



Besuchen Sie unsere Homepage

www.tvn-1901.de



**Neue Gruppe »Spätlese«
bei den Judokas**

AB SEITE 7



**TV Nierstein auf der
Gaumeisterschaft**

AB SEITE 13



**TV Nierstein sammelt
1.200 Euro**

AB SEITE 16



**Karate/Kobudo in
der Öffentlichkeit**

AB SEITE 20



Volksbank Alzey-Worms eG
mit Niederlassung VR-Bank Mainz



**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

Ausführliche produktspezifische Informationen und Hinweise zu Chancen und Risiken der Fonds entnehmen Sie bitte den aktuellen Verkaufsprospekten, den Anlagebedingungen, den wesentlichen Anlegerinformationen sowie den Jahres- und Halbjahresberichten, die Sie kostenlos in deutscher Sprache bei Ihrer Volksbank Alzey-Worms eG oder direkt beim Kundenservice der Union Investment Service Bank AG, Weißfrauenstraße 7, 60311 Frankfurt am Main, unter www.union-investment.de oder telefonisch unter 069 58998-6060 erhalten. Bitte beachten Sie, dass die Wertentwicklung eines Fonds in der Vergangenheit keine Garantie für die Wertentwicklung in der Zukunft gibt. Zukünftige Ergebnisse können sowohl niedriger als auch höher ausfallen. Stand: 17. Mai 2016.



TOBIAS BIEKER

1. Vorsitzender
tobias.bieker@tvn-1901.de

Der Verein - tvn-1901.de/verein

Editorial

Liebe Mitglieder,
liebe Kolleginnen und Kollegen aus den Sparten,

2016 neigt sich seinem Ende zu, der TV Nierstein war dank Ihnen und Euch wieder positiv in aller Munde und sportlich erfolgreich unterwegs! Danke dafür!

Grundschulkooperation, Homepage, die neue Mitgliederverwaltung, die Professionalisierung einiger Arbeitsbereiche im TV durch die tolle ehrenamtliche Unterstützung einiger freiwilliger Mitglieder ... das sind die Themen, die die Richtung unseres Vereines auch im bald vergangenen Jahr eindrucksvoll unter Beweis stellen: es geht immer weiter aufwärts!

In den letzten Wochen des Jahres werden wir auch erste Gespräche mit der Stadt Nierstein aufnehmen, um die Möglichkeiten einer Kooperation im Rhein-Selz-Park auszuloten. Die Zuschüsse sind bereits an die Stadt geflossen, es kann jetzt also wirklich losgehen mit der neuen Halle ... ein Meilenstein für alle Sportvereine unserer Stadt, aber besonders für den TV Nierstein. Hier liegt nun immens viel Arbeit vor uns, auf die sich der Vorstand allerdings sehr freut.

2017 wird sicher wieder ein richtig gutes Jahr für den TV Nierstein ... vielleicht sogar eines der wichtigsten ... Daumen drücken!

Nun wünschen wir Ihnen und Euch allen ein gesegnetes Weihnachtsfest und einen tollen, unfallfreien Rutsch ins neue Jahr und freuen uns gemeinsam mit Ihnen und Euch auf weitere Herausforderungen und sportliche Erfolge im TV Nierstein!

Ihr/Euer Vorstandsteam

Tobias Bieker – Arnold Knappek – Christiane Horn – Heiderose Stumm – Horst Stumm



Wandern - tvn-1901.de/sparte/wandern

Aktivitäten der Wandergruppe

Im IV. Quartal war unsere Wandergruppe wieder auf drei wunderschönen Touren unterwegs.

Am 3. Oktober starteten wir zur Vitaltour »Wald, Wein und Horizonte« im Guldental mit verwunschenen Wegen, Weinbergen und prächtigen Panoramen auf gut 17 Kilometern.



HEIDEROSE STUMM

Übungsleiterin Wandern
heiderose.stumm@tvn-1901.de



Start am Langenlonsheimer Forsthaus



Sind wir noch auf dem richtigen Weg?



Der Wanderführer erklärt die keltischen Hünengräber



Wohlverdiente Rast nach schweißtreibendem Anstieg

Am 9. Oktober nahmen wir an der Zwiebelkuchenwanderung in der VG Bodenheim teil. Die gut ausgeschilderte Wanderstrecke ist rund 20 km lang und führt durch die alten Ortskerne von Bodenheim, Gau-Bischofsheim, Harxheim, Lörzweiler, Nackenheim und die umliegenden idyllischen Weinberge.



