

🏸 Badminton 🥋 Bailong 🧘 Fitness
🏐 Futsal 🤸 Gymnastik 🏐 Handball
🥋 Karate 🥋 Kobudo 🏃 Leichtathletik
🏌️ Minigolf 🎯 Pétanque 🪂 Parkour
💃 Tanzen 🤸 Turnen 🏐 Volleyball
🥾 Wandern 🧘 Yoga 🎉 Zumba®

Besuchen Sie unsere Homepage

www.tvn-1901.de



Tanzen

**Magic Phoenix
sCHAFFT Einzug in
2. Bundesliga**

SEITE 19



Wandern

**Rundweg
Weinheimer Bucht**

SEITE 30



Turnen

**Mini-Meisterschaft des
Rhein Hessischen Turner-
bundes in Nierstein**

SEITE 39



Volleyball

**Die Volleyball-Jugend
trotzt den Wellen**

SEITE 54



Ist Geld anlegen ohne Zinsen nicht
wie Kämmen ohne Haare?

Wachstum bringen Fonds von Union Investment



Sprechen Sie uns an in einer Filiale der Volksbank Alzey-Worms eG.
Wir informieren Sie ausführlich über neue Möglichkeiten.

Wenn Sie mehr wissen möchten, fragen Sie Ihren Bankberater.
Oder besuchen Sie uns auf www.geld-anlegen-klargemacht.de.

Geld anlegen



klargemacht

**FRANK ZIMMERMANN**

1. Vorsitzender

frank.zimmermann@tvn-1901.de

Der Verein - tvn-1901.de/verein

Editorial

Liebe Leser*innen,

nach über zwei Jahren Corona scheinen wir nun endlich zu einer gewissen Normalität, zumindest im Sport, zurückzukommen. Im März 2020 war es die lange geplante Mini-Turnmeisterschaft, die seinerzeit ersatzlos gestrichen wurde. Umso schöner war es nun, dass ausgerechnet diese Meisterschaft als erstes großes Event im März 2022 durchgeführt wurde. Eine volle Rundsporthalle auf dem Sportfeld sowie auf den Zuschauerrängen und ein perfekt organisiertes Event kann man somit als Startschuss für die Nach-Corona-Zeit ansehen.

Als Verein haben wir die letzten zwei Jahre einigermaßen überstanden. Neue Trainingsmöglichkeiten im Freien wurden als gute Alternativen zu den Indoor-Übungseinheiten entdeckt. In den ersten Wochen dieses Jahres haben wir zudem viele neue Mitglieder gewinnen können. Die Kooperation mit dem VfR wurde ebenfalls fortgesetzt. Ein gemeinsamer Lauftreff ist seit Ende März implementiert. Am 16. und 17. Juli steht darüber hinaus ein Wochenende der Vereine in Nierstein an. TVN, VfR und die Stadt Nierstein sind die Hauptinitiatoren für dieses Event. Verschiedene Vereine werden sich an den zwei Tagen auf dem Sportplatz und im Stadtpark präsentieren.

Im Spätsommer steht dann auch schon die nächste Mitgliederversammlung mit Neuwahlen des Vorstands an. Dieses Event ist wieder im Niersteiner Stadtpark geplant.

Positiv gestimmt schaue ich auf den Sommer und freue mich, wieder viele Sporttreibende in den Hallen und im Grünen zu treffen.

Euer Frank

☞ Leichtathletik - tvn-1901.de/abteilung/leichtathletik

»Nierstein läuft« - Lauftreff ist gestartet

MARAIKE JUNG
Übungsleiterin Leichtathletik
Maraike.Jung@tvn-1901.de

Pünktlich zum Frühling starteten der VfR Nierstein und der TV Nierstein eine gemeinsame Lauf-Offensive!

Der erste Niersteiner Lauftreff hat am 30. März stattgefunden. Bei trübem, aber mildem und trockenem Wetter versammelte sich eine Handvoll Laufwillige um 16:30 Uhr auf dem Parkplatz am Rheinufer. Die Männlein-Weiblein-Bilanz war dabei ausgeglichen, und was das Alter angeht, ist von den 20ern bis zu den 50ern jedes Jahrzehnt vertreten gewesen. Nach kurzem Kennenlernen und Aufwärmen ging es in entspanntem und lockerem Tempo bis nach Oppenheim, mit einem kurzen Abstecher ins Oppenheimer Wäldchen, und zurück. Das Ziel erreichten wir – der eine mehr, der andere weniger ausgepowert – in jedem Fall aber alle zufrieden!

Um den verschiedenen Leistungsleveln der Teilnehmer/innen besser gerecht werden zu können und das regelmäßige Training somit noch effizienter zu gestalten, wäre das Ziel, mindestens zwei Leistungsgruppen (Starter & Ambitionierte) einzurichten. Um dies perspektivisch zu ermöglichen, sollte die Anzahl der Teilnehmer/innen bestmöglich noch ein wenig wachsen. Die Vorteile eines Lauftreffs liegen dabei auf der Hand: Mit einem festen Termin im Kalender fällt es leichter, gegen den inneren Schweinehund anzukommen, der ständig vom regelmäßigen Training abhalten will. Daneben der willkommene Austausch mit Gleichgesinnten nach Monaten der Pandemie und Bewegung an der frischen Luft ist obendrein das Beste, was man zur Stärkung von Herz-Kreislauf- und Immunsystem tun kann. Scheue oder Bedenken braucht dabei keiner zu haben. Lasst die Stoppuhren zu Hause, denn bei uns geht es nicht um höher, schneller, weiter. Gelaufen wird nach Gefühl und Wohlbefinden. Zum gemeinsamen Joggen treffen wir uns, zunächst weiterhin kollektiv, dienstags um 17:30 Uhr auf dem Parkplatz am Rhein. (Änderungen vorbehalten. Sie werden auf der Webseite bekanntgegeben). Auch für den Aufbau der Walking-Gruppe suchen wir noch weitere Interessierte! Wir freuen uns auf jede(n) weiteren Teilnehmer/in!

Um vorherige Anmeldung wird gebeten (lauftreff@tvn-1901.de).

Wir freuen uns auf euch!



STEPHAN TRUNK

Abteilungsleiter Badminton
stephan.trunk@tvn-1901.de

🦅 Badminton - tvn-1901.de/abteilung/badminton

Information aus der Badminton-Abteilung

Das Badminton-Team trainiert jeden Sonntag von 10:00 bis 12:00 Uhr in der Rundsporthalle in Nierstein. Zwei Doppelfelder und zwei Einzelfelder stehen uns zur Verfügung, die wir sowohl für Spiele als auch für Trainingseinheiten wie Schlagtechnik, Bewegung auf dem Feld und Angaben nutzen.

Auch wenn wir an keinem offiziellen Spielbetrieb teilnehmen, versuchen wir uns doch mit Spaß und Ehrgeiz stetig zu verbessern. In diesem Jahr statten wir uns mit Trikots aus und organisieren zum ersten Mal ein Freundschaftsspiel mit einem anderen Verein.

Unsere Spielerinnen und Spieler kommen aus allen Altersklassen, beginnend mit dem Grundschulalter, vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen. Wer Lust hat, ist herzlich eingeladen, zum Schnuppern vorbeizukommen. Wir freuen uns über neue Mitglieder!



Der Verein - tvn-1901.de/verein

Neuer Online-Shop des TVN startet mit befristetem 25% Eröffnungsrabatt!



PASCAL LATTREUTER

Abteilungsleiter Handball
pascal.lattreuter@tvn-1901.de



Exklusive Kollektion des Turnverein Nierstein online erhältlich

Wir freuen uns, allen Mitglieder und Interessierten des TV Nierstein unter shop.tvn-1901.de eine exklusive Kollektion beflockter Sportartikel anbieten zu können. Auf Wunsch können neben dem TVN-Logo und TVN-Wappen auch die Initialen und zugehörige Sportabteilung des Mitglieds aufgedruckt werden.

Die Abwicklung der Bestellungen wird dabei von der LATTREUTER GmbH aus Nierstein in Zusammenarbeit mit B2 Sport Bonewitz aus Mainz übernommen. Als langjähriger Druck- & Medienpartner des Turnverein Nierstein ist die LATTREUTER GmbH beispielsweise für die Redaktion und Produktion des mittlerweile über 100 Ausgaben umfassenden Vereinshefts »TVN-Report«, für die Wartung der

Vereinswebseite und Mitgliederverwaltung oder die Herstellung sämtlicher anfallender Druckerzeugnisse wie Plakate, Flyer oder Sponsoren-Bannerwerbung tätig.

Die Bezahlung findet online via PayPal statt, und die Bestellungen können wahlweise vor Ort in Nierstein abgeholt oder per Paket zugestellt werden.

Grün. Schwarz. Weiß. Das sind unsere Farben!

Der Online-Shop ist ein weiterer Schritt, um für eine einheitliche Wahrnehmung und Identifizierung unserer neuen Vereinsfarben samt Logo und Wappen zu sorgen – und das nicht nur bei Wettkämpfen oder Meisterschaftsspielen, sondern auch im Training, in der Freizeit, in Nierstein und Umgebung.

Zum Start steht eine Auswahl aus dem aktuellen Katalog des Teamsportausstatters ERIMA zur Verfügung. Viele dieser Sportartikel sind bereits in den Abteilungen und Übungsgruppen des Turnvereins im Einsatz. Sie zeichnen sich durch hohe Strapazierfähigkeit sowie lange Haltbarkeit aus, und unsere Vereinsfarben kommen bestmöglich zur Geltung.

Direkt zu Beginn 25 Prozent sparen!

Obwohl einige der Artikel samt voller Beflockung bereits unter dem UVP des Herstellers angeboten werden können, steuert der Turnverein Nierstein zur Eröffnung des Online-Shops zusätzlich eine befristete Rabattierung von 25 Prozent der Artikelkosten bei.

Ausbau der Kollektion - euer Feedback ist wichtig!

Schon bald möchten wir die angebotene Kollektion mit weiteren Sportartikeln und sogar TVN-Merchandise weiter ausbauen. Gerne könnt ihr euch daran beteiligen und bei euren Übungs- und Abteilungsleitern Produktvorschläge machen – bestenfalls aus dem bestehenden Angebot des Teamsportausstatters ERIMA. Euer Feedback zum gesamten Angebot nimmt der Vorstand auch gerne per Mail an vorstand@tvn-1901.de entgegen.

🌀 Fitness - tvn-1901.de/abteilung/fitness

Sport bei und mit Sigg

**Ü60 Gruppe Do 10.00-11.00 Uhr,
zweite Gruppe von 11.00-12.00 Uhr
im HdG bei schönem Wetter im Park**

Wir dürfen wieder mit begrenzter Teilnehmerzahl trainieren. An alle Teilnehmer ein herzliches Dankeschön, dass sie durchgehalten haben trotz Einschränkungen, Verzicht und mit viel Geduld.

Wir starten dieses Jahr wieder mit Präsenz-Unterricht. Schwerpunkt in unseren Übungsstunden ist das Aufrichten der Wirbelsäule, das Gleichgewicht und die Mobilisation unserer Gelenke. Viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben ihre Wehwehchen, die berücksichtigt werden. Für Anfänger bestens geeignet.



SIGRID PETER

Übungsleiterin Fitness
sigrid.peter@tvn-1901.de



Mit 19.15-20.15 Uhr im HdG - Pilates nach Joseph Pilates

Er erwähnte „..... wenn die Mitte deines Körpers stabil ist, kannst Du jede Sportart ausführen“.

Wenn die Mitte deines Körpers stabil ist, so richtet sich dein Becken auf, dein Beckenboden wird stark. Rückenprobleme können gemindert und Schwächen erhoben werden. Leider ist der Kurs sehr voll. Jedoch bei gutem Wetter trainieren wir im Park oder im Hof der Grundschule. Melden Sie sich. Wir freuen uns.

Di WIRBELSÄULE GYMNASTIK 19.15-20.15 Uhr im HdG oder in der Grundschule Nierstein oder im Park

Unsere Wirbelsäulengruppe ist eher eine Mittelstufe, da die Gruppe schon seit mehr als zehn Jahren besteht.

Warum macht man Sport? Um aufrecht gehen zu können! Und wie alle wissen, sitzen wir viel zu lange, bewegen uns einseitig. Dadurch verkürzen Sehnen, Muskeln, der Körper antwortet mit Schmerz! Wirbelsäulengymnastik bietet hierfür das optimale Training, denn es ähnelt sehr der Krankengymnastik. Es beinhaltet alles von Faszientraining bis Mobilisieren, über Kraft-Ausdauer-Training bis zu Beweglichkeit durch Dehnen. Es ist die Form der Bewegung um die Wirbelsäule aufzurichten, die Muskeln zu stärken und die Gelenke, Bänder und Sehnen elastisch zu halten .

Di Yoga - Krama 17.30-19.00 Uhr im HdG

Yoga Krama bedeutet die richtige und präzise Ausführung einer Yogahaltung (Asana). Meine Yoga Krama-Übungsleiterausbildung bezieht sich auf das achtsame Ausführen der Bewegungen während der Yogastunde. Du lernst deinen Körper wahrzunehmen und deine Atmung zu lenken, was letztendlich den Geist beruhigt und du dadurch eine Zufriedenheit erlangst.

