



Nr. 134 - Juni 2018

# EXPRESS

Vereinszeitung der Turnerschaft Kiedrich 1886 e.V.

zum Herausnehmen  
- TSK - Sportangebot -



## Rheinsteigläufer



## Kontaktadressen des Vereins

<b>1. Vorsitzende</b> Gudrun Studer	Neue Heimat 41, 65399 Kiedrich (06123) 79 39 27
<b>2. Vorsitzende</b>	zur Zeit nicht besetzt
<b>Sportwartin</b> Iris Kaimer-Palm	Steinheimer Str. 63, 65343 Eltville am Rhein 0173 31 52 92 1
<b>Schatzmeister</b> Peter Rupröder	Aulgasse 19, 65399 Kiedrich (06123) 97 46 49
<b>Schriftführerin</b> Sabine Neutzler	Weinbergblick 47, 65399 Kiedrich (06123) 61 99 5
<b>Mitgliederverwaltung</b> Martina Wesolowski	Draiserweg 24, 65399 Kiedrich (06123) 70 19 57, <a href="mailto:tsk.weso@web.de">tsk.weso@web.de</a>
<b>TSK-Express</b> Tabea von Alkier	Kolpingring 11, 65399 Kiedrich (06123) 8 11 38, <a href="mailto:Tabea@von-alkier.de">Tabea@von-alkier.de</a>
<b>Homepage</b> Enrico Pollok	Oberstr. 48, 65399 Kiedrich (06123) 61 29 7, <a href="mailto:tsk@kiedrich-wetter.de">tsk@kiedrich-wetter.de</a>
<b>E-Mail</b> <b>Homepage</b>	<a href="mailto:info@ts-kiedrich.de">info@ts-kiedrich.de</a> <a href="http://www.ts-kiedrich.de">www.ts-kiedrich.de</a>

## Inhaltsverzeichnis

Bereich	Seitenzahl
Gauwandertag	4 - 5
Rheinsteiglauf	8 - 11
Gutenberg Marathon	12 - 17
Sportangebot	Mitte
Neue Gym.Raum + Sportangebot	23
Muddy Angel Run	24 - 25
Leichtathletik	26 - 27
Power & Roll	28
Neues aus der Vorstandsarbeit	30 - 31
Termine	34
Redaktionsschluss	35

## Gauwandertag

### Unsere Sternwanderung zum Gauwandertag 2018 nach Bärstadt am 10. Mai 2018

Nach Werbung für den Gauwandertag und der geplanten Sternwanderung auf unserer Homepage, in allen Abteilungen und Schaukästen war die Erwartung groß, dass dieses Jahr mehr Wanderer teilnehmen als im Vorjahr.

Wir hatten nämlich die große Hoffnung, die Wanderpokale mit nach Kiedrich nehmen zu können. Seit Jahren gehen diese immer an den SV Bärstadt, weil diese die höchste Teilnehmerzahl haben. Diesmal waren sie aber wegen der Ausrichtung des Gauwandertages nicht in der Bewertung.

Leider schwenkte das Wetter am Vortag um und es regnete bereits in der Nacht und einige Mitwanderer, die zugesagt hatten, meldeten sich ab.

Aber es war erfreulich, dass am Himmelstagsmorgen trotz anhaltendem Regenschauer doch viele Teilnehmer kamen, auch Eltern mit Kindern und Jugendlichen.

Nach einem Gruppenfoto auf dem Bürgerhaus-Parkplatz in Kiedrich, wanderten wir gegen 9.40 Uhr mit 33 Personen los. Hinunter an der Eckerts Mühle (144 hm) vorbei, über den Weinberg der Ehe in den Wald und weiter bis zur „Grünen Bank“ (465 hm), wo wir nach einigen kurzen Pausen, dort die Haupttrast machten.

Mittlerweile hatte auch der Regen nachgelassen.

Gestärkt wanderten wir den letzten steilen Wegabschnitt hinauf und überschritten nach 2 Std. 20 Min. die höchste Erhebung unseres Wanderweges mit 509 hm.

Nach einer kleinen Senke und Höhe erreichten wir nach 9,5 km die „Dreispietz“ vor Bärstadt und wanderten an den ehemaligen Wochenendhäuser vorbei, eine Schleife durch die Gemarkung von Bärstadt, die ich vor einem Monat erkundet hatte, damit wir die Sternwanderung-Vorgabe von 12 km erzielten.

Nach 3 Std. 40 Min. erreichten wir, mit 12,2 km, die Bärstädter Turnhalle und meldeten uns beim Gauwanderwart, Herrn Kurt Neugebauer, gegen 13:20 Uhr mit 5 Kindern, 3 Jugendlichen und 25 Erwachsenen an. Es war eine tolle Leistung, besonders für die mitwandernden Kinder von 4-11 Jahren, dass wir für diese Wanderstrecke insgesamt 426 hm erklimmen hatten.

Gegen 14:40 Uhr wurde das Ergebnis des Gauwandertages bekanntgegeben, und - enttäuschend für uns - belegten wir wieder in allen 3 Kategorien „nur“ den 2. Platz. Der Turnverein Wambach hatte mit 6 Kindern, 4 Jugendlichen und 49 Erwachsene am Gauwandertag teilgenommen.

Zu unserem Trost wurden wir zum Schluss der Ausführungen lobend erwähnt, weil die meisten Erwachsenen wieder nach Kiedrich zurückwandern wollten und zudem die Turnerschaft im nächsten Jahr den Gauwandertag 2019 ausführen wird.

Gegen 17:00 Uhr erreichten wir wieder Kiedrich und ließen den Wandertag bei einem Glas Wein am Kiedricher Weinprobierstand ausklingen. Ich bedanke mich bei Allen, die mitgewandert sind, besonders bei den Eltern und Kindern.

Euer Wanderwart

Hanno Dietz



Gruppenbild vor dem Start



Schirmparade  
- leider Regen...

Wanderwart Hanno erklärt,  
wie es weiter geht...



verdiente Rast beim SV  
Bärstadt!