Rast in Harxheim

Am 1. November ging es bei strahlendem Herbstwetter auf den ca. 13 km langen Kneipp-Kleeblatt-Wanderweg im Dannenfelser Land.



Rast am Angelsee der Dannenfelser Mühle



RALF ALSFELD

Übungsleiter Judo
ralf.alsfeld@tvn-1901.de

✎ Judo - tvn-1901.de/sparte/judo

Neue Gruppe »Spätlese« bei den Judokas

Die Judoabteilung des TV Nierstein hat etwa knapp 60 Mitglieder, von denen erfreulicherweise die meisten auch regelmäßig am Trainingsbetrieb teilnehmen. Bis auf die beiden Trainer Thomas Werling und Ralf Alsfeld bestand die Gruppe bisher



Die Niersteiner Judo-Abteilung freut sich über den Zuwachs an engagierten Erwachsenen

ausschließlich aus Kindern und Jugendlichen. In vielen Gesprächen und bei Treffen mit deren Eltern zeigte sich, dass nicht wenige der Erwachsenen vor langer, langer Zeit selbst einmal Judo betrieben haben und beim Anblick ihrer Kids auf der Matte immer noch »feuchte Hände« bekommen. Sich jedoch wieder einen Judoanzug überzuwerfen, ist nicht so einfach: Einige haben auf den Hüften Reserven für schlechte Zeiten angelegt, andere plagen sich mit kleinen oder größeren Wehwechen oder fühlen sich einfach nicht fit genug.

Genau für diese Menschen wollten die beiden Niersteiner Trainer Mitte des Jahres eine Judogruppe »Spätlese« aufbauen und haben so in einem Rundschreiben alle Eltern zu einem Probetraining eingeladen: Tatsächlich gaben sich einige Eltern einen Ruck und betraten die Judomatte als »blutige Anfänger« oder als ehemalige



Die Erwachsenen erfahren Judo mit seiner Vielfalt

im etwas zu eng gewordenen Judoanzug. Inzwischen ist eine bunt gemischte Gruppe von sechs Männern und sechs Frauen zustande gekommen – vom Weißgurt bis zum 2. Dan. Auch bei der Spätlese-Gruppe bewährt sich die erfolgreiche Kooperation der beiden Judoabteilungen aus Nackenheim und Nierstein: Drei der TeilnehmerInnen kommen aus dem Nachbarort, wobei der Nackenheimer Trainer Michael Ludewig nicht nur mittrainiert, sondern auch die Arbeit als Trainer unterstützt.

In der Gruppe geht es nun nicht um Wettkampf, Kräfteressen und Leistung – statt hartes Kämpfen/Randori (Übungskämpfe) wird locker im Boden gerollt, statt harte Würfe werden schonende Techniken beim Werfen und Fallen geübt. Die Teilnehmer dürfen hierbei frei trainieren, Judodemonstrationen (Katas) üben und/oder sich gezielt auf Gürtelprüfungen vorbereiten. Mitmachen dürfen alle Erwachsene, egal ob Anfänger oder Ex-Judoka. Und: Es werden immer noch weitere Mitstreiter gesucht. Das Spätlese-Team trifft sich immer freitags ab 20 Uhr in der Niersteiner Rundsporthalle.



Das spielerische Kämpfen kommt auch in der Spätlese-Gruppe nicht zu kurz

Bewegt älter werden mit Judo

In einer eintägigen Judo-Fortbildungsveranstaltung Mitte Oktober trat der Diplom-Sportlehrer/Diplom-Pädagoge Ulrich Klocke (7. Dan) vor knapp 30 TeilnehmerInnen den Beweis an, dass Judo auch ein »Lifetime-Sport« sein kann, also dass Menschen diesen Sport ihr Leben lang ausüben können. Wie das gehen kann und was dabei zu berücksichtigen ist, war Thema dieser Fortbildung, an der Ralf Alsfeld für die Niersteiner Spätlese-Gruppe teilgenommen hat.