Am Schluss der Stunde wird eine Entspannung (Shavasana) eingeleitet.



📍 Fitness - tvn-1901.de/abteilung/fitness

Hula Hoop

Wow, hier dreht sich wirklich alles um dich?

Nach einem super Start im letzten Sommer haben wir es geschafft, über den Winter mit Zoom zu trainieren. Wer hätte das gedacht!

Seit ca. vier Wochen stehen wir nun wieder donnerstagabends, warm angezogen, um 18 Uhr in der Grundschule und schwingen die Hüften. Der Kurs findet großen Anklang bei Jung und Alt, und ständig kommen neue Damen zum Probetraining hinzu. Wir werden weiterhin einen Mix aus Cardio und Kraftübungen mit dem Reifen betreiben und gelegentlich kommen auch schon tänzerische Elemente hinzu. Ein großes Kompliment an meine Damen: Ihr werdet immer besser! Den nächsten Winter werden wir in der Halle trainieren können – super oder?!

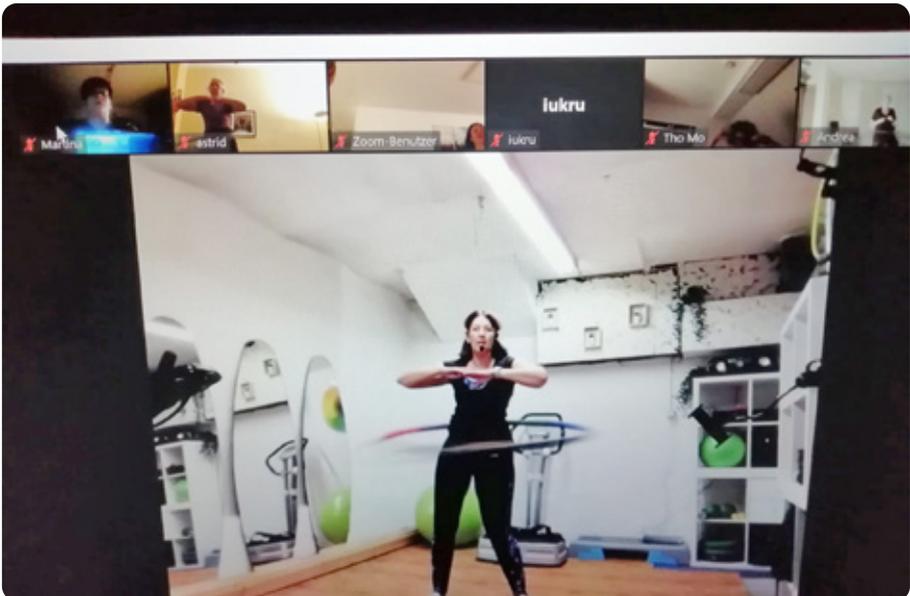
Sehe euch also Donnerstag, eure Karin.



KARIN LÜCKERT

Übungsleiterin Fitness

karin.lueckert@tvn-1901.de





KAI THEOBALD

Abteilungsleiter Minigolf
kai.theobald@tvn-1901.de

📍 [Minigolf - tvn-1901.de/abteilung/minigolf](https://tvn-1901.de/abteilung/minigolf)

Nach Ostern startet die Abteilung Minigolf wieder

Alle Jahre wieder starten die Minigolferinnen und Minigolfer nach Ostern jeden Montag ab 18 Uhr zum gemeinsamen Spiel und Training auf der Niersteiner Minigolf-Anlage an der Wörrstädter Straße. Interessenten sind herzlich willkommen.

Kombi-Spieltag der Ranglisten Senioren:innen sowie der allgemeinen Klasse am 3. April 2022

Am 3. April 2022 fand ein Kombi-Spieltag der Ranglisten Senioren/-innen sowie der allgemeinen Klasse vom Minigolfsportverband Rheinland-Pfalz auf der Minigolfanlage in Nierstein statt. Bei eisigen Temperaturen, aber strahlendem Sonnenschein wurde die Saison 2022 erfolgreich eingeläutet.

Gespielt wurden drei Runden auf den 18 Bahnen. Vom TV Nierstein gingen Steffen Poltermann und Tobias Theobald an den Start. Tobias konnte mit Ergebnissen von 34, 36 und 39 den dritten Platz bei den Herren erreichen, Steffen wurde bei den Senioren II Sechster mit Runden von 50, 45 und 44. Die besten Resultate des Tages gingen an die beiden Ludwigshafener Stefan Ulrich (31, 29 und 28) und Robert Hahn (27, 34, 30), der den Platz-





rekord (25 Schläge) in seiner ersten Runde nur um zwei Schläge verfehlte.

Die Ergebnisliste kann unter <http://ba.minigolfsport.de/turnier1243s/straight.htm> eingesehen werden.

Filzgolfmasters am 28. und 29. Mai 2022 in Nierstein

Nach zwei Jahren Corona-Pause touren die besten Minigolfer:innen Deutschlands wieder durch das Land. Deutsche Meister, Europameister, Weltmeister ... wenn am 28./29. Mai 2022 auf der Filzgolfanlage in Nierstein an der Wörrstädter Straße das 10. Schöller Filzgolf-Masters stattfindet, sind zahlreiche Stars der Minigolfszene vor Ort und streben nach dem perfekten Match; denn anders als beim klassischen Minigolf, findet das Filzgolf-Masters im Matchplay-Modus statt. Bei diesem Modus gewinnt nicht, wer die wenigsten Schläge auf den 18 Filzbahnen, sondern wer im direkten Duell über eine Runde mehr Bahnen gewinnt als der Gegner/die Gegnerin. Dabei ist an jeder Bahn das Ass, also das „Hole in One“, das Ziel der Topspieler:innen, auch wenn das auf dem anspruchsvollen System Filzgolf nicht immer gelingt.

Einer der Favoriten und gleichzeitig Titelverteidiger ist der 18-jährige Arnsberger Lauro Klöckener (Bild), der für den MSK Neheim-Hüsten an den Start geht. Bereits 2020 spielte er sich ins Finale und scheiterte nur knapp an Bundestrainer Michael Koziol. Ein Jahr später gelang ihm erneut der Finaleinzug und beim zweiten Versuch der Titelgewinn beim einzigen direkt vom Deutschen Minigolfsport Verband ausgerichteten Preisgeldturnier.

Als Lokalmatadoren aus Rheinland-Pfalz stehen der mehrfache Mannschaftswelt- und Europameister Marcel Noack und der Jugendweltmeister Silvio Krauss vom MGC Mainz ganz oben auf der Liste der Minigolfexperten.

Zuschauer:innen sind herzlich eingeladen: Am 28. Mai 2022 ab 9.00 Uhr finden die Vorrunden in einer Gruppenphase statt, am Sonntag, den 29. Mai 2022 folgen ab 9.00 Uhr die KO-Runden. Die Halbfinals und anschließend die Finals werden voraussichtlich ab 12.30 Uhr gespielt. Doch auch an den beiden Trainingstagen zuvor lohnt sich ein Blick auf die Niersteiner Filzgolffanlage, um den Topstars der Minigolfszene beim Training zuzuschauen.

Der TV Nierstein, Abt. Minigolf und der Deutsche Minigolfsport-Verband freuen sich auf Ihren Besuch!



50 Jahre

Tradition & Fortschritt

Sanitär • Bad

KESSEL

• Heizung • Solar

Der Spezialist mit langer Erfahrung
in Gas- und Ölbrennwerttechnik und
dem Bau von Solaranlagen.

Wir bedanken uns bei unseren Kunden
und Mitarbeitern für das Vertrauen
und die Zusammenarbeit.

Ernst-Ludwig-Straße 11 · 55283 Nierstein
Tel. 0 61 33 / 9 71 20 · Fax 0 61 33 / 9 7 12 13
hd.kessel@heiz-kessel.de

🏸 Gymnastik - tvn-1901.de/abteilung/gymnastik

Funktionelle Gymnastik

Nach langen Coronazeiten, die wir erfolgreich im Zoom-Modus überstanden haben, hat es uns das Wetter nun erlaubt, erstmalig wieder zusammen draußen zu trainieren. Viele Gesichter waren bei unserer Trainingseinheit dabei und wir sind immer noch eine starke Truppe.

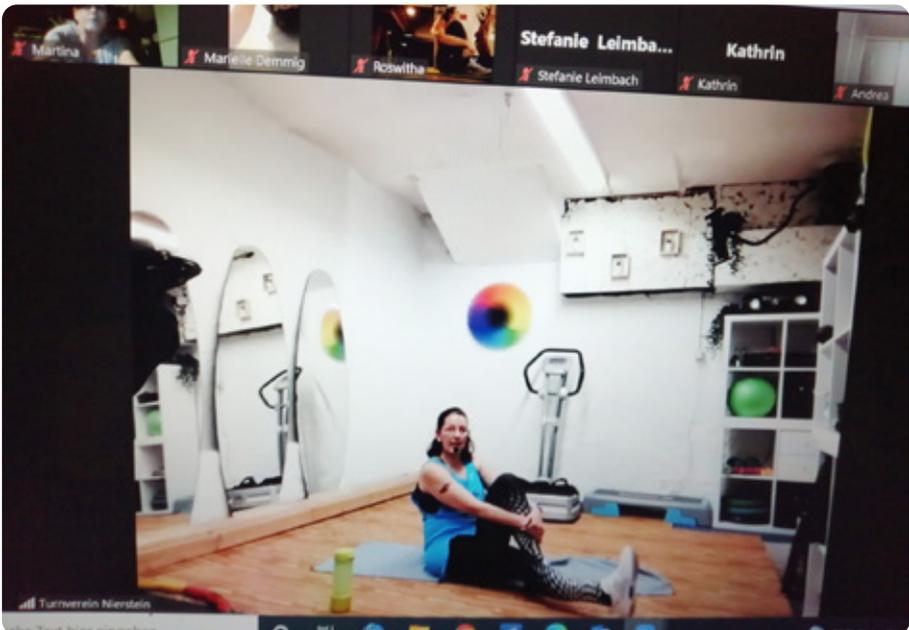
Ich danke meinen Mädels für den starken Zusammenhalt während dieser Phase und die gegenseitige Rückendeckung. Auch mich habt ihr immer wieder motiviert durchzuhalten. Selbst unsere Weihnachtsfeier haben wir zum zweiten Mal online durchgeführt. Starke Leistung!

Nun hoffen wir auf weiterhin schönes Wetter, um gemeinsam im Grundschulhof Sport zu treiben. Auf Wunsch der Teilnehmerinnen trainieren wir aktuell um 19 Uhr im Hof der Grundschule Nierstein. Ab sofort wird der Kurs 75 Minuten lang sein. Wer gerne einmal schnuppern möchte, den laden wir herzlich dazu ein – auch Männer sind herzlich willkommen, der Hahn im Korb zu sein.



KARIN LÜCKERT

Übungsleiterin Gymnastik
karin.lueckert@tvn-1901.de



LISA RICHTERÜbungsleiterin Gymnastik
lisa.richter@tvn-1901.de

🏹 Gymnastik - tvn-1901.de/abteilung/gymnastik

Sport für Ältere - Fit bleiben bis ins hohe Alter

Bewegung macht Freude, hält fit und gesund. Das gilt für alle Altersgruppen und besonders bei zunehmendem Alter. Wer möchte nicht möglichst lange eigenverantwortlich und selbstständig den Alltag meistern können?

Körperliche und geistige Funktionen können nur dann erhalten bleiben, wenn sie regelmäßig benutzt und eingesetzt werden. Deshalb ist Bewegung so wichtig! Durch Bewegung kann der Funktionsabbau reduziert und möglichst lange auf einem stabilen Niveau gehalten werden. Es ist nie zu spät für Bewegung, und gemeinsam mit Gleichgesinnten und Freunden machen Bewegung und Sport gleich doppelt Spaß!

Dieses Bewegungsangebot umfasst ein abwechslungsreiches Denk- und Bewegungstraining, das darauf abzielt, die vier wichtigsten körperlichen Voraussetzungen zum Erhalt der Selbstständigkeit, nämlich Muskelkraft, Balance, Beweglichkeit und Mobilität zu trainieren.

Hört sich anspruchsvoll an? Ist es auch, aber nur im Rahmen des eigenen Wohlbefindens. DU gibst das Tempo vor, niemand drängelt und ALLE ziehen mit viel Spaß am gleichen Strang!

Neugierig geworden? Dann komme gerne zu einer Schnupperstunde ohne vorherige Anmeldung vorbei.

Der Verein - tvn-1901.de/verein

Fastenwoche

Unter dem diesjährigen Motto „7 Wochen ohne Stillstand“ fand unsere 8-tägige Fastenwoche im März, dieses Mal in einer coronagemäßen und daher etwas abgespeckten Form im Johannes-Busch-Haus in Nierstein statt.

Es trafen sich allabendlich zehn erprobte Fastende und zwei Neulinge, um ein umfangreiches Programm zu genießen: Unter anderem gab es Entspannung, Walking, Meditation, Sauna, Traumreisen und Yoga im Angebot.