## Schnell passiert. Schnell repariert!

**Schont Fahrzeug und Geldbeutel!  
Fachgerechte Karosserie-Reparatur  
für Fahrzeuge aller Fabrikate  
mit dem MIRACLE-System.**

**DER PROFI  
FÜR**  
Unfallinstandsetzung &  
Lackierung  
**aller Fahrzeugtypen**

**Karosseriebau**  
**HORZEN**

**KFZ-Mechaniker- und Karosseriebaumeister  
Schadensmanagement -  
Lackierung in eigener Lackieranlage-  
Werkstattersatzfahrzeug bei Vollkasko  
Klimaservice-Autoglas - KFZ-Service**

Taunusstraße 30 - 65343 Eltville - Tel. 06123-2913 - Fax: 06123-2997  
info@karosseriebau-horzen.de—www.karosseriebau-horzen.de







- Guttschänke
- Weinproben
- Kutschfahrten
- Sektempfänge
- ...und Ihre ganz individuellen Events!!!

**Weingut Bur** ▪ Oberstraße 3 ▪ 65399 Kiedrich ▪ Tel. 06123/5513 ▪ [www.wein-bur.de](http://www.wein-bur.de)

## Rheinsteiglauf

### **Von aktiven Menschen, ungehorsamen Hunden und einer Autofahrerin im Ausnahmezustand!**

Beginnen will ich mit den aktiven Menschen. Viele Zeitgenossen walken, joggen, wandern oder betätigen sich anderweitig sportlich. Sie haben ihren Spaß dabei und freuen sich auf die Bewegung. Sei es in freier Natur oder im Indoor-Bereich. So weit so gut!

Dann gibt es Menschen, die sehr sportlich sind und dabei noch Gutes tun. Diese Spezies begeistert sich für besondere Aktivitäten. Denen reicht nicht eine gemütliche Jogging-Runde am Hahnwald, nein, sie brauchen den alternativen Kick. Sie laufen mehrere Kilometer pro Tag, das eine ganze Woche lang und spenden pro gelaufenem Kilometer noch einen Betrag für schwer erkrankte Kinder. Mit solchen Ausnahme-Sportlern teilen wir ein Stück des Weges von Bonn nach Wiesbaden. Der Rheinsteig, ein Premium-Wanderweg, hat es ihnen angetan. Seit vielen Jahren sind sie in der Karwoche dort unterwegs um sich auszutoben und um Geld zu sammeln für Kinder, die an einer speziellen Muskelerkrankung leiden.

Am Gründonnerstag war es für uns wieder so weit. Mit Turnerbus und Fahrer Jupp, den Insassen Walter, Georg, Martina, Birgit, Uta, Justus und meiner Wenigkeit haben wir die Laufgruppe um Björn, Martine und Helmut läuferisch unterstützt. Gefreut haben wir uns auf das Wiedersehen mit alten Bekannten und waren neugierig auf Teilnehmer, die wir noch kennenlernen wollten.

Eine nicht unerhebliche Strecke haben wir gemeinsam abgearbeitet. Mit vielen Höhenmetern, einigen Umwegen, etlichen Schlammflöchern und tollen Aussichten wurden wir belohnt. Immer wieder faszinierend ist der Blick von der „Rossel“ auf die andere Rheinseite, die Durchquerung der Weinberge rund um Rüdesheim, Geisenheim, Oestrich-Winkel und Hallgarten. Ein ganz besonderes, wenn auch windiges Highlight war der Besuch von Schloß Johannisberg. Wir lernten, dass die Schweden und andere Volksgruppen in der Vergangenheit des Öfteren die Keller „leergehoffen“ haben und dass die Nachkommen der Habsburger noch heute ein

Zehntel des Ertrages der Weinernte in bar ausgezahlt bekommen.

Die Wegstrecke war klar definiert. Der Original Rheinsteig musste abgelaufen werden. Abkürzungen waren verpönt. Verspätungen wurden in Kauf genommen. In der Ruhe liegt die Kraft, das haben wir von Björn und seiner Truppe gelernt. Kilometer um Kilometer ging es in Richtung Kiedrich, dem Ziel der Tagesetappe entgegen.

Schon von weitem konnten wir kurz vor dem Unkenbaum die grünen Lauftreff-Shirts derjenigen erkennen, die uns entgegen gelaufen kamen. In den Rucksäcken von Hango und Richard fanden sich Energielieferanten wie Mars, Snickers und Co. Auch Wasser war im Gepäck, so dass wir ab da tiefenentspannt bis Kiedrich weiter trabten.

Im Rathaus wartete schon unser Bürgermeister mit seiner freundlichen Helferin Fr. Kropp. Bei leckerem Wein und frischen Brezeln wurden Schecks übergeben und kurze Ansprachen gehalten. Den Tag perfekt machte eine Führung mit kleiner Weinprobe im Weingut Weil. Beeindruckt von soviel Perfektion und Effizienz schmeckten die Proben besonders gut. Zufrieden, gesättigt und müde endete der erlebnisreiche Tag im Bürgerhaus.

Jetzt kommen die Hunde ins Spiel. Sie machten uns am nächsten Tag in Frauenstein zu schaffen. Wie in jedem Jahr waren wir am großen Parkplatz mit dem Aufbau unseres Verpflegungsstandes beschäftigt. Das Wetter war angenehm, so dass sich mehrere Wandergrüppchen mit ihren Vierbeinern zusammenfanden. Die meisten Hundebesitzer sahen uns interessiert zu und dachten sich sicher, warum und für wen wir die leckeren Snacks appetitlich darboten. Doch nicht jeder Hund war angeleint und hörte auf das was sein Herrchen oder hier besser sein Frauchen ihm befiehlt. Unermüdlich drehte ein großer Hund seine Runden um unseren Tisch. Seine Zunge hing schon fast in den Schüsseln mit den leckeren Snacks. Ihn zu verscheuchen gelang uns nicht. Die Hundebesitzerin blieb uneinsichtig und die Leine in der Tasche. Unverständnis auf beiden Seiten.