Das TeilnehmerInnen des Lehrgangs »Bewegt älter werden«, zweiter von links Kursleiter Ulrich Klocke und dritter von links Ralf Alsfeld

Bei dem Begriff »Judo« denken viele zuerst an spektakuläre Würfe, bei denen Angreifer ihre Gegner erfolgreich auf die Matte werfen. Weniger bekannt ist die Tatsache, dass zum Funktionieren der Technik der Fallende (Uke) genauso wichtig wie der Werfende ist. Dies gilt besonders für ältere Menschen. So widmete sich der erfahrene Bundestrainer zu Beginn der Schulung dem Themenkomplex »Fallen bei Älteren« und zeigte, wie Techniken möglichst bodennah und ohne heftigen Aufprall durchgeführt werden können. Danach folgten Übungen, die ermöglichen, ohne großen Krafteinsatz durch Körperdrehungen und gleichzeitigem Gleichgewichtbrechen den Partner zu Fall zu bringen. Bei der Bodenarbeit demonstrierte Klocke, wie ohne großen Krafteinsatz Trainingspartner gedreht und kontrolliert werden können, indem man gezielt die Arme und Beine als Stütze blockiert oder wegnimmt.

Es war ein äußerst interessanter Lehrgang, der Judo auch einmal von einer ganz anderen Seite – weg von Leistung und Druck – zeigt und viele Anregungen für das Niersteiner Training offenbart.



Es gab auch viel Raum für den Erfahrungsaustausch der TrainerInnen

Lernuleum
Institut für Lernhilfe

seit 13 Jahren

Lerntherapie plus Nachhilfe

- kostenlose Beratung
- kurze Vertragslaufzeiten
- qualifizierte Lehrkräfte mit akademischer Ausbildung

Lerntherapie

- Lese-Rechtschreibschwäche, Legasthenie
- Rechenschwäche, Dyskalkulie
- Aufmerksamkeitsstörung, ADS/ADHS

Nachhilfe

- individueller Einzelunterricht
- alle Fächer
- alle Schulformen
- Abiturvorbereitung

Institutsleitung: Heike Licht-Weber

Givry-Allee 24, 55276 Oppenheim, Tel. (06133) 926668

www.Lernuleum.de, LRS-Dyskalkulie@web.de

Erfolgreiche Gürtelprüfungen

Elf unserer Judoka haben am Freitag vor den Herbstferien in der Niersteiner Rundsporthalle ihre Prüfung zum nächsthöheren Judograd abgelegt: Den weißgelben Gürtel (8. Kyu) dürfen sofort Linus Bußmann, Joshua Gifford, Jan Flörke, Moritz Ast, Maja Lamacz, Leonard Bitz, Hussien Nasif und Mustafa Nasif, den gelben Gürtel (7. Kyu) Paul Ast, den



Es wird bunter auf der Niersteiner Judomatte

gelb-orangen (6. Kyu) Sabrina Engmann und Tammo Bastisch und den orangenen Gürtel (5. Kyu) Laura Heinrich tragen. Prüfer war der Nackenheimer Trainer Michael Ludwig, der mit den gezeigten Leistungen aller Prüflinge sehr zufrieden war.

Getränkemarkt Knoll



**Rheinstraße 20
55283 Nierstein
Tel. 0 61 33 / 6 00 99**

**Öffnungszeiten:
Mo, Di, Do, Fr 8.00-18.00 Uhr
Mi und Sa 8.00-13.00 Uhr**

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 / 97 12 13
hd.kessel@heiz-kessel.de



Bäckerei-Konditorei

WILHELM DIETZ

55283 Nierstein Langgasse 15 Telefon 0 61 33 / 52 17	55283 Schwabsburg Hauptstraße 57 Telefon 0 61 33 / 92 74 80	55276 Dienheim Berliner Straße 2 Telefon 0 61 33 / 25 98
--	---	--

www.baecerei-dietz.de · willidietz@hotmail.com



CHRISTIANE HORN

Spartenleiterin Turnen
christiane.horn@tvn-1901.de

📌 Turnen - tvn-1901.de/sparte/turnen

TV Nierstein auf der Gaumeisterschaft-Mannschaft in Mainz-Bretzenheim

Die diesjährige Gaumeisterschaft-Mannschaft fand am 17. September in Mainz- Bretzenheim statt. Mit einer Mannschaft ging der TV Nierstein an den Start.