Die Angst des Verhungerns konnte den unerfahrenen Teilnehmer:innen sehr schnell genommen werden, um auch die Erfahrung zu teilen, dass man ganz gut eine Zeitlang auf Nahrung verzichten kann.

Um nachzuempfinden, was Mann oder Frau alles an Erlebnissen während diesen acht Tagen zu berichten hat, freue ich mich ganz besonders auf den Erfahrungsbericht von unserer Yoga-Übungsleiterin und im Hauptberuf Redakteurin, Katja Buchwald, der ich gerne an dieser Stelle für den gelungenen Yogaabend und ihre ausführliche Reportage herzlichen Dank sagen möchte.

Ebenso bedanke ich mich bei Madeleine Busch für die ärztliche Betreuung, ihrem Mann Christian Busch, der immer eine Anzahl von diversen Tees für uns gekocht hat, und Eva Günther für die großartige Gestaltung des Meditationsabend.

Die Teilnehmergebühr kam der evangelischen Kirche für die „Stille Not“ zugute.

Es grüßt Euch auf ein Wiederfasten im nächsten Jahr,

Eure
Heiderose Stumm



HEIDEROSE STUMM

Kassenführung

heiderose.stumm@tvn-1901.de

Versöhnung
bewusst
Handy
Besinnung
Busse
Umkehr
Gott
entschleunigen
Internet
F
Fastenzeit
Zeit
Gott
Seele
Körper
Gebet
Fokus
vierzig
Reduzierung
Geschenk
Sehokolade
Geist
Verzicht

KATJA BUCHWALD

katja.buchwald@tvn-1901.de

Der Verein - tvn-1901.de/verein

Fasten - ein Erfahrungsbericht

Das erste Mal ist immer besonders. Besonders spannend, aufregend, mit Ängsten und vielen Fragen behaftet. Wie gut in einem Kreis anzukommen, der aus Menschen besteht, die sich bestens mit dem Hungern auskennen. Einem Hungern, das nicht durch Katastrophen, Krieg oder schlichtem Mangel ausgelöst wird. Sondern einem Hungern, das man aus freien Stücken wählt.

Es kann eine Art Selbstexperiment sein, ein religiöser Vorsatz, ein gesundheitlicher Aspekt. Jeder Mensch in dieser Gruppe hat seine eigenen Beweggründe. Und die Frauen (viele) und Männer (wenige) im TV Nierstein-Fastenkreis berichten davon. Alle erzählen von sich, ihren Plänen und Gründen. Viele, dazu gehöre ich auch, haben Corona-Kilos auf den Hüften und wollen sie wieder loswerden. Aber hier sitzen auch die ‚alten‘ Fastenspezialisten, die das seit Jahrzehnten praktizieren. Die von der heilsamen Wirkung berichten, die sich genau auskennen.

Ich fühle mich gut aufgehoben, warm begrüßt und freue mich auf die sieben geplanten Fastentage. Anfangs habe ich gleichmal ein paar dicke „Fehler“ gemacht, bin nicht so gut eingestiegen. Aber der Wille ist wichtig und die allabendlichen Treffen auch. Da kann man sich austauschen. Und es gibt jeden Abend ein Event, mal ist es eine Meditation, mal eine Traumreise, ein gemeinsamer Sauna-Besuch oder ein langer Spaziergang durch die Weinberge.

Und, oh Wunder, es gelingt. All meine Sorgen waren unbegründet. Ich kann nicht-essen, aber weiterleben, mich anstrengen, einkaufen und für andere kochen, ohne, dass ich wirklich leide. Ich schlafe viel, bin manchmal in einem Slow-Motion-Modus unterwegs. Aber ich finde Gefallen daran. Genieße die Entschleunigung, die ich mir schon so oft vorgenommen habe, die mir jetzt aber von meinem Körper diktiert wird.

Und ich genieße die vielen anderen Teilnehmer:innen, ihre Art von sich zu berichten, offen, herzlich und wertschätzend mit allen anderen. Irgendwie sind wir auf sehr schnelle Art und Weise miteinander verbunden, vielleicht, weil es eine Art von „Extrem-Erfahrung“ ist? Man seine Kraft auf essenzielle Dinge richten muss, haushalten mit den Reserven? Niemand richtet, wertet oder diktiert. Heiderose Stumm führt gelassen und freundlich, Madeleine Busch bereichert mit ärztlichem Wissen

und den Hinweisen, wie man mit Brühe und Glaubersalzen durch die Fastenwoche kommt.

Und ich sitze da, lass mich anstecken und finde Gefallen daran, dass ich mir und meinem Körper etwas Gutes tun kann. Entgifte, konzentriere mich auf andere Dinge und bemerke mit Freude, wie unwichtig Nahrungsaufnahme sein kann. Regale voller Produkte, die ich nicht mehr brauche. Fühlt sich fast nach Freiheit an. Und auch ein mit Wasser gestreckter Tomatensaft ist plötzlich ein echter Genuss. Ich lerne Demut und mich mit wenig zufrieden zu geben. Ein Sonnenaufgang ist plötzlich wichtiger als das Frühstück.

Aus den sieben Tagen wurden tatsächlich neun. Ich lebe noch, es war eine großartige Erfahrung und ich werde es wieder tun. Vielleicht schon im Mai oder Juni, bevor ich mich mit einem dicken Bauch an den Strand legen muss. Aber ganz sicher im nächsten Jahr, mit zweimal Christine, Heiderose, Christian, Madeleine, Jörg, Marion, Alex, Gertrut, Waltraud, Eva oder all den anderen, die neugierig und mutig genug sind, mal etwas ganz Neues zu wagen. Verzicht kann eine großartige Erfahrung sein.

Hotel · Restaurant · Feinschmecker-Weinstube

»Alter Vater Rhein«

Das liebe alte Haus im freundlichen Weindorf

Geöffnet von 17 bis 23 Uhr

Küche täglich von 17 bis 21 Uhr

Mittagstisch nach Vereinbarung

Samstag, Sonn- und Feiertage von 12 bis 21 Uhr durchgehend

Donnerstag Ruhetag

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Telefon 0 61 33 / 56 28

hotel@alter-vater-rhein.de

www.alter-vater-rhein.de



ANNA SCHNEIDER

Übungsleiterin Tanzen
anna.schneider@tvn-1901.de

zen 224 Punkten. Jetzt haben sie vier Wochen Pause, in der sie noch den Tanz weiter perfektionieren und anpassen können, um noch mehr Punkte zu bekommen, bevor es dann in Liederbach wieder weitergeht.

Tanzen - tvn-1901.de/abteilung/tanzen

Magic Phoenix schafft Einzug in 2. Bundesliga

Die Magic Phoenix vom TV Nierstein schafften am Wochenende den Einzug in die 2. Bundesliga mit stol-

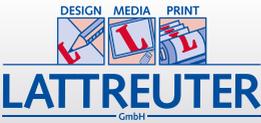


Erstes Turnier für Magic Phoenix nach langer Pause



Magic Phoenix war am 18. Dezember 2021 das erste Mal seit zwei Jahren wieder auf einem Turnier. Mit einem super tollen Hygienekonzept und einer super Organisation vom Veranstalter, der TSG Künzell, konnten wir endlich wieder auf der Bühne stehen. Die Mädels waren super nervös, aber nicht nur diese.

Die Magic Phoenix haben starke 210 Punkte getanzt, und das nach so einer langen Zeit. Da hat sich die lange Fahrt nach Künzell echt gelohnt. Jetzt heißt es trainieren, denn am 22. Januar 2022 steht das nächste Turnier in Frankfurt an.

 <p>DESIGN MEDIA PRINT</p> <p>LATTREUTER GmbH</p>	MEDIENGESTALTUNG	INTERNET	DIGITALDRUCK
design · media · print			
<h2>Mediengestaltung</h2> <ul style="list-style-type: none"> • als Grundlage für Drucksachen- und Medienproduktion • Gestaltung, Layout, Bildretusche <h2>Internet</h2> <ul style="list-style-type: none"> • Konzeption, Webdesign und Programmierung 	<h2>Digitaldruck</h2> <ul style="list-style-type: none"> • Personalisierte Druckerzeugnisse • Seminar- und Schulungsunterlagen • Broschürendruck • Plakate, Poster, Banner, Rollups ... <h2>Versand</h2> <ul style="list-style-type: none"> • Kuvertierung, Konfektionierung 		
<p>LATTREUTER GmbH · Fäulingstraße 44 · 55283 Nierstein · Tel. 06133 925656 Besuchen Sie www.lattreuter.de oder senden Sie eine E-Mail an info@lattreuter.de</p>			

Magic Phoenix holt Punktsteigerung und 1. Platz

Am Samstag, den 22. Januar 2022 waren wir in Frankfurt auf einem Turnier. Nach einem kurzfristigen Umstellen am Freitag sind wir mit gemischten Gefühlen zum Turnier gefahren. Klappt alles? Hoffentlich vergisst keiner was!



Und dann kam die Wertung ... 13 Punkte mehr als beim letzten Mal, wow, und nicht nur das, es war mit 223 Punkten zum ersten Mal eine 2. Bundesliga-Wertung für uns.

Jetzt müssen wir fleißig weiter trainieren, damit wir am 30. Januar 2022 in Hochheim nochmals die gleichen Punkte schaffen und dann endlich in der 2. Bundesliga tanzen dürfen. Und der erste Platz war auch noch uns. Besser hätte es nicht laufen können.



Neue Strukturierung in der Tanzsportabteilung

Anna Schneider, die Trainerin der Magic Phoenix, übernimmt die Tanzgruppen Las Lunas und Soley, nachdem Nicole Keßler diese aus zeitlichen Gründen abgeben musste. Dabei wird sie tatkräftig von Heike Schneider unterstützt. Amanda Missaka, Lina Kaul, Maja Schneider, Aaliyah Heise und Lamiaa El Kart (Tänzerinnen der Magic Phoenix) werden Anna ebenfalls unterstützen. Außerdem werden sie Schritt für Schritt an die Leitung einer Tanzgruppe herangeführt.



Trainerteam Tanzgruppe Las Lunas

Erfreulicherweise tanzen aktuell in der Tanzsportabteilung viele Kinder. Damit wir jedem einzelnen Kind Aufmerksamkeit schenken und einen altersgerechten Tanz einstudieren können, haben wir die Altersangaben für die jeweiligen Gruppen angepasst. Somit wandert jedes Kind immer in die entsprechende Gruppe, wenn das jeweilige Alter erreicht wurde.

Außerdem haben die Gruppen jeweils neuen Trainingszeiten bekommen, diese sind nun wie folgt: Die Tanzgruppe „**Las Lunas**“ sind ab 3 Jahren. Immer dienstags von 16:30 bis 17:30 Uhr trainieren sie im Haus der Gemeinde. Die Trainerinnen werden: Anna Schneider, Maja Schneider, Aaliyah Heise und Heike Schneider.



Trainerteam Tanzgruppe Soley

Bei der Tanzgruppe „**Soley**“ ist von nun an immer mittwochs von 17:00 bis 18:00 Uhr in der Grundschule Nierstein Training. Die „Soley“ sind für Kinder ab 5 Jahren. Die Trainerinnen sind: Amanda Missaka, Lina Kaul, Lamiaa El Kart, Anna Schneider und Heike Schneider.

Ab 8 Jahren ist die Tanzgruppe „**Aventura**“. Diese trainieren immer donnerstags von 17:00 bis 18:00 Uhr im Haus der Gemeinde. Die Trainerin ist, Nicole Keßler.

Bei der Turniergruppe Magic Phoenix ist das Mindestalter 11 Jahre. Sie trainieren jeden Mittwoch von 18:00 bis 19:00 Uhr und jeden Freitag von 15:00 bis 18:00 Uhr in der Grundschule Nierstein. Die Trainerinnen sind: Anna Schneider, Heike Schneider und Nicole Keßler.

Schnuppertraining und Auftrittsfragen

Die Tanzgruppen freuen sich auch immer über Auftrittsfragen. Kontakt zu den jeweiligen Trainer:innen finden Sie auf der Homepage. Ebenfalls freuen sich die jeweiligen Gruppen auch immer über neue Gesichter. Wenn Ihr Kind also Lust hat zu tanzen, dann schauen sie einfach auf der Homepage des TV Nierstein vorbei. Dort finden Sie den jeweiligen Kontakt zu den Trainern.



**Wir suchen dich
in folgenden Gruppen
TSA d. TV Nierstein**

Las Lunas 3-4 Jahre
Dienstag 16:30 -17:20 Uhr
Trainerin: Anna Schneider

Magic Phoenix 11-15 Jahre
Mittwoch 18 -19 Uhr
Freitag 15-18 Uhr
Trainerin: Anna Schneider

Magic Eyes ab 18 Jahren
Freitag 19:30 - 21:30 Uhr
Trainerin: Nicole Keßler

Bitte bei Interesse den jeweiligen Trainer anschreiben, sie geben
dann alle wichtigen Informationen weiter
Anna Schneider: anna.schneider@tvn-1901.de
Nicole Keßler: nicole.kessler@tvn-1901.de

Magic Phoenix wird belohnt

Wir haben Jacken und T-Shirts bekommen :)

Durch den super Erfolg in dieser Saison mit dem Aufstieg in die 2. Bundesliga überraschte unsere Trainerin uns am Ende der Saison mit einheitlichen T-Shirts und Jacken.