Doch der guten Stimmung innerhalb der Läufergilde tat dieser Zwischenfall keinen Abbruch. Gestärkt, mit vielen Umarmungen und dem Versprechen, im nächsten Jahr wieder zu kommen machten sie sich auf die

letzten Kilometer, um dann in Biebrich das wohlverdiente Eis zu genießen.

Die letzte Etappe auf unserer „Rheinsteigtour“ war angesagt. Das Gepäck der Truppe musste noch ins Aukammbad. Jetzt komme ich zur Autofahrerin im Ausnahmezustand. Trotz eines großen Parkplatzes für ihr kleines Auto und viel Freigelände rundum, gelang es der Dame nicht zu wenden. Unsere Einweisung wollte sie nicht annehmen und bat uns in impertinentem Ton, den Bus wegzufahren. Zu erwähnen sei noch, dass der Bus das Wendemanöver der Dame nicht einschränkte. Der Bus wurde letztendlich weggefahren, die Dame gab Gas, schimpfte wie ein Rohrspatz und schoss auf die Straße. Nur der schnellen Reaktion eines Taxifahrers war es zu verdanken, dass es zu keinem Zusammenstoß kam. Kommentar zu dieser Aktion absolut überflüssig.

Die Koffer wurden anschließend ordnungsgemäß entladen und für uns gingen zwei Tage mit den Freunden des Rheinsteigerlebnisaufes ereignisreich zu Ende. Unser Fazit: Wir haben aktiv mitgemacht, viel erlebt und einiges fürs Leben gelernt.

Irene Engelmann



## Rheinsteiglauf - Empfang

In der Karwoche fand zum 13. mal der Rheinsteig-Erlebnislauf zugunsten schwerstkranker Kinder statt. Erneut war es uns eine besondere Freude, die Läuferinnen und Läufer in Kiedrich willkommen zu heißen und mit einer Spende zum Gelingen dieser Veranstaltung beizutragen.

An Gründonnerstag konnten wir bei einem Empfang im Kiedricher Rathaus einen symbolischen Scheck in Höhe von € 555 überreichen. Dieser Betrag resultiert im wesentlichen aus dem Erlös der Winterwanderung, die wir im Januar durchgeführt haben.

Während ihres Aufenthalts hatten wir die Gelegenheit, mit Organisatoren und Sportlern eine Vielzahl interessanter Gespräche zu führen. Wir fühlten uns darin bestätigt, dass es lohnend ist, sich für einen guten Zweck zu engagieren, und ermutigt, uns auch weiterhin für die Aktion „laufend helfen“ einzusetzen.

Die Winterwanderung 2019 mit Start und Ziel im Sportlerheim und anschließendem gemütlichen Beisammensein ist daher schon fest ins Auge gefasst.

Und wer sich darüber hinaus als idealistischer, ausdauernder Läufer beweisen möchte, dem sei als Ansporn zum Mitmachen das Studium des nachstehenden Erfahrungsberichtes von Irene Engelmann empfohlen.



Heinz Grebert

## Gutenberg Marathon Mainz

Leise, leidenschaftslos und schleppend - so fing alles an!

Eine Runde langjähriger Lauftreffler versammelte sich Anfang des Jahres im Hause Berg zum geselligen Beisammensein. Alle Anwesenden kämpften sich durch das Buffet, tranken Wein und unterhielten sich angeregt. Der Alltag, die Kinder und die große Politik wurden beackert. Auch der Mainz Marathon 2018 geriet in den Fokus der Gespräche. Unsere beiden unermüdlichen Halbmarathonis Uta und Martina bemängelten den geringen Einsatz der TSK Lauftruppe und versuchten mit hohem Einsatz weitere MitstreiterInnen zu gewinnen. Mimik und Verhalten der Aspiranten waren mehr als deutlich. Niemand war bereit, sich der schweißtreibenden Aufgabe stellen.

Plötzlich reckte sich der Zeigefinger von Hango schüchtern in die Höhe. Mit dieser Geste und seinem motivierenden Blick verschaffte er sich Gehör unter den Kandidaten. Als ob er sich vor den Folgen des Gesagten schützen wollte, warf er verhalten das Wort „Staffel“ in den Raum. Jetzt wurde er beachtet. Eine Teilstrecke zu joggen, das trauten sich einige in der Runde zu. Die Idee wurde angeregt diskutiert. Kapitäne wurden auserkoren, Teams zusammengestellt, die Anmeldungen erfolgten und dann hieß es warten auf den Tag X.

Schön, wenn alles im Leben glatt laufen würde. Doch im Detail sitzt der Teufel. Am Samstagabend, einen Tag vor dem Wettkampf, Deutschland sitzt bei der Tagesschau, die Athleten bei Lucia und Pasta in Eltville. Wie aus heiterem Himmel ist der Start der Staffel TS Kiedrich Mix in Frage gestellt. Staffelläuferin Nr. 2 verkündet mit strahlender Miene, dass sie aufgrund ihres Babybauches (16. Woche) wahrscheinlich nicht in der Lage sei, 10 km zu joggen. Aber treuherzig meint sie, das wäre ja kein Problem, dann könnte sie ja gehen oder wenn es doch zu beschwerlich sei, einfach aussteigen.

Dazu fiel uns nichts mehr ein. Unsere Gesichter sprachen Bände. Viel Überredungskunst war nötig um sie davon zu überzeugen, ihre Teilnahme zu stoppen. Ersatz musste gefunden werden. What's apps wurden

verschickt. Telefone liefen heiß. Die eine Kandidatin hörte das Telefon nicht, der nächste Anwärter hatte wenig trainiert, doch Nummer 3 auf der Liste gab sein ok, obwohl er eigentlich für die Uni lernen wollte. Die Staffel war gesichert. Den Angstschweiß konnten wir aus den Gesichtern wischen. Entspannung vor einem Wettkampf hatten wir uns anders vorgestellt.