Die Turnerinnen gingen ruhig und gelassen in den Wettkampf und zeigten an den Geräten ihre Übungen. Der Wettkampf verlief gut und ohne Verletzungen. Drei von vier Wertungen kamen in die Endwertung. Somit holten drei Turnerinnen Punkte für die Mannschaftswertung am Ende.

Folgende Platzierung wurde erzielt:

Im Wettkampf 304a, Jg 2006 und jünger/ Pflicht-Vierkampf P-a belegten Anna Schittler, Mila Luise Pöppler, Lilly von Küstenfeld, Mia Döring, Mia Kafitz und Elise Unger mit 162,30 Punkten den 5. Platz.

Mit einem positiven Ergebnis konnte der TV Nierstein diesen Wettkampftag beenden. Herzlichen Glückwunsch für die turnerischen Leistungen und weiterhin viel Erfolg.







Weingut mit Guttschänke & Gästehaus

HEISE AM KRANZBERG



Direkt am Roten Hang
Karolingerstraße 15 + 26
55283 Nierstein
Tel. 0 61 33 - 55 87 und 55 18
Fax 0 61 33 - 57 05 09
kranzberg@t-online.de
www.heise-am-kranzberg.de

TV Nierstein sammelt 1.200 Euro bei Jugendsammelaktion

140 Vereine nahmen teil/ Wichtige gesellschaftspolitische Bedeutung

Einen beachtlichen Sammelerfolg konnten die Turnerinnen des TV Nierstein bei der diesjährigen Jugendsammelaktion verbuchen. Spenden in Höhe von 1.200 Euro wurden gesammelt, um für die Turnabteilung einen neuen Spannbarren anzuschaffen. Bei so einem Ziel waren die Turnerinnen natürlich mit Feuer und Flamme dabei, berichtet die Trainerin Christiane Horn.



Eine Woche lang sammelten die Turnerinnen des TV Nierstein für die eigene Abteilung und für Sozialprojekte der Sportjugenden.

Fotos: C. Horn

zu Haus. Eine Gruppe hatte einen eigenen Tanz kreiert, um die Spender von ihrem Engagement zu überzeugen. »Viele Leute waren nett, freuten sich und wollten wissen, was wir von dem gesammelten Betrag kaufen würden«, erzählt Horn. »Die Leute

»Die Turnerinnen freuen sich jedes Jahr auf das Sammeln, wir sind schon das dritte Mal in Folge beim Sammeln dabei.« – Christiane Horn, TV Nierstein

Gute Vorbereitung

Doch der Sammelerfolg ist kein Zufall. Die Turnabteilung hatte sich gut vorbereitet. Fünf Gruppen mit je zwei bis drei Turnerinnen gingen täglich von Haus



Schon zum dritten Mal in Folge sind die Mädels vom TV Nierstein bei der Aktion dabei.

fanden die Sammlung der Sportjugend eine gute Sache und wollten uns Turnerinnen vom TV unterstützen«.

140 Vereine beteiligten sich wieder bei der beliebten Jugend-Sammelaktion unter der Schirmherrschaft des Ministers des Innern und für Sport. Im letzten Jahr kam die stolze Summe von 85.000 Euro zusammen. Die Gesamtsumme der diesjährigen Sammlung steht noch nicht fest, bewegt sich aber wieder auf Vorjahresniveau.

TV 1901 Nierstein sucht dringend ab Dezember 2016 eine/n neue/n Übungsleiter/in und Helfer/in für die Gruppe Turnen.

Das Training findet Freitags von 16.00 bis 17.30 Uhr in der Rundsporthalle Nierstein für Kinder im Alter von 5 bis 13 Jahren statt.

Weitere Informationen erfolgen nach Rücksprache.

GO TOP
SPORT & THERAPIE

Physiotherapie im GO TOP
Gemeinschaftspraxis
Heike & Ulrich Frinken

- Krankengymnastik
- Krankengymnastik am Gerät
- Manuelle Therapie – Massagen
- Manuelle Therapie bei Kiefergelenkserkrankungen CMD
- Manuelle Lymphdrainage
- Craniosakrale- & Dorn-Therapie
- Kinesiotaping, Sportphysiotherapie
- Hausbesuche
und vieles mehr ...

Dr. WOLFF®
Sports & Prevention

Rückentherapie-Center

Informieren Sie sich bei uns
Förderung durch die IKK-Südwest –
IKK-Rückenstark

Ein gesunder Rücken kennt keinen Schmerz
Ein Training zur Stabilisierung der tiefen Rückenmuskeln,
basierend auf den aktuellen Forschungsergebnissen.

