sportabzeichen abgelegt wurden.

Abteilung Wintersport: Rüdiger Streck berichtete über die vergangenen Veranstaltungen wie der Beteiligung an der Eibinger Weinwanderung, der Teilnahme eines Kinder- und zwei Fun-Teams beim 25-Stunden-Lauf im Wiesbadener Kurpark, dem „RuK-Lauf“, der Familien-Skifreizeit und dem „RunUp“.



*Rüdiger Streck (rechts) dankt
Peter Daube von Mach (links)*

Wahlen: Im Rahmen der Mitgliederversammlung wurden auch die Wahlen der Abteilung Wintersport durchgeführt. Zum Schriftführer wurde Ralf Ulbrich gewählt. Silke Becker und Peter Daube von Mach wurden aus der Vorstandsarbeit verabschiedet und für ihre besonderen Verdienste von Rüdiger Streck geehrt.

Ehrungen: Für langjährige Mitgliedschaften wurden Urkunden mit Ehrennadel an Laura Clemenz, Ingrid Göttert, Anna Kilian

und Petra Klode für 25 Jahre, Ingeborg Clemenz, Annelie Conitz, Herbert Zerbe und Renate Zerbe für 50 Jahre sowie Rudi Heuser für beachtliche 75 Jahre verliehen.

Kassenprüfung: Die Kassenprüfer bestätigten, dass die Kassengeschäfte einwandfrei geführt wurden. Daher wurde der Vorstand dann durch die anwesenden Mitglieder entlastet.

Vorstandswahl: Die Mitglieder bestätigten Horst Viertler (letztmalig für zwei Jahre), Marko Auerswald, Petra Sulzbach, Stefan Tondl, Stephanie Kimpel, Thomas Petzold und Herbert Zerbe in ihren Ämtern im Vorstand. Christoph Hinsken übernimmt wieder das Amt des Mitgliedswarts. Als Beisitzer wurde Robert Heine neu in den Vorstand gewählt. Alexandra Hinsken wurde herzlich für ihre Arbeit als bisherige Mitgliedswartin gedankt.

Um 21:45 Uhr beendete Horst Viertler die Mitgliederversammlung. **PS**



Die anwesenden langjährigen Mitglieder werden von Horst Viertler geehrt

Familien-Skifreizeit 2025: Raus aus dem Alltag – rauf auf den Berg

Ein Teilnehmer der Familien-Skifreizeit, der gerne ungenannt bleiben möchte, berichtet hier über die Reise, die vom 5. bis 12. April 2025 nach Saas Grund in die Schweiz ging:

5:00 Uhr morgens in Rambach. 48 müde Gesichter. Die meisten unter ihnen kennen sich bereits von den unzähligen vorherigen Skifreizeiten. Doch hier und da tauchen auch ein paar unbekannte Gesichter auf – neu Dazugekommene, die sich scheinbar aus heiterem Himmel über verschlungene Umwege der Skifahrergesellschaft angeschlossen haben. Na dann mal schnell das Gepäck verstauen, alle einsteigen bitte und schnell durchzählen – der Berg ruft!

Konkret: Der „Weissmies“ im Schweizer Kanton Wallis, auf dessen 4.013 Metern Höhe sich der „Triftgletscher“ rund 2,5 Kilometer talabwärts schlängelt. Schon gleich am nächsten Tag geht es auch schon rein in die Gondel und rauf auf den Berg, auf dem die ganze Woche lang die Sonne vom knallblauen, wolkenlosen Himmel lacht.

Eingefrorene Fußzehen? Kalte Fingerspitzen? Fröstelnde Wangen? Nicht für uns. Stattdessen: windstilles Kaiserwetter. Und menschenleere Pisten. Als wäre das gesamte Skigebiet Saas Grund für die geschlossene Gesellschaft aus Rambach reserviert. So lässt es sich Skifahren – und die Kunst des Skifahrens erlernen.

*Wichtig: Bevor es auf die Piste geht,
gibt es eine gemeinsame Aufwärmrunde*



Zu diesem Zweck sind die vielen Kinder der Rambacher Familien-Skifreizeit je nach Leistungsniveau in eine der drei Gruppen eingeteilt. Die Skilehrer rotieren, sodass jede Gruppe immer wieder neue Anreize und Lernimpulse bekommt. Anscheinend ein erfolgreiches System: Schon bald können alle Skikinder die rote Gletscherpiste runterbrettern. Die einen im waghalsigen Pizza-Pommes-Style, die anderen mit elegant gewedelten Schwüngen.

Vorbei am ewigen Eis des Gletscher und seiner gefährlichen Gletscherspalten sowie umgeben von den imposanten Viertausendern der Schweizer Alpen. Ein Naturpanorama, das die Schule, die Arbeit und den Alltag mit jeder Abfahrt mehr in noch weitere Ferne rücken lässt – bis jeder in seinem Tempo auf dem Gipfel der Entspannung angekommen ist. So urlaubt es sich herrlich.