Am Wettkampftag empfing uns Mainz von seiner schönsten und wärmsten Seite. Viele Wetterkapriolen hatten wir hier schon erlebt. Bei warmem Wetter und strahlendem Sonnenschein ist der Mainz-Marathon immer wieder ein Erlebnis. Die Veranstalter gaben sich alle Mühe, die Läuferinnen und Läufer bei Laune zu halten und die Hitze erträglicher zu machen. Viele Verpflegungsstände, einige Wasserduschen und sehr viele Musikgruppen machten es uns leichter, durch die dampfend heißen Straßen zu laufen.

Die Kiedricher gingen mit zwei Läuferinnen an den Start des Halbmarathons. Vier Staffeln aus dem Kreis des Lauftreffs und der Turnerschaft vervollständigten das Team aus unserer Gemeinde.

Wir hatten unseren Spaß und sind mit strahlenden Gesichtern und guten Zeiten ins Ziel gelaufen.

Irene Engelmann

**MALERGE SCHÄFT**

**Buch GmbH**

- Maler-, Tapezier-,
- Lackierarbeiten
- Trockenbau
- Bodenbeläge
- Fassadengestaltung
- Vollwärmeschutz

Bingerpfortenstraße 36 • 65399 Kiedrich • Telefon 0 61 23 / 6 37 61



**INTERSPORT®  
KIEGELE**

---

Kiegele Handels GmbH · Römerstr. 52 · 56355 Nastätten  
 Kiegele Handels GmbH · Rheingauer Str. 19 · 65343 Eltville am Rhein  
 Kiegele Handels GmbH · Rüdeshheimer Str. 38 - 42 · 65366 Geisenheim  
 Kiegele Handels GmbH · Am Kurpark 6 - 8 · 65307 Bad Schwalbach  
 Kiegele Handels GmbH · Flachsmarktstrasse 10-12 · 55116 Mainz



**Valentinus**  
**APOTHEKE**  
 SCHNELL! VOR ORT!



**Marco Born**  
 Fachapotheker Offizinpharmazie  
 Aulgasse 2a • D-65399 Kiedrich  
 Telefon 06123-5311 • Fax -1602  
[www.valentinus-apotheke.info](http://www.valentinus-apotheke.info)

## Gutenbergmarathon Mainz...

### ...und die wundersame Rettung der Erdbeerparty

Sie ist schon Tradition, die Erdbeerparty in Eltville nach dem Mainzer Gutenberg-Marathon, bei Herrlein's im Garten. Um ein Haar wäre sie dieses Jahr ausgefallen. Woran lag's? Immer mehr Läuferinnen und Läufer haben sich in den letzten Jahren von einer aktiven Teilnahme an Wettkämpfen zurückgezogen. Beim Mainzmarathon war der Anteil der Helfer und Begleiter mittlerweile bedeutend höher, als der der Läufer. In diesem Jahr wollten nur noch Uta und Martina laufen. Damit wäre die Party der Läufer im Anschluss eher ein Begleiterfest geworden, was so nie der Plan war.

Bei einem Treffen im Januar kam dann die rettende Idee. Wie wäre es mit der Teilnahme als Staffel? Schnell fand sich die erste Staffel zusammen und sogar für eine zweite gab es erste Ansätze. Das es dann sogar 4 Staffeln wurden, war umso erfreulicher. Somit waren wir mit 18 Läuferinnen und Läufern am Start und wie immer wurden wir von unseren Helfern und Begleitern entlang der Strecke optimal unterstützt.



Eine Staffel setzt sich beim Marathon aus 4 Läufern zusammen. Die Gesamtstrecke von 42 km wird in vier Teile aufgeteilt, in 13, 10, 8 und 11 km. Bei der Anmeldung müssen die Läufer namentlich benannt und eine Zeitvorgabe abgegeben werden.

Nachdem einige Trainingsläufe im Vorfeld absolviert waren gingen wir gut gerüstet an den Start. Das schöne Wetter der letzten Tage vor dem Termin setzte sich fort und es wurde richtig warm.

Bereits morgens kletterte das Thermometer auf fast 20 Grad. Keine optimalen Laufbedingungen, trotzdem überwog bei allen die Vorfreude. Unsere Staffeln bezogen ihre Positionen und der Startschuss erfolgte pünktlich um 09:30 Uhr.

In Mainz starten die Staffeln, anders als z.B. in Frankfurt, zusammen mit den Halbmarathon- und Marathon-Läufern in einem gemeinsamen großen Feld.

Im Ziel angekommen, konnten für unsere Staffeln folgende Zeiten notiert werden:

TS Kiedrich 1: 3:13:06 Std.  
Sadike Sultan, Walter Berg, Sascha Wesolowski und Gerhard Trittl.

TS Kiedrich Bootcamp: 3:59:17 Std.  
Alexander Mohr, Natalie Verhoeven, Andrea Walter und Sonja Mohr.

TS Kiedrich 2: 4:00:11 Std.  
Aurelie Schroth, Elena Rubel, Christine Schairer und Kai Peper

TS Kiedrich Mixed: 4:01:54 Std.  
Birgit Rettig, Adrian Hüttl, Hango Herrlein und Irene Engelmann.

Und dann waren da ja noch unsere beiden Einzelläuferinnen. Uta und Martina liefen den Halbmarathon in 2:09:17 bzw. 2:06:30 Stunden.

Martina hat es geschafft bisher an 14 Läufen in Folge des Gutenberg-Marathons teilzunehmen. Glückwunsch!

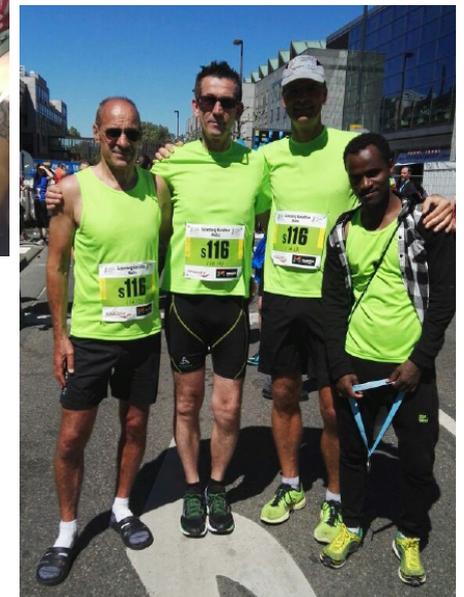
Als dann alle im Ziel waren und die ersten Kaltgetränke den Durst gelöscht hatten, konnte die Rückfahrt nach Eltville zur Erdbeerparty angetreten werden.