Vielen Dank an die Spenden vom Bauunternehmen Lang, dem TV Nierstein und einer privaten Spende,

die uns das ermöglicht haben. Auch ein großes Dankeschön an die T-Shirt Buddies die uns das alles bedruckt haben. So können wir nun überall einheitlich auftreten und den Verein und uns präsentieren :)



Hans Joachim Kehl

Große Fischergasse 3 · 55283 Nierstein
 Tel. 061 33/602 52 · Fax 061 33/602 54
 hjkehl@t-online.de · www.hjkehl.de

**Leckortung · Gebäudetrocknung · Wärmebildortung
 Solarkollektoren · Verstopfung · Wärmepumpen**

🏐 Handball - tvn-1901.de/abteilung/handball

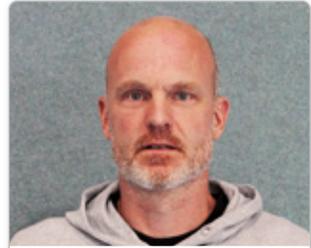
Erfolgreicher Neuanfang

Nachdem die 1. Herren durch den Abgang mehrerer Leistungsträger vor einer ungewissen Saison standen, war das ausgegebene Ziel vor dieser Runde, einen Neuanfang zu starten und möglichst nichts mit dem Abstieg zu tun zu haben.

Aus der A-Jugend rückten Aki Chantavarides, Finn Weyell und Noah Griesbaum fest in den Kader unserer Verbandsligamannschaft. Darüber hinaus konnten wir mit „Toni“ Radermacher auch noch einen erfahrenen Torwart für uns gewinnen, der zusammen mit Marius Grosch unser Tandem zwischen den Pfosten bilden sollte. Auf den Außenpositionen blieben mit Pascal Lattreuter, Filip Vassilakos und Lukas Ewald bewährte Kräfte an Bord, die während der Runde noch durch Florian Buch verstärkt wurde. Kurz vor Rundenbeginn konnten wir mit Marius Stumm schließlich auch noch einen Ur-Niersteiner mit Oberligaerfahrung begrüßen, der zusammen mit unserem Kapitän Luca Guttandin, Marc und Lars Kessel, Patrick Kunz und Lukas Reitz den erfahrenen Stamm unserer Truppe bildet. Darüber hinaus gehören auch noch der verletzte Christian Ottstadt sowie Janis Kraft-Labendz zum Kreis der 1. Herren.

Von Saisonbeginn an herrschte gute Stimmung in der Mannschaft und mit jedem Sieg stieg auch unser Selbstbewusstsein. Vor allem in der Abwehr konnte unser Team immer wieder gefallen und stellte somit viele Gegner vor riesengroße Probleme. Wusste man vor Saisonbeginn tatsächlich nicht, wohin die Reise diese Saison gehen sollte, so stellte sich mit fortlaufender Dauer der Spielzeit heraus, dass wir uns tatsächlich in der Spitzengruppe der Verbandsliga festsetzen können. Nach 15 Spieltagen mit elf Siegen, einem Unentschieden und nur drei Niederlagen steht die 1. Herrenmannschaft des TV Nierstein auf einem hervorragenden zweiten Tabellenplatz mit nur zwei Punkten Rückstand auf den ersten Platz, der zum direkten Aufstieg in die Rheinhessenliga berechtigt.

Die Mannschaft würde sich in den restlichen fünf Spieltagen über eine tatkräftige Unterstützung in unserer Rundsporthalle freuen, und vielleicht können wir ja im Saisonendspurt auch noch das eine oder andere neue Gesicht bei unseren Heimspielen begrüßen. Verdient hätten es sich die Spieler auf jeden Fall!



SASCHA WIEHL

Übungsleiter Handball

sascha.wiehl@tvn-1901.de

Wandern - tvn-1901.de/abteilung/wandern

Sonne satt auf der Rauenthaler Spange

Diesmal hatten wir uns eine nicht so strapaziöse Wanderung vorgenommen. Bei strahlendem Sonnenschein starteten wir am Sonntag, den 24. Oktober 2021 vom Wanderparkplatz an der Grillhütte in Rauenthal im Rheingau. Mit 17 bestens gelaunten Teilnehmer:innen ging es zunächst über eine Teilstrecke des Rheinsteigs mit einer Mischung aus Wald und Streuobstwiesen, dann durch die Hanglagen des Großen Burgwaldgrabens, an dessen Ende wir die Rheinsteigstrasse wieder verließen, um uns nun weiter der Rauenthaler Spange zu widmen.



ARNOLD KNAPPEK

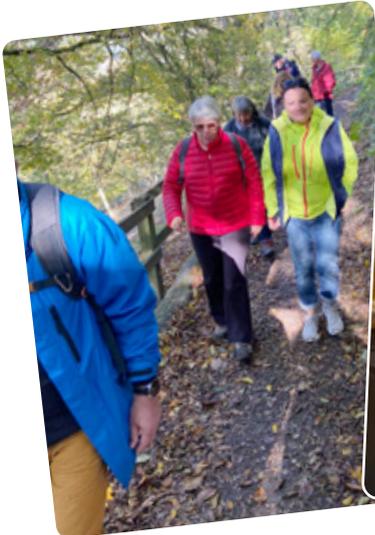
3. Vorsitzender

arnold.knappek@tvn-1901.de

Immer am Bach entlang erreichten wir die Bubenhäuser Höhe, das absolute Highlight der Wanderung. Grandiose Panoramablicke bis in die Pfalz und den Odenwald. Wir nutzten den toll angelegten Picknickplatz mit vielen Sitzgelegenheiten für eine ausgiebige Vesperpause. Da das von uns reservierte Weingut in Rauenthal erst um 15 Uhr öffnete, hatten wir genügend Zeit zum Ausruhen, zur Kommunikation und zum Fotografieren. Danach liefen wir bergauf und bergab den Rest des Weges wieder zum Ausgangspunkt. Inzwischen hatte auch das Weingut Rußler geöffnet, und wir konnten an den bestellten Tischen auf der Terrasse – windgeschützt und beheizt – Platz nehmen und uns von der Super-Qualität der Küche und des Kellers überzeugen.

Es war ein gelungener Tag und diesmal kamen wir auch rechtzeitig in Nierstein zum „Mainzer Tatort“ an.





Schinderhannespfad von Simmern nach Gemünden

Weil wir uns diesmal eine längere und etwas schwierigere Route ausgewählt hatten, trafen wir uns am Sonntag, den 10. Oktober 2021 etwas früher und machten uns mit zwölf Teilnehmer:innen per PKW auf nach Simmern im Hunsrück. Dort gesellten sich noch vier Hunsrücker Freunde zu uns, mit denen wir ein kleines Frühstück auf dem Parkplatz zu uns nahmen, bevor es auf die 18 km-Route ging.

Nach kurzem Abstieg über Treppen und Stufen gelangten wir in den „Märchenwald“. Über Brücken und unter Brücken hindurch liefen wir entlang des sehr idyllisch dahinfließenden Simmerbachs. Nach herrlichen Wald- und Wiesenpassagen legten wir in Ohlweiler eine erste Rast ein. Weiter ging es über die „Traumschleife Domblick“. Nach einem etwas steileren Anstieg mit teilweiser Sicherung mit Seilen erreichten wir eine „Sinnesbank“ mit einem überwältigenden Weitblick über herbstfarbene Wiesen und Felder. Über Belgweiler kamen wir zu dem Punkt, von dem aus man den schönsten Blick auf den Hunsrückdom hat. Es folgte nun ein permanent ansteigender Weg bis Neuhof, wo wir uns auf einer weiteren „Sinnesbank“ kurz ausruhten und stärkten.

Der Rest des Weges über scheinbar endlose Wiesen und Felder und Waldabschnitte verlief etwas geruhsamer (ohne größere Steigungen). In Gemünden angekommen fuhren drei Fahrer nach Simmern und holten unsere dort geparkten Autos. Nachdem die Gruppe wieder komplett war, ging es zum Italiener „Schwarzer Adler“, bei dem wir vorher Plätze reserviert hatten und fuhren nach lukullischer Stärkung zurück nach Nierstein, wo wir um 22 Uhr müde, aber zufrieden ankamen.





Rundweg Weinheimer Bucht

Das sonnige Wetter bot sich am 6. März zur ersten Wanderung 2022 an. Wir trafen uns mit 15 gutgelaunten Wander:innen und begaben uns in eine Gegend, die vor 30 Millionen Jahren noch von einem subtropischen Meer überflutet war. Der Rundweg Weinheimer Bucht liegt am „Küstenweg Rheinhessen“ und führt vorbei an den weltweit berühmten Naturdenkmälern „Neumühle“ (Funde fossiler Hai- und Rochenarten, daher auch „Hai-Society“ genannt), „Zeilstück“ (Sandgrube mit ehemals großem Austernvorkommen) und „Trift“. Die ehemalige Sandgrube ist aufgrund ihrer Vielfalt und gutem Erhalt der dort gefundenen Fossilien weltweit bekannt.

Ohne uns die Füße nass zu machen, erreichten wir nach gut zehn Kilometern wieder Alzey-Weinheim und stärkten uns in der Poppenschenke (einer alten Mühle) bei Hausmacher Wurst (große Portion) oder Handkäse mit Musik (wenig Käse, dafür viele Zwiebeln). Einige kehrten nach der Rückkehr in Nierstein noch beim Italiener ein, um etwas Warmes in den Magen zu bekommen.

Fazit: Viel Sonne, viel Wind, interessante Tour.





Durchs Karlstal nach Trippstadt (Pfalz)

Wieder waren wir 15 Personen, die am Sonn(en)tag, den 27. März 2022 Richtung Naturfreundehaus Finsterbrunnental starteten. Nach teilweiser Irrfahrt wegen einer Baustelle betraten wir gegen 12 Uhr den Pfälzer Waldpfad und bummelten mehr oder weniger gemütlich durch das Moosalbtal. Unterwegs ging es vorbei an den ehemaligen Hammerwerken „Oberhammer“, „Unterhammer“ und „Mittelhammer“, die an die ehemalige Trippstadter Eisenindustrie in der Zeit von 1724 bis 1885 erinnern und deren Schmiedehämmer und Gebläse von Wasserrädern angetrieben wurden, die der starke Strom der Moosalbe antrieb.

Das absolute Highlight der Wanderung war die ca. 1 km lange Karlstalschlucht, in der sich die Moosalbe stark sprudelnd zwischen bemoosten Felsen durch die wunderschöne Klamm schlängelt. Mehrmals überquerten wir sie über sichere Holzbrückchen. Ein herrliches Fleckchen Erde.

Weiter ging es über einen schönen Waldpfad Richtung Trippstadt und durch das Moosalbtal wieder zurück zum Naturfreundehaus, wo wir uns nach 12 km auf Schusters Rappen bei Pfälzer Spezialitäten stärkten und den Flüssigkeitsverlust ausglich.





Fernseh - Müller

Sky
Händler

TV · HIFI · TELEKOM · MOBILFUNK

Satelliten-Technik · Kabelanschluss · Meisterbetrieb

Unsere Leistungen für Sie:

- Fachhändler für Unterhaltungselektronik, digitale Empfangsanlagen, Telekommunikation und Mobilfunk
- Verkauf, Installation, Reparaturen
- Mitglied der Electronic Partner GmbH
- Vertriebspartner der Telekom
- Finanzierungen
- Sky Händler

Ladengeschäft

55283 Nierstein – Marktplatz 8

Tel.: 0 61 33-6096335

Fax: 0 61 33-6 12 82

Mobil: 0170-4 18 83 30

info@fernsehservice-mueller.de

Neue Telefon-Nummer
(0 61 33) 6 09 63 35

✦ Karate - tvn-1901.de/abteilung/karate

Neues aus der Abteilung Kobudo / Karate

Ungeachtet aller Hindernisse, die durch Corona in den Weg gelegt werden, pflegt die Karate/Kobudo-Gruppe des Vereins ständig Informationsaustausch, und sobald ‚Lockerungen‘ in den Vorschriften über die Vereinsführung gemeldet wurden, ging es auch mit den Trainingseinheiten weiter.



KLAUS HUMMEL

Abteilungsleiter Karate

klaus.hummel@tvn-1901.de

Zur Zeit wird wieder an drei Tagen wöchentlich trainiert, wobei das Frühtraining dienstags sich überraschend als sehr beliebt erwiesen hat ... eine stabile Gruppe von ca. sieben Leuten kommt ins HdG pünktlich von 7:00 bis 8:30 Uhr zum Training, um anschließend zur Arbeit/Schule zu gehen – eine schöne Entwicklung, wie ich meine.

Neuanmeldungen gab es ebenfalls, sowie folgende Leistungsprüfungen:

Vier Sportler (Kim, Niki, Martino und Sven) haben die Prüfung zum ‚Braungurt‘ bestanden. Auch der Nachwuchs ist rege, so der ‚Orangegurt‘ für Holger und ‚Gelbgurt‘ für Paula – allen herzlichen Glückwunsch.