Daubhausstraße 7 · 55283 Nierstein · Telefon 0 61 33 / 5 04 79
Mehr Info: www.gotop-nierstein.de

➤ Pétanque - tvn-1901.de/sparte/petanque

Pétanque - auch als Indoor-Sport machbar!

**Mittwoch, 19.00 bis 20.30 Uhr,
auf dem Trainingsboden der
Rundsporthalle Nierstein.**

In der kälteren Jahreszeit kann die beliebte Sportart auch als Indoor-Sport praktiziert werden. Neben ausgewiesenen Einrichtungen, wie die Boule-Halle in Alzey, existieren viele andere kreative Lösungen und Entwicklungen, um den Boule-Sport in den überall existenten Sporthallen – gegebenenfalls auch im häuslichen Wohnzimmer – auszuüben.

Seit einen Einführungs-Lehrgang im Jahr 2008 existiert im Turnverein Nierstein eine rege Boule-Gruppe. Deren breitensportliche Aktivität vollzieht sich während des größten Teil des Jahres in der freien Natur und der frischen Luft.

Die Informationen über die Aktivitäten der Sportlerinnen und Sportler erfolgen über spezielle Seiten der Homepage des Turnverein Nierstein (http://www.tvn-1901.de/petanque/html/aktuelle_infos.html).

Interessierte Damen und Herren sind jederzeit zu einer Schnupperrunde eingeladen, um sich unter realistischen Bedingungen über die Sportart an sich und die Stimmung in der Gruppe zu informieren.

Après Boule, im Sommer 2016

Neben der sportlichen Betätigung – der Freude über gelungene Würfe oder der Zerknirschung über weniger gelungene Aktionen – spielt in der Boule-Gruppe auch die Geselligkeit eine wichtige Rolle. Nach dem Spiel trifft man sich meist zu einem gemütlichen Ausklang und versucht in lockerer Runde eine gelassene me-



HANS LESSER

Spartenleiter Pétanque
hans.lesser@tvn-1901.de



diterrane Lebensart zu praktizieren. Gemäß des vermuteten geographischen Ursprungs des Spielgedankens von Pétanque sind dabei obligatorisch Brot, Käse und Wurst sowie ein guter Wein mit von der Partie.



✧ Karate - tvn-1901.de/sparte/karate

Karate / Kobudo in der Öffentlichkeit

Am Tag der offenen Tür in Oppenheim waren unsere SportlerInnen präsent

Im Oppenheimer Rundbau der Verbandsgemeindeverwaltung waren am 23. Oktober 2016 die Pforten geöffnet, und alle Bürger konnten sich bei den



KLAUS HUMMEL

Spartenleiter Karate & Kobudo
klaus.hummel@tvn-1901.de



Darbietungen der Vereine über die teils exotischen Sportarten informieren und auch mitmachen. So auch dort, wo Abteilungsleiter Klaus Hummel mit den Karate-/Kobudo-SportlerInnen zeigte, was im wöchentlichen Training Sache ist. Sowohl waffenloses Karate als auch Karate mit spezifischen Geräten (Werkzeuge aus der Landwirtschaft) führten wir vor und luden zum Mitmachen ein. Der Zuspruch war groß, und so kamen auf die Einladung zu dem vorbereiteten Schnupperkurs eine Woche später auch viele Leute zur persönlichen Erfahrung ins Training.

Der Kurs befasste sich ausschließlich mit dem Kurzstock, und die »Neulinge« waren mit Feuereifer dabei. Väter mit Kindern trainierten mit, Frauen brachten Familie mit und es reisten sogar SportlerInnen aus Karlsruhe und dem hessischen Lorsch an. Ein guter Tag und ein gutes gemeinsames Training bot Klaus Hummel an mit Unterstützung der Fortgeschrittenengruppe seiner Abteilung.

Nach dem offiziellen Ende des Trainings stellten sich noch zwei Sportler der Gelbgurt-Prüfung und bestanden souverän.

Einige der »Schnupperer« möchten weiter in unserer Gruppe trainieren und waren bereits im Regeltraining – wir freuen uns über diese erfolgreiche Resonanz.