Und nach dem sportlichen Schneevergnügen geht es mit Kopfsprung rein ins nächste Abenteuer: dem Swimmingpool in einer unserer Unterkünfte, dem Hotel „Étoile“, wo gut die Hälfte der Skifreizeitler untergebracht ist. Die andere Hälfte ist im Hotel „Moonlight“ einquartiert, wo die Unterbrachten die Tage bei ein, zwei, drei Partien „Werwolf“, ohrenbetäubendem Kindergeschrei und Unmengen „Schoki“ vom Supermarkt um die Ecke ausklingen lassen.

Eine Familien-Skifreizeit wie aus dem Bilderbuch. Und so ist es etwa 18 Uhr am frühen Samstagabend als 48 müde, aber zufrieden wirkende Gesichter, mit einem Hauch Kaiserwetterstrahlen um die Nase und Pistengaudizauber in den Augen, aus dem Reisebus klettern. Müde, aber sehr glücklich über die tolle, diesjährige Familien-Skifreizeit des TuS Rambach.

Auch wichtig: Das gemeinsame Gruppenfoto vor der traumhaften Alpenkulisse



Die Familien-Skifreizeit in 2026



Die nächste Familien-Skifreizeit ist schon geplant:

Vom 28. März bis zum 4. April 2026 geht es wieder in die Schweiz nach Saas Grund.

Wenn ihr dabei sein wollt, dann könnt ihr euer Interesse über den nachfolgend abgebildeten QR-Code anmelden und damit frühzeitig einen der begehrten Plätze in unserem Reisebus sichern.



Bei Rückfragen steht euch das Orga-Team der Familien-Skifreizeit über die E-Mail-Adresse skifreizeit@tus-rambach.de zur Verfügung.

„RunUp“ – unser Start in die Laufsaison

Am 26. April 2025 war es wieder so weit: Der Start in die Laufsaison. Zum traditionellen „RunUp“ trafen sich Interessierte, Neueinsteiger sowie Wiedereinsteiger am Sportplatz. Es war eine Gelegenheit, sich die Laufschuhe anzuziehen und mit Gleichgesinnten den Rambacher Wald bei sportlichen Aktivitäten zu genießen. 12 Teilnehmer kamen, um auch dieses Jahr bei bestem Wetter in die Laufsaison zu starten. Wir hätten uns jedoch mehr Teilnehmer erhofft und waren überrascht, dass es weniger Teilnehmer waren als beim normalen Lauftreff am Samstag. Es wurde ein gemeinsames Aufwärmprogramm absolviert, danach wurden die Gruppen aufgeteilt. Für die Läufer ging es in kleinere Gruppen in den Wald. Nach der sportlichen Betätigung trafen wir uns in der TuS-Hütte, um bei Kaffee und Kuchen die verbrauchten Kalorien wieder auszugleichen. Ein gelungener Auftakt in die Saison – in der Hoffnung, dass nächstes Jahr die Teilnehmerzahl wieder steigt. **HV**

*Die Gruppe der gutgelaunten RunUp-Teilnehmenden
plus Horst Viertler als Fotograf*



25-Stunden-Lauf 2025 im Wiesbadener Kurpark

Ein Aufruf von Robert Heine:

Auch dieses Jahr wird der TuS Rambach wieder am 25-Stunden-Lauf im Kurpark teilnehmen. Der 25-Stunden-Lauf am 13. und 14. September wird in diesem Jahr zum 20. Mal von der Wiesbadener Sportförderung e.V. (WISPO) organisiert. Es handelt sich um einen Benefiz-Lauf, mit dem junge Wiesbadener Sportlerinnen und Sportler gefördert werden.

Den spektakulären 2. Platz im letzten Jahr, mit einem neuen Rekord bei der Anzahl der gelaufenen Runden, wird das Erwachsenen-Fun-Team dieses Jahr wahrscheinlich nicht wiederholen. Dennoch möchten wir auf jeden Fall wieder als TuS Rambach mit einem Erwachsenen-Fun-Team und einem Kinder-Team (für Kinder von 8 bis 16 Jahren) an den Start gehen.

Wer hat Lust, für den TuS Rambach an diesem tollen Lauf teilzunehmen?

Interessierte melden sich bitte

- für das Erwachsenen Fun-Team bei robert.heine@tus-rambach.de
- für das Kinder-Team bei kila@tus-rambach.de



Basketball beim TuS Rambach

Robert Heine berichtet aus der Basketball-Übungsstunde:

Seit kurzem gibt es eine Hobby-Basketballmannschaft beim TuS Rambach. Diese trifft sich jeden Montag um 21:00 Uhr in der Mehrzweckhalle. Das neue Angebot wird gut angenommen und jede(r) ist willkommen. Bisher waren wir immer zwischen 6 und 12 Basketballbegeisterte im Alter von 22 bis 50 Jahren. Je nach Teilnehmerzahl spielen wir 3 gegen 3 auf einen Korb oder, wenn wir genug sind, 5 gegen 5 über das ganze Spielfeld. Es ist eine reine Hobby-Mannschaft mit ein paar Spieler:innen, die früher mal in einem Verein gespielt haben, und anderen, denen Basketball einfach nur Spaß macht!