Cheftrainer Klaus hat sich ebenfalls um seine eigene Qualifikation gekümmert – eine zweitägige Präsenzveranstaltung im Juli mit dem Thema ‚Neuroathletik‘ sicherte seine Lizenzverlängerung als A-Trainer (DOSB) für die nächsten beiden Jahre. Weiterhin ist für ihn eine Fortbildung im November wichtig als Verlängerung seiner B-Prüferlizenz.

Niki sollte nach Zustimmung des TV-Vorstandes eine Ausbildung als C-Trainer beginnen, doch wird es wohl erst im nächsten Jahr freie Ausbildungsplätze geben – die Anfänge sind mit dem Erste-Hilfe-Kurs bereits gemacht.

Im Oktober hatten wir mit dem Stilrichtungsreferenten für Shotokan-Karate einen qualifizierten Gasttrainer, dessen Unterricht das wöchentliche Routinetraing gut ergänzte.

Eine Fortbildung, angeboten vom Bundesverband, zum Thema Inklusion steht Anfang kommenden Jahres bereits auf dem Programm.



CHRISTIANE HORN

Abteilungsleiterin Turnen
christiane.horn@tvn-1901.de

✚ Turnen - tvn-1901.de/abteilung/turnen

Jahresbericht Leistungsturnen 2021

12 Monate, 52 Wochen, 365 Tage, ein weiteres Turnjahr ist vergangen. Ein weiteres Jahr mit Corona liegt hinter den Turnerinnen.

Das „neue Turnjahr“ begann, wie das „alte“ geendet hatte. Das Training konnte vorerst nur online stattfinden. Mit Begeisterung wurde dieses erneut

angenommen, wodurch alle wieder getrennt und doch zusammen trainieren konnten. Im März erfolgten dann Lockerungen, und somit konnte das Training im Außenbereich wieder aufgenommen werden. Die Turner:innen hatten wieder viel Spaß zusammen. Sie trainierten auf einer Wiese, in einem Garten oder im Stadtpark. Auch die Air-Track-Bahn kam hier wieder zum Einsatz. Koordination, Ausdauer, Kraft und Bodenelemente wurden intensiviert. In den nächsten Monaten herrschte ein ständiges „auf und ab“.



Glücklicherweise war das Training in der Halle ab Juli des Jahres wieder möglich. Die Turnerinnen nahmen ihr Training mit den erforderlichen Auflagen wieder auf



und konnten somit endlich wieder an den Geräten trainieren. Die Zeit wurde genutzt, um Elemente in den einzelnen Disziplinen (Boden, Sprung, Schwebebalken, Spannbarren/Reck) zu erlernen, zu vertiefen und zu verbessern.

Der Jahresabschluss der Turnerinnen fand in diesem Jahr wieder im TV-Keller statt. Gemeinsam wurde gebacken, gespielt, gesungen, getanzt und gewichtet. Mit viel Spaß waren alle zusammen. Somit ging ein weiteres denkwürdiges Turnjahr zu Ende, ohne an einem Wettkampf teil genommen zu haben. Gespannt blicken wir auf das neue Jahr.



Jahresbericht Eltern-Kind-Turnen 2021

Aufgrund der Corona-Pandemie musste das „neue Jahr“ so starten, wie das „alte Jahr“ geendet hatte. Keine tobenden, lachenden und turnenden Kinder, die die Rundsporthalle erhellten. Die Halle blieb leer. Kein Turnen durfte stattfinden.

Ende Mai gab es dann Lockerungen, und es konnte mit einer reduzierten Anzahl von Kindern mit Eltern im Außenbereich wieder gestartet werden. Auf dem Bolzplatz fand das Turnen mit kleinen Spielen und jeder Menge Spaß statt. Ende Juni gab es weitere Lockerungen, und das Turnen in der Halle konnte wieder aufgenommen werden, aber wieder nur mit einer reduzierten Anzahl. Aber immerhin noch besser als garnichts.



Durch die Auflagen des Bundes hatte die Trainerin Christiane viel zu organisieren. Sie musste Listen führen und Impfnachweise sowie Schnelltests kontrollieren. All dieses hielt sie aber nicht davon ab, das Turnen wieder stattfinden zu lassen. Es wurde mit Begeisterung angenommen. Die Rundsporthalle wurde mit Leben gefüllt. Lachende und tobende Kinder waren wieder zu hören. Mit einem gemeinsamen



Singspiel, leichten Aufwärmübungen oder kleinen Spielchen. Im Anschluss daran durfte der immer wieder neu gestaltete Geräteparcour, der gemeinsam mit den Eltern aufgebaut wurde, erklommen werden. Wenn gegen Ende der Turnstunde noch etwas Zeit war, erfolgte noch ein kleines Abschlusspiel. Auch die obligatorische Abschlussrakete ließen sich die Kinder nicht nehmen und waren immer mit vollem Elan dabei.

Zum Jahresabschluss wurde für jede der zwei Gruppen eine getrennte Weihnachtsfeier durchgeführt. Leider war der Nikolaus in diesem Jahr verhindert und konnte nicht persönlich in die strahlenden Augen der Kinder sehen. Er hatte aber einen Sack mit vielen tollen Geschenken und einen lieben Brief vor Ort ablegen lassen. Aufmerksam lauschten die Kinder dem Brief der von Christiane vorgelesen wurde. Zum Abschluss wurde jedem Kind ein kleines Geschenk überreicht.

Zum Jahresabschluss wurde für jede der zwei Gruppen eine getrennte Weihnachtsfeier durchgeführt. Leider war der Nikolaus in diesem Jahr verhindert und konnte nicht persönlich in die strahlenden Augen der Kinder sehen. Er hatte aber einen Sack mit vielen tollen Geschenken und einen lieben Brief vor Ort ablegen lassen. Aufmerksam lauschten die Kinder dem Brief der von Christiane vorgelesen wurde. Zum Abschluss wurde jedem Kind ein kleines Geschenk überreicht.



Turnerinnen mit neuem Logo

Die Turnermädel wollten ein neues Logo für ihre T-Shirts haben. Nach monatelangem Suchen und Zeichnen erfolgte endlich die Abstimmung. Ein neues Logo war gefunden. Beim neu eröffneten Druckerladen, T-Shirt-Buddies, bestellten wir



T-Shirts zur Probe und los ging es. Innerhalb kürzester Zeit mussten die Anproben vollzogen sein. Auf der Weihnachtsfeier 2021 überraschte die Trainerin Christiane ihre Mädels dann mit den neuen T-Shirts. Voller Begeisterung wurden diese sofort angezogen.

Ein großes Dankeschön geht an den Sponsor Martin Pöppler. VIELEN DANK!



Mini-Meisterschaft des Rheinhe- ssischen Turnerbundes in Nierstein

Nach langer Corona-Pause fand nun endlich die langersehnte Mini-Meisterschaft, am Sonntag, den 13. März 2022 in der Rundsporthalle statt. Unter der Leitung der Trainerin Leistungsturnen, Christiane Horn, wurde diese ausgerichtet.

Neun Turnvereine waren mit Turnerinnen der Jahrgänge 2013-2017 gemeldet. Auch 16 Turnerinnen des TV Nierstein nahmen daran teil. Von den 16 Turnerinnen war eine Turnerin aus der Leistungsturngruppe und 15 Turnerinnen aus der Breitensportturngruppe. Die Eröffnung erfolgte mit den Begrüßungsworten der Gerätturnwartin Martina Weimar sowie dem 1. Vorsitzenden des TV Nierstein, Frank Zimmermann. Aus gesundheitlichen Gründen konnte der Stadtbürgermeister Jochen Schmitt nicht an der Eröffnung teilnehmen. Im Namen des Stadtbürgermeisters richtete Frank Zimmermann herzliche Grüße an alle Anwesenden aus und wünschte einen erfolgreichen Wettkampf .

Nun konnte der erste Durchgang der Mini-Meisterschaft beginnen. Die Turnerinnen zeigten an vier Geräten (Boden, Balken, Sprung und Reck) ihr turnerisches Können. Die Siegerehrung des ersten Durchgangs erfolgte durch den Verbandsbürgermeister Klaus Penzer, Frank Zimmermann und Christiane Horn. Die jeweils Erstplatzierten Turnerinnen erhielten zusätzlich zu Urkunde und Medaille noch einen Pokal aus den Händen von Klaus Penzer. Zusätzlich wurden alle Turnerinnen von Christiane Horn mit etwas Süßem belohnt.

Nach Begrüßung durch die Gerätturnwartin Martina Weimar konnte der zweite Durchgang beginnen. Die Siegerehrung des zweiten Durchgangs erfolgte durch Christiane Horn und ihren Helferinnen. Wie beim ersten Durchgang gab es für die jeweils erstplatzierten Turnerinnen einen Pokal sowie wurden für alle eine Urkunde, eine Medaille und etwas Süßes überreicht.

Die Turnerinnen des TV Nierstein Jahrgang 2013 erreichten folgende Plätze:

4. Platz: Emily Hammerschmidt mit 38.85 Punkten, Amelie Brucherseifer mit 34.30 Punkten den 13. Platz, dicht gefolgt von Nahla Eline Thomas mit 32.30 Punkten auf dem 14. und Marie Thomja Scharhag mit 32.25 Punkten auf dem 15. Platz.

Im Jahrgang 2014 belegte Luna McDaniel mit 31.00 Punkten den 8. Platz. Naima Josephine Kolloch mit 30.50 Punkten den 9. Platz, gefolgt von Allesia Pollok mit

29.40 Punkten auf dem 10. Platz, Lara Marie Wohn kam mit 26.70 Punkten auf dem 11. Platz und Sofia Dos Santos Veloso mit 26.55 Punkten auf dem 12. Platz.

Im Jahrgang 2015 erreichten die Turnerinnen folgende Plätze:

13. Platz: Giulia Grünewald mit 30.95 Punkten, 14. Platz: Ella Keßler mit 30.40 Punkten, 17. Platz: Tilda Marlen Eutebach mit 30.30 Punkten, 18. Platz: Lisa Wunderlich mit 29.400 Punkten, 19. Platz: Lea Antonia Middelberg mit 28.35 Punkten

Im Jahrgang 2016 belegte Leonie Novotny mit 32.25 Punkten den 13. Platz und Laura Dos Santos Veloso kam mit 30.10 Punkten auf den 17. Platz.

Ein besonderer Dank geht an alle Sponsoren, Spender und freiwilligen Helferinnen und Helfer – ohne diese wäre die Ausrichtung der Mini-Meisterschaft unmöglich gewesen. Auch die Familie der Trainerin Christiane Horn hat einen wesentlichen Beitrag geleistet.

Namentlich alle Sponsoren in alphabetischer Reihenfolge:

- Bäckerei Fuchs
- Bäckerei Lüning
- Bäckerei Reuther
- Blumenladen
- DM Nierstein
- Globus Bauschheim
- Kaufland Oppenheim
- Kreisverwaltung Mainz-Bingen
- Lindenapotheke
- Linzing & Dörr Nierstein
- Mathäs Oppenheim
- Stadt Nierstein
- Ulmenapotheke
- Verbandsbürgermeister Klaus Penzer
- Vitalis Apotheke
- Weingut Jung
- Weingut Kopp
- Weingut Raddeck
- Wintec





Der Verein - tvn-1901.de/verein

Mein Eindruck von der Mini-Meisterschaft im Gerätturnen

Nach zwei Jahren Corona-Pause war es endlich wieder soweit. Am Sonntag, den 13. März 2022 fand die diesjährige Mini-Meisterschaft im Gerätturnen des Rhein Hessischen Turnerbundes in der Rundsporthalle Nierstein statt. Bereits am Samstag wurden die gesamten Stationen durch das Team um Abteilungsleiterin Christiane Horn in der Rundsporthalle aufgebaut.



FRANK ZIMMERMANN

1. Vorsitzender

frank.zimmermann@tvn-1901.de

Sonntag 09:30 Uhr: In der Halle wimmelt es von kleinen Turnerinnen, die Zuschauereränge sind ebenfalls gut gefüllt. Ich treffe Übungsleiterin Nadine Horn, die bereits beim Einturnen mit den Niersteiner Turnerinnen ist, und frage nach Christiane, um von ihr letzte Anweisungen für die offizielle Eröffnung zu erhalten. „Die ist überall“, so die Antwort von Nadine. Und tatsächlich, nach ein paar Minuten sehe ich sie durch die Halle spurten. Ich bekomme letzte Infos, und schon ist sie wieder weg, um sich um weiteren Aufgaben zu widmen.

9:50 Uhr: Der Einmarsch der Turnerinnen beginnt. Ordentlich stellen sich danach die kleinen Mädels auf und werden durch Martina vom Rhein Hessischen Turnerbund und mir begrüßt. Kurz danach geht der Wettkampf auch schon los.

Ich begeben mich auf den Weg zur Tribüne. Leckerer Duft von Kaffee, Kuchen, Bockwurst und belegten Brötchen kommt mir entgegen. Ein riesiges Buffet wurde hier aufgebaut. Mit einem Stück Kuchen in der Hand geht es an einem Tombola-Stand vorbei. Über 500 Preise gibt es zu gewinnen. Selbstverständlich kaufe ich gleich auch noch ein paar Lose.