Intelligentes Heizen



Hans Joachim Kehl

Große Fischergasse 3

55283 Nierstein

Telefon (0 61 33) 6 02 52

Fax (0 61 33) 6 02 54

Volleyball - tvn-1901.de/sparte/volleyball

Neues von der Volleyballabteilung des TV Nierstein Saison 2016/17

Jugend-Trainingscamp in der Sportschule Seibersbach



ANGELIKA RAUTENBERG

Übungsleiterin Volleyball
angelika.rautenberg@tvn-1901.de

Bericht zum Volleyballwochenende von den Mädels

Vom 30. September bis zum 2. Oktober 2016 verbrachten wir, die Jugend-Volleyballmannschaft des TV Nierstein, unser Wochenende in der Sportschule in Seibersbach, in der uns ein Trainingswochenende bevorstand.

Nach unserer Ankunft in der Sportschule und dem Beziehen unserer Zimmer stand eine Theoriestunde auf dem Programm, in der wir lernten, bei bestimmten Abläufen im Volleyball Schwerpunkte zu setzen und sich auf die wichtigsten Bewegungsabläufe zu konzentrieren.



Am nächsten Morgen stand die erste Trainingseinheit auf dem Programm, in der wir in verschiedenen Stationen vor allem die Koordination trainierten.

Nach dem Mittagessen ging es dann mit der zweiten Trainingseinheit weiter, in der wir

wieder in Stationen verschiedene Bewegungsabläufe, wie den Aufschlag, trainierten.

Danach beendeten wir den Tag mit einem Trainingsspiel, bevor wir alle zusammen einen Film schauten.



Am letzten Tag startete nach dem Frühstück unsere letzte Trainingseinheit, in der wir intensiv den Block und den Angriffsschlag übten.



Nach dem Mittagessen beendeten wir unser Trainingswochenende mit einem letzten Trainingsspiel, bei dem auch einige unserer Eltern zusahen. Schon nach einem Wochenende merkten wir alle eine deutliche Verbesserung, wir waren alle viel motivierter und das Spielen am Ende machte dann natürlich schon viel mehr Spaß.



Wir bedanken uns herzlich bei der Sportschule in Seibersbach, bei unseren Trainern und dem Vorstand, der uns bei diesem Wochenende finanziell unterstützt hat. Wir freuen uns schon auf unser erstes Turnier am 6. November!

Bericht von Vanessa Roth und Svenja Borg, Bilder von Angelika Rautenberg

Das Volleyballcamp aus Sicht der Trainer-Teams Rüdiger Schröder, Rosi Aul und Angelika Rautenberg

Für uns Trainer war es ein positives Signal, dass alle Mädels bis auf eins, welches sich zu der Zeit auf einem Schüleraustausch in USA befand, am Wochenende dabei waren. Trotz Regen war die Stimmung in der kompletten Gruppe gut und die Trainingsbereitschaft ging sogar soweit, dass sich eine kleine Gruppe für eine Joggingrunde mit Rüdiger noch vor dem Frühstück zusammenfand.

Bei den einzelnen Trainingseinheiten waren alle mit so vollem Einsatz dabei, dass einzelne von Angelika ihre überbeanspruchten Muskelpartien mit Kinesiotape behandeln lassen mussten.

Insgesamt war es eine tolle Veranstaltung, bei der die Mädels durch die kompakten Übungseinheiten sehr große Fortschritte sportlich und allgemein als Team gemacht haben. Deshalb waren am Ende des Trainingscamps alle, auch das Trainer-Team, der Meinung, dass so ein Camp auf jeden Fall im nächsten Jahr wiederholt werden soll.

Bericht von Angelika Rautenberg



WILMA WAGNER
Übungsleiterin Gymnastik

✚ Gymnastik - tvn-1901.de/sparte/gymnastik

Männer, Ihr könnt etwas Gutes für Euch tun!

**Donnerstag, 18.45 bis 20.00 Uhr,
Tanz- und Gymnastikstudio
im Haus der Gemeinde Nierstein**

In dieser wöchentlichen Übungsstunde versuche ich, die teilnehmenden Männer darauf einzustimmen, dass sie ihre Aktivität als ein ganzheitliches Ziel sehen. Schon die ehemalige Übungsstunde »Rücken-Fit« war in der Sache mehr.