Wenn ihr Interesse habt, auch mal mitzuspielen, dann könnt ihr gerne mal spontan vorbeischaun oder euch vorher bei Robert Heine melden: robert.heine@tus-rambach.de



Aktion „Stadtradeln“ – Gaby Kusch und ihr Gewinn einer Radreise

Gaby Kusch, Übungsleiterin „Kinderturnen“ und „Rücken-Fit“ berichtet über ihren ganz besonderen Gewinn:

Ich freue mich riesig, euch mitzuteilen, dass ich bei der Verlosung zur Aktion „Stadtradeln 2024“ über das Radbüro Wiesbaden den 1. Preis – eine einwöchige Radreise – gewonnen habe. Es war mir eine Herzensangelegenheit, gemeinsam mit dem Team des TuS Rambach im letzten Jahr innerhalb des Aktionszeitraums von drei Wochen möglichst viele Kilometer für den Klimaschutz und eine bessere Radinfrastruktur in Wiesbaden zu sammeln.

Teamspirit und Motivation: Gemeinsam mit allen über den TuS Rambach angemeldeten Radler:innen haben wir viele Gesamt-Kilometer erradelt und damit ein starkes Zeichen für nachhaltige Mobilität gesetzt! Jeder getretene Meter hat geholfen, CO² sparen und mehr Aufmerksamkeit auf den Ausbau sicherer Radwege zu lenken.

Als Dankeschön werde ich im Juli mit meinem Mann eine organisierte Radreise in einer wunderschönen Region Deutschlands antreten und euch in der nächsten TUS INFO darüber berichten.

Radfahren ist für mich mehr als Sport: Es verbindet Menschen, schont die Umwelt und macht einfach Spaß. Als Übungsleiterin erlebe ich täglich, wie viel Begeisterung und Zusammenhalt durch gemeinsame Bewegung entsteht.

Mein großer Dank gilt dem TuS Rambach, der mir die Möglichkeit geboten hat, an diesem tollen Event teilzunehmen.

Die Aktion „Stadtradeln“ findet in diesem Jahr vom 25. Mai bis zum 14. Juni statt und ich freue mich schon sehr auf die Veranstaltung. Auch wenn unser Vereinsheft mit meinem Bericht vermutlich erst nach Abschluss der Aktion verteilt wird, so formuliere ich hier trotzdem schon mal meine Hoffnung, dass ich wieder mit vielen anderen aus dem Verein in die Pedalen treten werden. Jeder kann mitmachen und jeder Kilometer zählt - für saubere Luft, weniger Verkehr und eine lebenswerte Stadt.



STADTRADELN
Radeln für ein gutes Klima

Weitere interessante Infos aus dem Vereinsleben



Auch die erst im Vorjahr neu ins Leben gerufene Volleyball-Übungsstunde feiert ihre ersten Erfolge. Beim „Late-Night Mixed Turnier“ in der Kellerskopfhalle in Naurod wurde unter der kreativen Team-Bezeichnung „Rambacher Ballfummler“ ein toller 3. Platz erspielt.

Bei der Schlussauswertung gab es seitens der Turnierleitung einen Rechenfehler, so dass die Platzierung auf der bereits ausgestellte Urkunde, die seitdem an der Infotafel in der Mehrzweckhalle hängt, nachträglich korrigiert werden musste. Letztendlich bedeutet der 3. Platz eine hervorragende Platzierung für das neue Team.

Lust auf Volleyball? Dann einfach mal an einem Mittwoch zwischen 20:00 und 22:00 Uhr in der Halle vorbeischauchen.

An der Infotafel in der Mehrzweckhalle hängt seit ein paar Tagen auch ein Aushang, auf den wir hier nochmal extra hinweisen wollen. Wie von Horst Viertler in seinem Vorwort angesprochen, gibt es ein Tanzprojekt für Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren. Erstmal nur in der Zeit von Mai bis September 2025 als Vorbereitung für einen Auftritt auf der Kinderkerb in Rambach am ersten Septemberwochenende.

Wer also Kinder in dem Alter hat, die möglicherweise Lust auf Bewegung und Tanzchoreographie haben, der kann sich gerne mal bei Josefine Kramer-Walzyk, die Ansprechpartnerin für dieses Angebot ist, über die auf dem Aushang angegebene Handynummer melden.

Gerne weitersagen!

Tanzprojekt für Kinder von 8-12 Jahren

Zeitraum Mai bis September 2025

Start. 02.05.2025

Ihr seid zwischen 8 und 12 Jahre alt und habt Lust zu tanzen? Im Zeitraum von Mai bis September bieten wir die Möglichkeit mit uns eine Tanzchoreographie zu entwickeln und einzuüben. Ziel ist ein Auftritt bei der Kinderkerb in Rambach am ersten Septemberwochenende!

Wenn Du Lust hast, melde Dich bei uns oder komm am 04.04.2025 um 15 Uhr in die Turnhalle in Rambach.

Ansprechpartnerin: Josefine Kramer 0179-7595761

Wann: freitags von 15-16 Uhr
Wo: Turnhalle Rambach

*Der TuS Rambach
am Rambacher Weinstand*

*11. + 12. Juli 2025
17 bis 22 Uhr*