Von der Tribüne aus kann ich die tollen Darbietungen der jungen Turnerinnen (Jahrgänge 2014/2015) bewundern. Mit Spaß am Sport absolvieren die Teams, in Summe sind es acht Mannschaften mit fast 100 Teilnehmerinnen, die in zwei Gruppen aufgeteilt wurden, jede einzelne der vier Stationen. Nach zwei Stunden ist der erste Durchgang absolviert, und die Turnerinnen marschieren erneut zur Siegerehrung unter schwungvoller Musik ein.



Neben den Erstplatzierten gibt es aber keine Verlierer. Jede Teilnehmerin erhält eine Urkunde, eine sehr schöne Teilnehmer-Medaille sowie eine kleine süße Belohnung, die Christiane on top noch organisiert hat.

Kaum sind alle geehrt, beginnt auch schon das Einturnen und gleich danach der Wettkampf der zweiten Gruppe.

Jetzt verstehe ich, warum Christiane vor zwei Jahren so frustriert war, als damals die Mini-Meisterschaft aufgrund des Ausbruchs von Corona kurzfristig und ersatzlos ausfallen musste. Mit einem unglaublichen Engagement hat das Team einen super organisierten Tag in der Niersteiner Rundsporthalle auf die Beine gestellt. Chapeau!

mehrmehrmehr

Physiotherapie,
 Massage,
 Lymphdrainage,
 Yoga,
 Wirbelsäulengymnastik
 Pilates,
 Fit durchs Jahr

Sabine Braun & Team

Nierstein

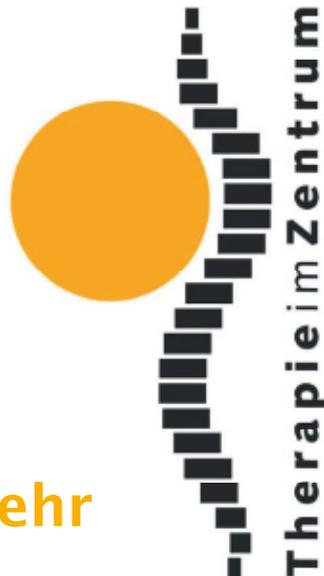
Wilhelmstr.2-4

Fon **06133/60193**

info@tiz-nierstein.de

mehrmehrmehr

wir beraten Sie gerne.....



👤 Futsal - tvn-1901.de/abteilung/futsal

Derby-Sieg zum Auftakt

Das erste Spiel unserer Futsal-Truppe in der Regionalliga Südwest führte gleich zum Derby nach Mainz-Bretzenheim. Nachdem die letzte Saison 2020/21 nach bereits zwei Spielen abgebrochen wurde, stand nun der Neustart in die Saison 2021/22 an.

Gleich im ersten Spiel musste unser Mannschaft zum Lokalrivalen nach Mainz. Die Bretzenheimer hatten schon zwei Spiele bestritten und waren etwas eingespielter, was sie aber nicht auf dem Spielfeld zeigen konnten. Im Gegenteil, die Niersteiner übernahmen gleich das Kommando und erspielten sich zahlreiche Torchancen. Leider fehlten die Tore. Im Laufe des Spiel kamen die Bretzenheimer besser auf und konnten sich auch Torchancen kreieren. So ging es hin und her. Eigentlich hatten alle mit einem Unentschieden zur Halbzeit gerechnet, doch zwei Minuten vor dem Seitenwechsel ging Nierstein durch Tomislav Galovic doch in Führung.

Nach dem Wiederanpfiff ging es dann aber ganz schnell. Marko Domazet und Djordje Krstic erhöhten innerhalb von zwei Minuten auf 3:0. Und somit war die



NORBERT SCHWEGER

2. Vorsitzender
norbert.schweger@tvn-1901.de





Vorentscheidung gefallen. Im Laufe des weiteren Spiels hatten wieder beide Seiten Möglichkeiten, Tore zu erzielen, wobei die größte auf Seiten der Niersteiner mit einem Pfostenschuss war. Letztendlich blieb es bei einem verdienten 3:0 Erfolg für Nierstein.

Nächste Woche geht es nach Trier, die man im letzten Spiel der vergangenen Saison noch mit 16:0 aus der Halle schoss. Mal schau was diesmal wird. Danach kommt es im ersten Heimspiel am 4. Dezember 2021 erneut zum Derby mit Mainz-Bretzenheim. Ob Zuschauer zugelassen werden, muss noch abgewartet werden.



Auch Zuhause sehr stark

Heimspiel gegen Mainz-Bretzenheim II am 4. Dezember 2021

Im ersten Heimspiel der neuen Saison stand direkt das Derby gegen Mainz-Bretzenheim an. Im Hinspiel vor 14 Tagen gab es ein 3:0 für Nierstein. Trotz der neuen Corona-Verordnung mit der 2G Plus-Regelung wurde das Spiel vom DFB angesetzt und ausgetragen. Ein paar Fans hatten, trotz Testpflicht oder Booster-Impfung, den Weg in die Rundsporthalle gefunden, und sahen ein teilweise hart umkämpftes Spiel.

Es gab von Anfang an Chancen auf beiden Seiten. Nach einem gut vorgetragenen Angriff der Gäste, die sich durch Spieler aus der ersten Mannschaft (Futsal Bundesliga) verstärkt hatten, konnte Gavran Pavao, der Tormann der Niersteiner, im letzten Augenblick den Ball noch an die Latte lenken. Im Gegenzug fiel dann durch



Admir Abazi das 1:0 für unsere Mannschaft. Da waren gerade mal fünf Minuten gespielt. In der Folge war Nierstein das bessere Team und baute seinen Vorsprung durch Esegovic 2:0, Domazet 3:0 aus.

Trotz des komfortablen Vorsprung kam Unruhe in die Aktionen unsrer Mannschaft, die auch Trainer Surlin erreichte. Nach einem Wortgefecht mit dem Schiedsrichter über

dessen Entscheidung sah er sogar die gelbe Karte. Auch die Fouls häuften sich und es drohte, acht Minuten vor der Pause, dass jedes weitere Foul einen Siebenmeter zur Folge haben könnte.

Doch irgendwie fingen die Niersteiner sich wieder





und erhöhten durch Galic auf 4:0 und erneut Domazet noch vor der Pause auf 5:0. Bretzenheim gab sich nie auf und schaffte noch vor der Pause den 1:5 Anschlussstreffer.

Nach der Pause verkürzte Bretzenheim sogar auf 5:2. Nierstein verlegte sein Spiel auf Konter, hatte aber immer wieder Pech im Abschluss. Sie trafen fünfmal nur den Pfosten oder die Latte. Erst das 6:2 durch Hrkovac erlöste die Mannschaft und die Fans. Letztendlich war der zweite Sieg im zweiten Spiel gegen Bretzenheim aber verdient.



Erfolg gegen VfR Friesenheim

Einen souveränen 8:5 Erfolg gegen den VfR Friesenheim konnte die Mannschaft um Ivan Gavran erzielen.



Bereits nach acht Sekunden schoss Krstic unsere Mannschaft mit 1:0 in Führung. Friesenheim glich aber nur eine Minute später aus. Es entwickelte sich ein offener Schlagabtausch. Nach der erneuten Führung durch Hrkovic setzte sich aber Friesenheim mit einem Doppelschlag mit 3:2 in Front. Condric glich in der 8.

Minute aus. Esegovic konnte die erneute Führung der Friesenheimer noch mal ausgleichen, aber der Gast konnte kurz vor der Pause mit 5:4 wieder in Führung gehen.

Nach der Pause das gleich Bild. Chancen auf beiden Seiten. Der Ausgleich fiel in der 23. Minute durch Domazet. In der 31. Minute dann die Vorentscheidung. Durch einen Doppelschlag von Esegovic und Domazet ging unsere Mannschaft dann mit 7:5 in Führung. Friesenheim setzte nun alles auf eine Karte und ersetzte den Torwart durch einen weiteren Feldspieler, aber Esegovic erzielte in der 36. Minute den 8:5 Endstand.



Geschafft. Der TVN Futsal hat erfolgreich die erste Saison absolviert

Die Futsal-Spieler des TV Nierstein haben es geschafft. Nach einem souveränem und überlegenem 15:5 Erfolg gegen den Post SV Trier steht die Mannschaft um Ivan Gavran punkt- und torgleich mit Futsal Nova Karlsruhe auf dem zweiten Platz. Dies aufgrund des verlorenen Spiel im direkten Vergleich mit Karlsruhe.



Am Anfang sah es gar nicht so gut aus. Das Spiel war doch etwas intensiver als zunächst angenommen. Der TVN konnte nur fünf gesunde Feldspieler ins Spiel schicken. Darunter auch Ivan, der diese Saison noch gar nicht gespielt hat. Doch nach nur sechs Minuten stand es bereits 3:0 für unser Team. Und so ging es auch



munter weiter. Zur Pause war klar: Das mit dem einen fehlenden Punkt ist heute kein Thema. 8:2 lagen die Niersteiner zu diesem Zeitpunkt in Front. Und so ging das muntere Toreschießen nach der Pause auch weiter. Jeder durfte sich in die Torschützenliste eintragen. Hrkovac traf insgesamt sechsmal,

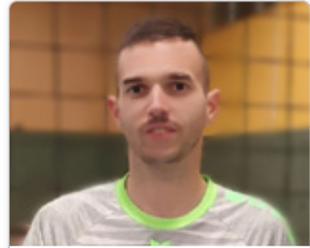
Esegovic und Condric je dreimal Raha und Gavran (Ivan) je einmal sowie ein Eigentor.

Nach dieser erfolgreichen Saison wäre der TVN für die Relegationsspiele zum Aufstieg in die Bundesliga qualifiziert gewesen, hat sich aber aufgrund von finanziellen und organisatorischen Gründen dagegen entschieden. Mit klaren Zielen werden die Futsalers dann in die neue Saison starten.

🏐 Volleyball - tvn-1901.de/abteilung/volleyball

Weihnachtsfeier der Volleyball-Damen

Am heutigen Freitag fand die Weihnachtsfeier der Jugend im vollen Gange statt. In der Pizzeria Salvo in Bodenheim wurde die Räumlichkeit so umgestellt, dass die Ladies Night ohne Störungen starten konnte. Elf Damen und vier Trainer:innen nahmen teil und feierten mit ausgelassener Stimmung.



RICCARDO PASETTO

Pressewart Volleyball
riccardo.pasetto@tvn-1901.de



Gerade die Jugend musste erneut in diesem Jahr in einigen Punkte zurückstecken. Aus diesem Grund war es dem Trainerteam ein Anliegen, dieses Event zu planen. Es wurde gut gegessen und getrunken und herrlich schön gelacht. Ein großer Dank geht an den Trainer Michael, der eine Runde Softtrinks spendierte, und von den Trainer:innen auch ein herzliches Dankeschön an die Mädels, die das Trainerteam mit Schokolade und einem kleinen Präsent überraschte.

Nachdem die Damen ihre Wünsche und Anregungen für das Training kund taten, wünschten wir allen schon einmal eine schöne Weihnachtszeit, hoffentlich ein weiter stattfindendes Training sowie allen ein gesundes Durchkommen ins nächste Jahr.

Vielen Dank für die bisher tolle Zeit!



Saisonstart der Volleyball-Herren

Im Volleyball starteten die Herren in die neue Saison 2021/2022.

Es ist eine besondere Saison. Nach langem Zittern und Bangen, ob das erstellte Hygienekonzept vom VvRh akzeptiert würde, trafen die Herren des TVN auf den TG Osthofen.

Aufgrund von Erkältungen/Verletzungen und dem daraus resultierenden Spielermangel war an diesem ersten Spiel seit 20 Monaten vieles neu. Geteilte Umkleekabinen, das Aussetzen des Seitenwechsels und das Masketragen der Nicht-Spieler:innen waren nur ein paar Neuheiten. Das Ausbleiben einiger Spieler sorgte aber für Veränderungen in der Positionsaufteilung innerhalb der Mannschaft – das man durchaus positiv sehen darf.

Im ersten Satz fand sich der TVN noch nicht richtig in das Spiel ein und sorgte für einen höheren Satzverlust. Die Herren kämpften sich im Folgesatz zurück und schafften es trotz weiterem Satzverlust durch ein knappes Ergebnis in die Verlängerung (der Satz eins bis vier gilt als gewonnen bei Erreichen von 25 Punkten mit mindestens zwei Punkten Vorsprung). Mit dem Ehrgeiz, immer stärker anzugeben und anzugreifen, gewann der TVN den dritten allgemeinen und seinen ersten Satz, wenn auch nur knapp. Jetzt galt es diese Energie zu halten und umzuwandeln. Im vierten Satz legten die Herren noch eine Schippe drauf, nachdem diese am Anfang mit den Angaben des Gegners zu kämpfen hatten. Umso erfreulicher und verdienter erfolgte der Satzschlag mit leichtem Vorsprung. Im tie-brake hielt der TVN stark dagegen, unterlag jedoch den starken Angaben der Osthofener.