Helga und Richard hatten dort bereits die notwendigen Vorbereitungen getroffen. Auf Zelte konnte in diesem Jahr verzichtet werden, dafür waren Sonnenschirme umso willkommener.

Und so konnte sie wieder stattfinden, die legendäre Erdbeerparty. In Hochstimmung versetzt wurden vor Ort bereits Pläne für 2019 diskutiert.

Zum Schluss ein herzliches Dankschön an Herrleins für die Bereitstellung der super Location und Richard für seinen unermüdlichen Einsatz.

Walter Berg





**AmtsApotheke**  
Eltville

Wolfgang Rassau



In der Region - für die Region.

*Heimat ist da,  
wo man gemeinsam Sport treibt.*

[www.rheingauer-volksbank.de](http://www.rheingauer-volksbank.de)

DIE BANK DER RHEINGAUER

**RHEINGAUER**  
VOLKS BANK   
nah | direkt | persönlich

## TSK-Sportangebot April 2018 - Oktober 2018

### Kinderturnen in der Sporthalle John - Sutton - Schule

Achtung: **Derzeit Aufnahmestopp in allen Kinder-Kursen!**

#### Mutter und Kind

(selbstständiges Laufen notwendig, sowie tel. Voranmeldung erforderlich)

Dienstag, 16.00 - 17.00 Uhr

Kerstin Thämlitz  
Tel.: (06123) 92 89 12

Freitag, 15.00 - 16.00 Uhr (ab 3 Jahre)

Sonja Mohr  
Tel.: (06123) 93 42 04

#### Kinderturnen

Freitag, 16.00 - 17.00 Uhr (4 - 5 Jahre)

Sonja Mohr  
Tel.: (06123) 93 42 04

Mittwoch, 16.00 - 17.00 Uhr (5 - 6 Jahre)

Heike Lüft  
Tel.: (06123) 38 39

Mittwoch, 15.00 - 16.00 Uhr (6 - 7 Jahre)

Heike Lüft

### Leichtathletik auf dem Sportplatz, Im Kiesling 1 (Voranmeldung erforderlich, sowie Wettkampfteilnahme erwünscht)

#### Gruppe I

Donnerstag, 18.00 - 19.00 Uhr

Alex Nusko & Frank Schäfer  
Tel.: 0176 67 15 64 31

#### Gruppe II (ab 8 Jahre)

Dienstag, 17.00 - 18.30 Uhr

Iris Kaimer-Palm  
Tel.: 0173 31 52 921

#### Gruppe III

Donnerstag 17.00 - 18.00 Uhr

Frank Schäfer  
Tel.: 0176 67 15 64 31

## **Erwachsenensport in der Sporthalle John - Sutton - Schule**

<b>Gymnastik für Frauen</b> Dienstag, 18.30 - 19.15 Uhr	Britta Ebert Tel.: (06123) 6 27 75
<b>Gymnastik für Frauen</b> Dienstag, 19.15 - 20.15 Uhr	Britta Ebert Tel.: (06123) 6 27 75
<b>Sport für Männer</b> Freitag, 20.15 - 22.00 Uhr	Wolfgang Jörg Tel.: (06123) 900 486
<b>Fitness- und Konditionsgymnastik m/w</b> Montag, 19.00 - 20.15 Uhr	Katrin Hass Tel.: (06722) 49 50 40
<b>Tischtennis - Freizeitgruppe m/w</b> Montag, 20.15 - 22.00 Uhr	Olaf Reinhold Tel.: (06123) 6 32 99
<b>Total Body Fit</b> (Anfäng. u. Fortgeschr.) Donnerstag, 19.30 - 20.30 Uhr	Anne Sofie Lamm 0162 277 557 7

## **Yoga - NEU - GymRaum, Sportlerheim, Im Kliesling 1**

<b>Jugendliche und Erwachsene</b> Montag, 17.00 - 18.00 Uhr	Doris Hägele Tel.: (06123) 35 23
Montag, 18.30 - 19.30 Uhr	Doreen Fenske Tel.: 0163 24 87 112
Donnerstag, 10.00 - 11.00 Uhr	Doris Hägele Tel.: (06123) 35 23
<b>Yin Yoga</b> Montag 19.30 - 20.30 Uhr	Doreen Fenske Tel.: 0163 24 87 112

## **Bootcamp für Jedermann in der Sporthalle John-Sutton-Schule**

Sonntag, 10.00 - 11.30 Uhr	Alexander Schwed 0175 33 75 554
----------------------------	------------------------------------

## **Lauftreff an der Turnerhütte am Hahnwald**

<b>Jogging, Walking, Nordic Walking</b> Jugendliche und Erwachsene	Heinz Grebert Tel.: (06123) 63 07 02
---	---

### **Sommerzeit:**

Mittwoch, 18.00 - 19.00 Uhr
Samstag, 15.00 - 16.00 Uhr

### **Winterzeit:**

Mittwoch, Sportanlage Kiedrich (nach Absprache)
Samstag, 15.00 - 16.00 Uhr

## **Volleyball in der Sporthalle John - Sutton - Schule**

<b>Freizeit Herrenmannschaft</b> Donnerstag, 20.30 - 22.00 Uhr	Willi Hartung Tel.: (06123) 70 53 60
---	---

<b>Freizeit Mixed Mannschaft</b> Dienstag, 20.30 - 22.00 Uhr	Elmar Schnur Tel.: (06123) 89 99 41
---	--

<b>Volleyball Anfänger</b> weibl. + männl. Jugend (ab 10 Jahren) Freitag, 17.00 - 18.30 Uhr	Elmar Schnur Tel.: (06123) 89 99 41
---	--

<b>Männliche Jugend</b> Freitag, 18.30 - 20.00 Uhr	Oliver Hoffmann Tel.: 0176 305 941 18
---	--

<b>Jugend - Mixed</b> Donnerstag, 19.00 - 20.30 Uhr	Willi Hartung Tel.: 70 53 60
--	---------------------------------

im Schulzentrum Eltville: Montag, 19.30 - 22.00 Uhr	Oliver Hoffmann Tel.: 0176 305 941 18
--	--

## Wirbelsäulengymnastik NEU GymRaum, Sportlerheim, Im Kiesling 1

Info und Anmeldung bei der Kursleiterin

Kursgebühren für 10 Stunden: Mitglieder 40,00€; Nichtmitglieder 50,00€

Dienstag, 19.00 - 20.00 Uhr      Nicole Latino  
Dienstag, 20.05 - 21.05 Uhr      Tel.: 0176 32 65 79 15

Mittwoch, 09.30 - 10.30 Uhr      Britta Ebert  
Tel.: (06123) 6 27 75

**Weitere Informationen zum TSK-Sportangebot  
bei Iris Kaimer-Palm, Tel.: 0173 31 52 921,  
oder unter [www.ts-kiedrich.de](http://www.ts-kiedrich.de)**

Unsere Mitgliedsbeiträge betragen pro Monat:

Kinder (bis 17 Jahre):            2,00€  
Erwachsene (ab 18 Jahre):        3,50€  
Familien (gilt nur Erw. + Kind/er): 6,50€

**Bitte alle aktiven Mitglieder anmelden  
(auch bei Familienbeiträgen)!**

## Tischtennis mit Tobi



Ab 6. August 2018 für Kinder ab 6 Jahren.

**Montags von 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr  
Sporthalle John-Sutton-Schule**

Anmeldung bei Tobias Balsys unter: 0176 84 67 89 82

## Neuer Gymnastikraum - Neue Sportangebote

BITTE BEACHTEN!!!

Unser Gymnastikraum am Sportlerheim ist nun fast fertig gestellt. Wir führen derzeit Gespräche mit div. Übungsleiter/innen, um Euch neue Sportangebote/Kurse anbieten zu können. Bitte beachtet – bei Interesse – in der nächsten Zeit immer wieder die Aushänge in den Vereinsschaukästen, unsere Homepage und Informationen in den Zeitungen. Es werden bestimmt noch einige Wochen oder Monate vergehen, bis sich das neue Sportangebot eingestellt hat. Selbstverständlich soll dieses in den kommenden Jahren auch immer wieder ergänzt bzw. verändert werden.

Wir wünschen uns, dass wir Euch ansprechende Angebote anbieten können und ihr diese gerne in Anspruch nehmt.

## Erstes neues Sportangebot im neuen GymRaum

Am 9. August 2018 beginnt:

### Total Body Fit

für Anfänger und Fortgeschrittene      Donnerstag 19:00 – 20:00 Uhr  
mit Anne Sofie Lamm  
0162-2775577

Der Kurs gestaltet sich aus einem Warm-up mit leichten Choreographien und anschließend jeder Menge Power-Übungen, mit denen der Körper gestrafft und definiert wird.

Schwerpunkte der Einheiten bilden Bauch, Beine und Po, aber es werden auch alle anderen Muskelgruppen unterschiedlich mit eingebunden. Dabei werden wir mal mit dem Gewicht des eigenen Körpers trainieren, zusätzlich sollen aber auch Kurzhanteln, Tubes und weitere Geräte verwendet werden.

Abschließend erfolgt ein kleines Stretching.

## Muddy Angel Run

Am Samstag, den 26. Mai um 9.00 Uhr war es soweit. 10 Frauen (Annette, Birgit, Heike, Helga, Janie, Julia, Lisa, Martina, Sabine und Uta) standen abfahrbereit in rosa T-Shirts mit dem Logo RIESLINGANGELES auf dem Parkplatz des Neubaugebietes um mit dem Vereinsbus und unter Begleitung von Hango Herrlein nach Frankfurt zum MUDDY ANGEL RUN zu fahren. Bei diesem Frauenlauf stehen Schlamm, Spaß und Teamwork im Vordergrund. Ebenso wird auf das Thema Brustkrebs aufmerksam gemacht und ein Teil des Startgeldes der Brustkrebs Deutschland e.V. gespendet.

Insgesamt 7.000 Läuferinnen wollten an diesem Samstag auf die Strecke mit 15 Hindernissen gehen. Vor unserem Start um 11.40 Uhr hatten wir noch genügend Zeit mit anzusehen, wie sich die vorherigen Startgruppen am ersten Wasserhindernis in das kühle Nass stürzten. Als es endlich für uns losging, waren wir heilfroh, denn Sonne und Temperatur verlangten nach Abkühlung. Auf den folgenden 5 Kilometern kletterten wir über Wände und balancierten über Schwebebalken. Besonderen Spaß machte es im Schaumbad abzutauchen und anschließend durch ein Becken voller Schlamm zu robben. Um nicht allzu verschlammmt über die Ziellinie zu laufen, war eines der letzten Hindernisse eine Rutsche, die bäuchlings ins kühle Nass bewältigt werden musste. Aufgrund der sommerlichen Temperaturen haben wir uns über jede Abkühlung gefreut. Der tolle Teamgeist sorgte dafür, dass alle RIESLINGANGELES wohlbehalten, zwar nass und mit restlichen Schlammspuren aber glücklich ins Ziel kamen.

Zum Glück gab es eine Möglichkeit sich nach dem Lauf kalt abzuduschen, um einigermaßen sauber wieder nach Hause zu kommen. Wer weiß, wie sonst der Vereinsbus ausgesehen hätte.

Diesen tollen Tag haben wir am Abend bei Münz Albus ausklingen lassen.