Zwar bedeutet dies eine Niederlage, aber einen ersten Punkt für die Tabelle. Bei starken Gegenspieler sind hier viele positive Ergebnisse zu ziehen.

TVN : TGO

13 : 25
 26 : 28
 25 : 23
 25 : 21
 13 : 15



Unterstützung für das Volleyball-Trainerteam „Jugend“

Um den aktuell rund 20 Damen im Alter von 12 bis 19 Jahren mit unterschiedlichen Leistungsstufen ein qualifiziertes Training anbieten zu können, besteht das Trainerteam nun aus vier Mitgliedern.



Im August absolvierte der ehemalige Abteilungsleiter Volleyball Michael und der Pressewart Riccardo die Ausbildung zum Trainerassistenten und traten bereits ihr Amt zu den Herbstferien an.

Das Training findet

- dienstags in der alten Sporthalle des Gymnasiums zu St. Katharinen mit Clara und Fiona sowie
- freitags in der Rundsporthalle der Carl-Zuckmayer-Realschule Plus mit Michael und Riccardo statt.

Wir trainieren jeweils von 18:00 bis 19:30 Uhr. Auf unserer Seite könnt Ihr euch gerne bei einem Übungsleiter für das nächste Training anmelden.



PHYSIOTHERAPIE - Trainingstherapie

Ringstraße 79 - 55283 Nierstein

Tel.: 06133-50479

Physiotherapie

Heike & Ulrich Frinken GbR

- Krankengymnastik
- Krankengymnastik am Gerät
- Manuelle Therapie
- Manuelle Lymphdrainage
- Massagetherapie - Reflexzonenmassage
- Kiefergelenk- & Atlastherapie
- Sportphysiotherapie
- Hausbesuche

Zugelassen zu allen Kassen, Berufsgenossenschaften & Privat



Parkplätze im Hof

Dr. WOLFF[®]
Sports & Prevention

Rückentherapie-Center

Back-check[®]
by Dr. WOLFF

SRT- ZEPTORING[®]

Stochastisches Vibrationstraining

Radiale Stoßwellen-Therapie

Öffnungszeiten:

Mo.: 8:00 - 21:00 Uhr Di.: 8:00 - 19:00 Uhr

Mi.: 8:00 - 19:00 Uhr Do.: 8:00 - 21:00 Uhr

Fr.: 8:00 - 15:00 Uhr

Etwas Gebrauchtes, etwas Altes, etwas Neues ...

... gute Zutaten für einen neuen Abschnitt. Die Saison 2021/22 kann kommen!

Am 31. August 2021 fand die jährliche Mannschaftssitzung der Volleyballer statt.

Mit dem Lichtblick der baldigen Öffnung beider Übungshallen (Gymnasium zu St. Katharinen und Carl-Zuckmayer-Realschule Plus), wurde der Kader der neuen Saison abgefragt.

Nachdem das Hygienekonzept der Volleyballabteilung des TVN von dem VvRh akzeptiert wurde, finden nun von November 2021 bis einschließlich Mai 2022, sieben Spieltage in den Klassen Mixed sowie Herren statt.



Für Fragen rund um die Abteilung Volleyball, stehen euch wieder der ehemalige Pressewart Riccardo, der „alte“ stellvertretende Abteilungsleiter Tobias (Theo) und der neu gewählte Abteilungsleiter Marco zur Verfügung.

Das Training für Erwachsene und junge Erwachsene findet

- dienstags in der alten Sporthalle des Gymnasiums zu St. Katharinen und
- freitags in der Rundsporthalle der CarlZuckmayer Realschule Plus statt.

Wir trainieren jeweils von 19:30 bis 22:00 Uhr. Da wir in unserem Training kein Volleyball von Grund auf „lehren“, ist unsere Mannschaft nicht für Anfänger geeignet.

Die Volleyball-Jugend trotz den Wellen

Im Sommer 2021 begann die Jugend wieder mit bestehendem Hygienekonzept auf dem Rasen des Stadtparks Nierstein zu trainieren und zu spielen. Sie nutzten jeden Sonnenstrahl, um nach dem Lockdown light, Lockdown 2.0 und weiterhin gesperrten Hallen wieder ein Gefühl für die Sportart zu entwickeln.

Im Juli und August 2021 absolvierten Michael und Riccardo an vier Tagen den Lehrgang des Trainerassistenten (ehem. D-Trainer), bei Dirk Groß dem ehemaligen Bundesligatrainer des VC Wiesbaden und aktuellen Bundesligatrainer des VC Neuwied.



PC-Service-Lang

• PC Hard- und Software • Telekommunikation • Netzwerktechnik • Multimedia

- Ladengeschäft für Computer - Multimedia - Zubehör
- Verkauf, Installation u. Reparatur-Service
- Netzwerktechnik, Telekommunikation
- Virenbeseitigung und Datenrettung
- Mitglied der Electronic Partner GmbH
- Vertriebspartner für Vodafone
- Apple®-Produkte und Zubehör
- Finanzierungen
- u.v.m.



E-Mail: info@pc-lang.de
 Internet: www.pc-lang.de

Ladengeschäft Telefon: 06133 - 571051
 Marktplatz 8 Telefax: 06133 - 924213
 55283 Nierstein Mobil: 0173 - 5700794



Autorisierter Händler

Im September kam dann schon der erste Einsatz. Als Freitagsteam unterstützen die beiden das Dienstagsteam um Clara und Laura.

Mit einem in sich aufbauenden Konzept, Warm-up Games, Teamgeist und viel Fleiß der Mädels (Kondition und Technik), blicken wir voller Stolz auf die erreichten Ziele zurück und freuen uns auf neue Herausforderungen. Es gilt das Erlernete zu festigen und bei ausreichender Sicherheit in der Technik, uns für Freundschaftsspiele und in absehbarer Zeit dem Rundenbetrieb anzubieten.

Volleyball ist ein Mannschaftssport, weswegen das Miteinander stimmen muss. Daher haben wir uns besonders gefreut, dass trotz Inkrafttreten neuer Testregeln im Dezember viele Mädels mit uns bei der Weihnachtsfeier waren, die uns allen mit Speis und Trank in der Pizzeria Salvo in Bodenheim sehr gefallen hat. Das gesamte Trainerteam bedankt sich noch einmal bei allen Mädels für die Schokolade und den Volleyball-Schlüsselanhänger. Einen besseren Wink mit dem Zaunpfahl (kommt pünktlich und bringt den Hallenschlüssel mit) hätte es kaum geben können. Mit dem Fallen weiterer Maßnahmen in der sechsten Welle freuen wir uns auf eine großartige Trainingsbeteiligung mit teilweise 20 Volleyballerinnen. Nun arbeiten wir daran, alle Grundtechniken auszureifen und feste Positionen zu bilden. Neue Spielerinnen ab 14 Jahren mit Volleyballerfahrung sind weiterhin herzlich willkommen.



Der Verein - tvn-1901.de/verein

Wochenende der Vereine

Am 16. und 17. Juli 2022 ist es soweit. Nach einem erfolgreichen gemeinsamen Event des TVN und VfR Nierstein im letzten Jahr entstand die Idee, zusammen mit der Stadt Nierstein ein noch größeres Event für dieses Jahr anzugehen.

Seitens der Stadt Nierstein wurden zu Beginn des Jahres alle Vereine aus Nierstein und Schwabsburg angeschrieben, um sich an einem gemeinsamen Wochenende der Vereine zu beteiligen. Als Termin wurde das letzte Wochenende vor den Sommerferien ausgesucht, um eine möglichst hohe Beteiligung der Vereine, aber auch für Besucher:innen zu ermöglichen.

Mittlerweile hat sich eine Arbeitsgruppe etabliert, die bereits die Grundzüge des Programms festgelegt hat. Demnach wird am Samstag, 16. Juli ein aktiver Tag auf dem Sportplatz stattfinden. Geplant sind derzeit Aktivitäten seitens des VfR, TVN und Tennisclub Nierstein sowie Lyfes aus Nackenheim. Neben Ballsport-Aktivitäten des VfR wird es eine Wiederholung des sehr erfolgreichen TVN Beachvolleyball-Turniers des letzten Jahres geben, zusätzlich sind Übungsfelder für Tennis und Badminton sowie eine Vorführung seitens der Abteilung Karate geplant. Lyfes aus Nackenheim wird wieder professionell eine Kinder-Olympiade organisieren. Weitere Programmpunkte sind in der Planung.

Am Sonntag, den 17. Juli werden dann alle beteiligten Vereine sich im Niersteiner Stadtpark in unterschiedlicher Weise an ihren Ständen präsentieren. Begleitet wird dies durch ein ganztägiges Programm auf der Bühne. Ökumenischer Gottesdienst, musikalische Unterhaltung durch verschiedene Gruppen, Entertainment für Kinder und weitere Vorführungen, beispielsweise durch Tanzgruppen sind geplant. Speisen und Getränke werden ebenfalls im Park angeboten.

In der Planung ist derzeit ein weiteres sportliches Event – ein Lauf durch den Roten Hang mit Zieleinlauf im Stadtpark. Dies ist aufgrund der aufwendigen Planung noch nicht 100% gesichert. Alles in allem kann man sich sicherlich auf eine weitere tolle Veranstaltung in Nierstein 2022 freuen.



FRANK ZIMMERMANN

1. Vorsitzender

frank.zimmermann@tvn-1901.de

500. Artikel auf der TVN-Webseite

Im Juni 2019 wurde der 300. Artikel seit Erstellung der neuen Webseite im Jahr 2016 eingestellt. Dies entsprach seinerzeit einem Schnitt von ca. 100 Artikeln pro Jahr. Diesen Schnitt konnten wir nicht ganz halten. Dennoch haben wir trotz Corona-Lockdown nun im März 2022 den 500. Artikel auf unsere Webseite gebracht. Die Bandbreite der Informationen reicht von Interviews, über allgemeine Berichte der Aktivitäten des Vereins bis hin zu Nachrichten aus den einzelnen Übungsgruppen.

An dieser Stelle möchte ich aber auch erwähnen, dass es nicht nur um die Berichte auf der Webseite geht. Viele administrative Verbesserungen wurden durch Pascal Lattreuter eingespielt. Dazu gehören u.a. überarbeitete Formulare die direkt von der Webseite abgerufen werden können. Auch wurden und werden kontinuierliche Änderungen durch die Webmaster (Pascal, Norbert, Jakob und Frank) durchgeführt. Dazu gehören beispielsweise Änderungen von Trainingszeiten und Orten. Solche Änderungen erfordern aber die Zuarbeit jeder und jeden Einzelnen. Sollte also jemand einen Fehler entdecken oder eine Änderung benötigen, dann richtet dies bitte zentral an webmaster@tvn-1901.de.

Aktuell haben wir eine erweiterte TVN-Redaktion ins Leben gerufen, um neue Ideen für die Webseite und den TVN-Report zu sammeln, aber auch lange geplante Medien (z.B. Instagram, Facebook, Tiktok) zu erschließen. Dem Team gehören aktuell Laura Lazzarotti-Ultes, Arnold Knappek, Jakob Bieker und Frank Zimmermann an. Gerne nehmen wir weitere Redakteure auf, die Lust haben, an unseren Zielen mitzuarbeiten. Schließlich wollen wir das Interesse an unserem Verein nicht nur hoch halten, sondern zielen darauf ab, es noch weiter auszubauen. Bei Interesse bitte einfach eine der genannten Personen kontaktieren.

Nachruf Peter Kempener

In dankbarer Erinnerung und stiller Trauer nehmen wir Abschied von unserem guten Freund, langjährigen Wegbegleiter und Ehrenvorsitzenden

Peter Kempener

der am 24. Februar 2022 im Alter von 77 Jahren verstorben ist.
Wir sind ihm über seinen Tod hinaus zu großem Dank verpflichtet
und werden ihm stets ein ehrendes Andenken bewahren.

Turnverein Nierstein 1901 e.V. · Nierstein, im März 2022

BEITRÄGE Stand: 24.01.2017 und Zusatzbeiträge



In den folgenden Tabellen können Sie alle aktuellen Beiträge des Turnverein Nierstein 1901 e.V. einsehen.

Grundbeiträge

Einzug der vergangenen, vollständigen Monate (max. 6) am Ende Q1 und Q3 – also gegen 15. März und 15. September.

Code	Bezeichnung	Beitrag	Betroffene
01	GB-VOLL	7,00 €	Volljährige Einzelmitglieder
02	GB-ERM	5,00 €	Jugendliche Einzelmitglieder, Schüler und Studierende, Wehr- und Ersatzdienstleistende, Soziale Härtefälle auf Antrag
03	GB-FAM	12,00 €	Familienbeitrag für den Kontoinhaber
04	GB-FAM-MIT	0,00 €	Familienbeitrag für alle anderen zugehörigen Familienmitglieder
05	GB-OHNE	0,00 €	Beitragsfrei aus besonderen Gründen

Zusatzbeiträge

Einzug der vergangenen, vollständigen Monate (max. 6) am Ende Q2 und Q4 – also gegen 15. Juni und 15. Dezember.