Martina Wesolowski



## HAUSHALTSGERÄTE-MARKT THOMAS GRAMMEL



- Waschvollautomaten
- Geschirrspülautomaten
- Herde / Mikrowellenherde
- Küchenmodernisierung
- Wäschetrockner
- Kühl-/Gefriergeräte
- Einbaugeräte
- Kundendienst

**Kiedricher Straße 39 · 65343 Eltville am Rhein**  
**Telefon 06123 - 45 02 · Fax 06123 - 31 18**  
**www.thomasgrammel.de**

Öffnungszeiten:  
 Mo. bis Fr.: 9 - 13 Uhr und 15 - 18.30 Uhr, Sa.: 9 - 13 Uhr

## Leichtathletik

### Kila-Wettbewerb

Am 04. März 2018 sind wir mit einem Team der U 12 bei dem Kinderleichtathletikwettkampf in Michelbach-Aarbergen gestartet und haben da den 3. Platz gemacht.



### Kreishallenmeisterschaften

Am 18. März fanden die Kreishallenmeisterschaften im Mehrkampf für die 10- bis 15-jährigen Leichtathleten des Rheingau-Taunus- Kreises statt. In spannenden Wettbewerben haben sich die jungen Sportler aus insgesamt acht Vereinen des Kreises in der Michelbacher Sporthalle miteinander gemessen.

Die 10- und 11-Jährigen absolvierten einen Dreikampf, bestehend aus Weitsprung, 50 m Sprint und Ballwurf. Die älteren Altersklassen ab 12 bis 15 Jahre mussten statt des Ballwurfs im Kugelstoßen und zusätzlich noch im Hochsprung antreten. Bei diesem Wettkampf treten die Sportler nicht im Team an, sondern kämpfen für sich. Kiedrich wurde durch 8 Sportler vertreten. Wir konnten einen Kreismeistertitel bei den W 11 mitnehmen.



### Kila-Wettbewerb

Bei strahlendem Sonnenschein traf man sich am 05. Mai 2018 auf dem Sportfeld in Walluf. In Disziplinen wie der Hindernissprintstaffel, dem Stabweitsprung und dem Heulerweitwurf hat sich der Kiedrich, Taunusstein, Idstein und Walluf gemessen.

Zwei unserer Sportler mussten mit Taunusstein starten in der U 10 und errang dort den 2. Platz.

Unser Team der U 12 hat den 3. Platz erreicht. Es war wieder ein toller Wettkampf.



### Zelten mit den Wallufer Leichtathleten

Am 26. Mai 2018 trafen sich die Kiedricher und Wallufer Leichtathleten zu einem gemeinsamen Trainingswochenende mit Zelten auf dem Wallufer Sportplatz. Das Wochenende war unter dem Motto sich finden und gemeinsam Sport zu machen, dabei standen nicht nur Leichtathletische Disziplinen auf dem Programm. Wir Trainer haben nicht alles vorgegeben, sondern die Kinder durften auch selber Ideen einbringen. Was sie auch sehr gut umgesetzt haben.

Diese Veranstaltung wurde von Walluf organisiert und hat sehr viel Spaß gemacht. Wir denken über ein Wiederholung der Veranstaltung nach.

Iris Kaimer-Palm

## Power & Roll Kurs

Termine für den Wirbelsäulengymnastik Kurs im Sommer und den Power & Roll Kurs im Herbst

Bald ist es soweit !!! Endlich ist der neue Turnraum fertig und wir freuen uns darauf einziehen zu können. Es gibt viel Platz und somit zusätzliche freie Plätze für die Dienstagskurse.

Nach einer kleinen Sommererholungspause startet der dienstags Kurs wieder ab dem 17.07.18 von 19.00-20.00 & 20.00-21.00 Uhr. Der Kurs kostet für Mitglieder 40 € und Nichtmitglieder 50 € und kann bei der Krankenkasse eingereicht werden.

Der Power & Roll Kurs geht ab dem 06.10.18 samstags von 10.00-11.30 Uhr wieder an den Start. Der Kurs kostet für Mitglieder 60 € und für Nichtmitglieder 75 € und kann bei der Krankenkasse eingereicht werden.

Anmelden könnt Ihr euch wie üblich unter [miss-winter@web.de](mailto:miss-winter@web.de) oder unter der Telenr: 017632657915.

Hier noch ein paar Eindrücke von unseren Kursen.....

Ich freue mich auf Euer kommen.

Eure Nicole Latino



## Einweihungsfeier

Am 29. Juni 2018 um 17:00 Uhr findet die offizielle Einweihungsfeier unseres neuen Gymnastikraums im Sportlerheim Kiedrich statt.

Alle TSK-Mitglieder haben wir dazu per Aushänge, über unsere Homepage sowie Zeitungsanzeigen eingeladen.

Die erforderliche Voranmeldung der Teilnahme war erbeten bis zum 29. Mai 2018.

**B ü r g e r h a u s**  
**Haus des Gastes**  
Deutsch / Griechische Küche



**Öffnungszeiten**

ab dem 1. Mai täglich  
(außer Mittwochs)  
in der Sommersaison  
12 Uhr bis 22 Uhr  
bei schönem Wetter

Eine spezielle Mittagskarte  
von 12 Uhr bis 18 Uhr  
wird den Gästen angeboten,  
auf der sich auch "Kleinigkeiten"  
zum Verzehr finden

**Räumlichkeiten für Feiern  
aller Art  
bis 500 Personen**

**INHABERIN**

**VASILIKI THOMAIDOU**

Hautvillersplatz 1 - 65399 Kiedrich  
Tel: 0 61 23 / 6 14 28  
Fax: 0 61 23 / 79 39 06  
[buerglerhaus@haus-des-gastes.com](mailto:buerglerhaus@haus-des-gastes.com)  
[www.haus-des-gastes.com](http://www.haus-des-gastes.com)

## Neues aus der Vorstandsarbeit

### Der neue Gymnastikraum

Hier die neuesten Bilder der Halle



Außenansicht

Innenansicht  
- Öffnung mit Eingang  
und Geräteraum



Dem Rheingau-Taunus-Kreis haben wir den 20.06.2018 als Fertigstellungstermin angezeigt. Der Bau ist damit fertig.

Während ich dies schreibe, gibt es noch die eine oder andere kleine Baustelle. Aber wenn ihr dieses lest, sollten auch die letzten Arbeiten (Tore zum Geräteraum, Tür zum Gymnastikraum, letzte Malerarbeiten innen und außen sowie die Außenanlage) erledigt sein.