Code	Bezeichnung	Beitrag	Betroffene
20	ZB-HABA-ERW	5,00 €	Volljährige Handballer
21	ZB-HABA-JGD	3,00 €	Jugendliche Handballer
22	ZB-HABA-JGD-ERM	1,50 €	2. jugendliche Handballer innerhalb eines Familienbeitrages
23	ZB-HABA-JGD-MIT	0,00 €	3. jugendliche Handballer innerhalb eines Familienbeitrages
30	ZB-TANZ-ERW	5,00 €	Volljährige Tänzer / bei Zumba® fällig je Kurs
31	ZB-TANZ-JGD	3,00 €	Jugendliche Tänzer / bei Zumba® fällig je Kurs
32	ZB-TANZ-JGD-ERM	1,50 €	2. jugendlicher Tänzer innerhalb eines Familienbeitrages
33	ZB-TANZ-JGD-MIT	0,00 €	3. jugendlicher Tänzer innerhalb eines Familienbeitrages

Übungsgruppen des TV Nierstein

Bitte informiert euch über den aktuellen Stand auf der Webseite des TV Nierstein www.tvn-1901.de oder direkt beim zuständigen Abteilungs- oder Übungsleiter.

Tag	Zeit	Angebot	Abteilung	Halle/Ort
Montag				
Mo	18:00 – 19:00	Zumba® Fitness	Zumba®	HdG
Mo	18:00 – 20:00	Minigolf (Ostern bis Oktober)	Minigolf	MGP
Mo	19:00 – 20:00	Ladies Latin Dance	Tanzen	HdG
Mo	19:00 – 20:00	Sport für Senioren	Gymnastik	GSN-TH
Mo	20:00 – 21:20	Aerobic und Bauch-Beine-Po	Fitness	GSN-TH
Dienstag				
Di	07:00 – 08:30	Shorin-Ryu-Karate	Karate	HdG
Di	09:30 – 10:30	Wirbelsäulengymnastik	Gymnastik	HdG
Di	16:00 – 17:30	E2-Jugend 21/22	Handball	RSN
Di	16:00 – 17:30	E1-Jugend 21/22	Handball	RSN
Di	17:00 – 19:00	Pétanque (Outdoor, Sommerzeit)	Pétanque	Fahnenmast
Di	17:30 – 19:00	Vinyasa-Kramayoga	Yoga	HdG
Di	17:30 – 18:30	Laufftreff	Leichtathletik	
Di	17:45 – 19:15	C2-Jugend 21/22	Handball	RSN
Di	17:45 – 19:15	C1-Jugend 21/22	Handball	RSN
Di	18:00 – 19:30	Volleyball (weibliche Jugend)	Volleyball	GymO-alt
Di	18:30 – 19:15	Rückenfit Männer	Gymnastik	HdG
Di	19:15 – 20:15	Wirbelsäulengymnastik (ausgeb.)	Gymnastik	GSN-Gym
Di	19:30 – 22:00	Volleyball (Mixed Erwachsene)	Volleyball	GymO-alt
Di	19:30 – 21:00	2. Herren 21/22	Handball	RSN
Di	19:45 – 20:45	Zumba® Fitness	Zumba®	BHS
Di	20:00 – 22:00	1. Herren 21/22	Handball	RSN
Mittwoch				
Mi	10:00 – 11:00	Zumba® Fitness (ausgebucht)	Zumba®	HdG
Mi	16:00 – 17:00	Klein-Kinder-Turnen (1½-3 Jahre)	Turnen	RSN
Mi	16:30 – 17:30	Minis 21/22	Handball	RSN
Mi	17:00 – 18:00	»Soley« (ab 5 Jahren)	Tanzen	GSN-TH
Mi	17:00 – 18:00	Klein-Kinder-Turnen (1½-3 Jahre)	Turnen	RSN

Mi	17:30 – 19:00	D-Jugend 21/22	Handball	RSN
Mi	17:45 – 19:15	C2-Jugend 21/22	Handball	RSN
Mi	18:00 – 19:00	»Magic Phoenix« (ab 11 Jahre)	Tanzen	GSN-TH
Mi	18:00 – 19:30	C1-Jugend 21/22	Handball	RSN
Mi	19:00 – 20:15	Funktionelle Gymnastik: Spaß und Ausdauer	Gymnastik	GSN-TH
Mi	19:15 – 20:15	Funktionsgymnastik nach Pilates (ausgebucht)	Gymnastik	HdG
Mi	19:30 – 21:00	Futsal	Futsal	RSN
Mi	20:20 – 21:20	Yoga	Yoga	HdG

Donnerstag

Do	10:00 – 11:00	Gesundheits-Sport 60+	Gymnastik	HdG
Do	11:00 – 12:00	Gesundheits-Sport 60+	Gymnastik	HdG
Do	16:00 – 17:00	Eltern-Kind-Turnen (3-5 Jahre)	Turnen	RSN
Do	16:00 – 17:00	Turnen ohne Eltern (4-6 Jahre)	Turnen	GSN-TH
Do	16:00 – 17:00	Ballschule 21/22	Handball	RSN
Do	16:45 – 18:15	»Aventura« (ab 8 Jahre)	Tanzen	HdG
Do	17:00 – 18:00	Turnen ohne Eltern (4-6 Jahre)	Turnen	GSN-TH
Do	17:00 – 18:00	Eltern-Kind-Turnen (3-5 Jahre)	Turnen	RSN
Do	17:00 – 18:00	D-Jugend 21/22	Handball	RSN
Do	18:00 – 19:00	HulaHoop Fitness	Fitness	GSN-Hof
Do	18:00 – 19:30	B2-Jugend 21/22	Handball	RSN
Do	18:00 – 19:30	B1-Jugend 21/22	Handball	RSN
Do	19:00 – 20:30	Pétanque (Indoor, Winterzeit)	Pétanque	
Do	19:00 – 21:30	Shotokan-Karate	Karate	RSN
Do	19:00 – 21:30	Kobudo – Kampfkunst mit Bauernwaffen	Kobudo	RSN Empore
Do	19:15 – 20:00	Yin Yoga	Yoga	HdG
Do	19:30 – 21:15	2. Herren 21/22	Handball	RSN
Do	20:00 – 22:00	3. Herren 21/22	Handball	IGS-alt
Do	20:00 – 22:00	1. Herren 21/22	Handball	RSN
Do	20:00 – 21:00	Zumba® Fitness	Zumba®	HdG

Freitag

Fr	08:30 – 09:45	Ashtanga Yoga	Yoga	HdG
Fr	10:00 – 11:00	Zumba® Fitness	Zumba®	HdG

Fr	11:00 – 12:00	Ladies Latin Dance	Tanzen	HdG
Fr	15:00 – 18:00	»Magic Phoenix« (ab 11 Jahre)	Tanzen	GSN-TH
Fr	15:00 – 17:00	Leistungsturnen (6-10 Jahre)	Turnen	RSN
Fr	15:00 – 16:00	Breitensportturnen (Anfänger) 6-10 Jahre (ausgebucht)	Turnen	RSN
Fr	16:00 – 17:00	Breitensportturnen (Fortgeschrittene) 6-10 Jahre (ausgebucht)	Turnen	RSN
Fr	17:00 – 18:15	Ashtanga Yoga	Yoga	HdG
Fr	17:00 – 19:00	Leistungsturnen (ab 11 Jahre)	Turnen	RSN
Fr	18:00 – 19:30	Volleyball (weibliche Jugend)	Volleyball	RSN
Fr	18:30 – 19:30	STRONG by ZUMBA™	Zumba®	HdG
Fr	19:00 – 20:30	Parkour	Parkour	RSN
Fr	19:30 – 21:30	»Magic Eyes« (ab 18 Jahre)	Tanzen	HdG
Fr	19:30 – 23:00	Volleyball (Mixed Erwachsene)	Volleyball	RSN
Fr	20:00 – 22:00	Futsal	Futsal	IGS-neu

Samstag

Sa	13:00 – 14:00	Teenie Latin Dance	Tanzen	HdG
----	---------------	--------------------	--------	-----

Sonntag

So	10:00 – 12:00	Badminton	Badminton	RSN
So	10:00 – 11:30	Kobudo – Kampfkunst-Training	Kobudo	GSN-TH
So	11:30 – 12:30	Shotokan-Karate	Karate	GSN-TH
So	13:00 – 19:30	Tanzkurse (Paartanz)	Tanzen	BHS

Genutzte Sportstätten

GSN-TH	Turnhalle der Grundschule Nierstein
GSN-Gym	Gymnastikhalle der Grundschule Nierstein
GymO-alt	Alte Sporthalle Gymnasium Oppenheim
HdG	Haus der Gemeinde Nierstein
IGS-alt	alte Sporthalle der Integrierten Gesamtschule Oppenheim
IGS-neu	neue Sporthalle der Integrierten Gesamtschule Oppenheim
RSN	Rundsporthalle der Realschule Nierstein
MGP	Minigolfplatz
BHS	Bürgerhaus Schwabsburg

Abteilungsleiter des TV Nierstein

Badminton	Norbert Schweger	norbert.schweger@tvn-1901.de
Fitness	Petra Hessinger	petra.hessinger@tvn-1901.de
Futsal	Ivan Gavran	ivan.gavran@tvn-1901.de
Gymnastik	Petra Hessinger	petra.hessinger@tvn-1901.de
Handball	Pascal Lattreuter	pascal.lattreuter@tvn-1901.de
Karate	Klaus Hummel	klaus.hummel@tvn-1901.de
Kobudo	Klaus Hummel	klaus.hummel@tvn-1901.de
Minigolf	Kai Theobald	kai.theobald@tvn-1901.de
Pétanque	Hans Lesser	hans.lessers@freenet.de
Tanzen	Nicole Keßler	nicole.kessler@tvn-1901.de
Turnen	Christiane Horn	christiane.horn@tvn-1901.de
Volleyball	Marco Fellner	marco.fellner@tvn-1901.de
Wandern	Heiderose Stumm	heiderose.stumm@tvn-1901.de
Yoga	Sigrid Peter	sigrid.peter@tvn-1901.de
Zumba®	Laura Lazzarotti-Ultes	laura.lazzarotti-ultes@tvn-1901.de

Vorstand des TV Nierstein

1. Vorsitzender	Frank Zimmermann	frank.zimmermann@tvn-1901.de
2. Vorsitzender	Norbert Schweger	norbert.schweger@tvn-1901.de
3. Vorsitzender	Arnold Knappek	arnold.knappek@tvn-1901.de
Kassenführung	Heiderose Stumm	heiderose.stumm@tvn-1901.de
Schriftführung	Horst Stumm	horst.stumm@tvn-1901.de

Aufgabenbezogene Ansprechpartner

Ältestenrat	Uwe Arenz	uwe.arenz@tvn-1901.de
	Wolfram Birke	wolfram.birke@tvn-1901.de
Mitgliederverwaltung	Walter Kempf	walter.kempf@tvn-1901.de
Hallenplanung	Christiane Horn	christiane.horn@tvn-1901.de

TV Nierstein im Internet

tvn-1901.de

handball-nierstein.de

facebook.com/tvnierstein

instagram.com/tvnierstein

facebook.com/handball.nierstein

instagram.com/magiceyes.tvn/

Offizielle Hauptseite des TVN

Abteilung Handball

Turnverein auf Facebook

Turnverein auf Instagram

Abteilung Handball auf Facebook

Magic Eyes auf Instagram

Werbekosten im TVN-Report

Sie möchten den Turnverein Nierstein unterstützen und im TVN-Report werben?
Gerne! Sprechen Sie den Vorstand an!

Anzeigen im TVN-Report (Kosten pro Kalenderjahr)

- Umschlag-Rückseite 250,00 €
- Umschlag-Innenseite 150,00 €
- Heft-Mittelseite 125,00 €
- Halbseite in Text 75,00 €

Impressum

TVN-Report Heft 101 • Frühjahr 2022 • 64 Seiten • DIN A5

Herausgeber Turnverein 1901 e.V. Nierstein am Rhein

Anschrift Pestalozziplatz 5, 55283 Nierstein

Postfach 1114, 55279 Nierstein

Bankverbindung

Volksbank Alzey-Worms eG

IBAN DE66 5509 1200 0050 3661 03

BIC GENODE61AZY

Telefon

0 61 33 / 5 03 81

E-Mail

vorstand@tvn-1901.de

Internet

www.tvn-1901.de

Redaktion

Pascal und Michael Lattreuter

Veröffentlichung

3 Ausgaben und ein Sonderdruck (Handball-Termine)

Gestaltung & Druck

LATTREUTER GmbH, Fäulingstraße 44, 55283 Nierstein

www.lattreuter.de



VITALIS
NIERSTEIN

VITALIS APOTHEKE

Ringstr. 6 55283 Nierstein



Jetzt bequem
Medikamente
rund um die Uhr
online vorbestellen!

<https://www.vitalis-apotheke.info> 



EINFACH & SCHNELL,
AUCH PER REZEPT!



 PAYBACK

BEI JEDEM EINKAUF PUNKTEN!
(nicht für rezeptpflichtige Medikamente)



 Erhältlich im
App Store

 JETZT BEI
Google Play

Linda
Apotheken