Die ersten Gruppen sollten dann bereits ihre ersten Sportstunden in dem Raum gehabt haben und sind hoffentlich zufrieden mit dem Ergebnis, dem schönen hellen und vor allem sauberen Raum sein. Daher nun schon die Bitte: Wir sollten alle daran mitwirken, dass dies auch so bleibt.

Mit dem Bezug des Gymnastikraums beginnt eine neue Ära im Verein, etliche alte sind nun endgültig vorbei:

Sehr viele Jahre das Klassenzimmer in der Alten Schule und danach mittlerweile auch schon drei Jahre: die Aula der J-S-Schule sowie der Aufenthalts- und Gastraum im Sportlerheim. Und für ca. 10 Jahre der Turnraum im Valentinushaus. Manche weinen ihren alten Sportstätten eine Träne nach, andere sind froh, dass die Provisorien vorbei sind.

### Zugang zur Turnhalle

Mittlerweile sind die Arbeiten an der Zaunanlage um das Schul- und Gemeindegelände beendet. Zudem sind die Tore seit Ende Mai ab dem Nachmittag verschlossen. Die Vereine erhalten nur einen Schlüssel für den Zugang am Hochfeld.

Hier auch noch einmal die offizielle Info des Kreises und der Gemeinde für die Vereine:

Der offizielle und für die Vereine einzige Zugang zur Turnhalle ist über das Hochfeld (bei den Tennisplätzen bzw. dem Blockhaus).

### In eigener Sache

Hat schon mal jemand in den Schaukasten an der Alten Schule geschaut, sich gewundert und gedacht, da ist ja nichts drin! Oder, den könnte man schöner gestalten! Manches Mal ist dieser schon etwas „verwaist“. Das liegt nur daran, dass es im Vorstand niemanden gibt, der für die Gestaltung des Schaukastens zuständig ist. Vielleicht fühlt sich ja jemand dazu berufen, diese Aufgabe zu übernehmen. Das würde uns sehr freuen! Bitte gerne bei der Vorsitzenden melden! Wir besprechen dann alles Weitere. Eigeninitiative ist hier auf jeden Fall gefragt.

Gudrun Studer

**Peter Rupröder**  
**Elektro-Techniker**  
 - Industrie, Gewerbe & Privat




Aulgasse 19  
 65399 Kiedrich

telefon: 06123-974649  
 mobil: 0151/ 16953155  
 e-mail: rup64@gmx.de



**Erfolg ist einfach.**



[naspade.de/csr](http://naspade.de/csr)

**Wenn man das tun kann,  
 was einem am Herzen liegt.**

Die Naspä fördert den Sport und unterstützt große Sportereignisse und Spitzenmannschaften genauso wie kleine Vereine und junge Talente, damit unsere Region erfolgreich und dynamisch bleibt.

Wenn's um Geld geht



**Schreinerei**  
**Klaus Erlewein**  
 Innungsfachbetrieb



Möbel, Parkett, Türen,  
 Fenster, Haustüren,  
 Praxiseinrichtungen,  
 Restaurierungen...

...alles rund ums  
 Naturprodukt Holz



**PIETÄT  
 Erlewein**



Erd-, Feuer-, Seebestattungen  
 Überführungen  
 Erledigung aller Formalitäten  
 Bestattungsvorsorge

**Sonnenlandstraße 40 - 65399 Kiedrich**  
**Tel. 06123/3162 - Fax 06123/4444**



**Die Öffnungszeiten:**  
 Mo. - Fr.: 8:30 bis 13:00 und  
 15:00 bis 18:00 Uhr  
 Sa.: 8:30 bis 13:00 Uhr

**Daisy Buschmann**

Marktstrasse 29 65399 Kiedrich im Rheingau  
 Tel.: 06123 - 60 14 70 Fax: 06123 - 60 16 94

**Dienstag Ruhetag**

**Dekoration und Beratung**  
 nach Vereinbarung

## Termine

29. Juni 2018	Einweihungsfeier Gym-Raum
25. Juni – 3. August 2018	Sommerferien
1. Juli 2018	Hahnwaldlauf
August 2018	Abendsportfest
25. August 2018	LA-Kinder-Wettkampf
8. September 2018	6. LA-KiedrichCup der Rheingauer Vereine
September/Oktober 2018	TSK-Herbstwanderung
1. – 13. Oktober 2018	Herbstferien
2. November 2018	Ehrungs- und Übungsleiterabend
19. Januar 2019	TSK-Winterwanderung mit Abschluss im Sportlerheim



**Fit wie ein Turnschuh ...**

*... sollte auch Ihre Sicherheit und Vorsorge sein. Auch Sicherheit muss passen, damit Sie im Schadenfall nicht ins Stolpern kommen. Wir erstellen für Sie gern Ihr persönliches Sicherheitsprofil und gehen Ihnen nicht mit unnützer Vorsorge auf den Senkel. Rufen Sie uns an, wenn Sie ganze Leistung schätzen.*

**Bezirks-Generalvertretung  
ANDREAS BAUER**  
Oberstr. 23 · 65399 Kiedrich  
Telefon 06123 2975  
Fax 06123 4087  
andreasbauer@t-online.de



Beiträge und Bildmaterial  
für den TSK-Express

bitte an

Tabea von Alkier

Kolpingring 11

65399 Kiedrich

Tabea@von-alkier.de

**Redaktionsschluss für  
die nächste Ausgabe:**

**03. August 2018**

## Dieses Exemplar gehört:

Falls verzogen, bitte nachsenden; Anschriftenberichtigungskarte.  
Falls unzustellbar, zurück an: TSK - Draiserweg 24 - 65399 Kiedrich

## Impressum:

**TSK-Express** ist die Vereinszeitung der Turnerschaft Kiedrich

Herausgeber:	TS Kiedrich 1886 e.V. Im Kiesling 1 65399 Kiedrich
Erscheinungsweise:	viermal pro Jahr
Layout:	Tabea von Alkier
Druck:	Frank Druckerei, Mainz