Den Rücken isoliert vom übrigen Körper zu betrachten, ist nicht sinnvoll: zum einen sind unsere Bewegungen vom Kopf gesteuert, weshalb unser Gehirn bei allen Übungen angesprochen und das Bewusstsein für unseren Körper (d.h. in sich hineinzuspüren) geweckt und verstärkt werden muss. Zum anderen ist es gut, das Zusammenwirken des gesamten Körpers bei den einzelnen Bewegungsabläufen zu erkennen – wie z.B. der Aufbau des Beckenbodens sich auf unseren Körper auswirkt und wie seine Kraft trainiert werden kann. Dass auch Atem-, Konzentrations- und Balance-Übungen zu der ganzheitlichen Arbeit mit dem Körper dazugehören, versteht sich von selbst.

Wenn meine Männer – die meistens von ihrer alltäglichen Belastung dominiert werden – irgendwann umsetzen können, wie wichtig ihr Wohlbefinden bezüglich des eigenen Körpers ist, und dies auch einen Anspruch auf eine angemessene zeitliche Zuwendung hat, dann bin ich meinen Zielen ein Stück näher gekommen.

Interessierte Männer sind als neue Teilnehmer gerne dazu eingeladen, in die Übungsstunde der integrationsfähigen Übungsgruppe hineinzuschnuppern. Die zur Zeit vorhandenen freien Plätze sind ein Angebot, den häufig vorhandenen Vorsatz, etwas aktiv für das persönliche Wohlbefinden und die eigene Gesundheit zu tun, umzusetzen.

📌 Gymnastik - tvn-1901.de/sparte/gymnastik

Berichte aus der Sparte Gymnastik

Dienstag, 20.00 bis 21.00 Uhr - Wirbelsäulengymnastik

Hektik und Stress sind die häufigsten Ursachen für Rückenprobleme. Wir schulen unsere Haltung und unsere Körperwahrnehmung. Wirbelsäulengymnastik umfasst immer den ganzen Körper. Es gibt keine Schwerpunkte, unser Ziel ist es, den Körper beweglich, kräftig und möglichst mobil zu erhalten. Schaut einfach vorbei und schnuppert rein.



SIGRID PETER
Übungsleiterin Gymnastik



Mittwoch, 19.30 bis 20.30 Uhr, Pilates

Pilates, auch Pilatesmethode genannt, ist ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, primär der Bauch-, Beckenboden- und Rückenmuskulatur. Jeder Anfänger oder Einsteiger kann mitmachen, die Methode ist sanft, meist langsam und kontrolliert ausgeführt. Bitte um Anfrage, da der Kurs schon sehr voll ist.



Donnerstag, 10.00 bis 11.00 Uhr und 11.00 bis 12.00 Uhr, Gymnastik 60Plus

Wir haben mittlerweile zwei Gruppen geöffnet, da unsere Teilnehmerzahlen stetig wachsen. Auch Herren (Ehemänner) wirken und üben bei uns mit. Das freut uns sehr. Es ist ein sehr abwechslungsreiches Programm von Körperkräftigungen (jeder macht soviel wie er kann) bis hin zu Gleichgewichtsübungen, von gelegentlichen Spielen bis Zirkeltraining, jedoch alles mit viel Spaß und ein zwinkerndes Auge. Lachen und stöhnen gehört zu jeder Stunde dazu. Gebt Euch einen Ruck und schnuppert herein.



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

DESIGN MEDIA PRINT



LATTREUTER

GmbH

design · media · print

MEDIENGESTALTUNG

INTERNET

DIGITALDRUCK



Mediengestaltung

- als Grundlage für Drucksachen- und Medienproduktion
- Gestaltung, Layout, Bildretusche

Internet

- Konzeption, Webdesign und Programmierung

Digitaldruck

- Personalisierte Druckerzeugnisse
- Seminar- und Schulungsunterlagen
- Broschürendruck
- Plakate, Poster, Banner, Rollups ...

Versand

- Kuvertierung, Konfektionierung

LATTREUTER GmbH · Fäulingstraße 44 · 55283 Nierstein · Tel. 06133 925656
Besuchen Sie www.lattreuter.de oder senden Sie eine E-Mail an info@lattreuter.de



MICHAEL LORIO

Spartenleiter Handball
michael.lorio@tvn-1901.de

✚ Handball - handball-nierstein.de

Zwischenbericht

Zum Redaktionsschluss dieser Ausgabe des TVN-Reports haben die Handballerinnen und Handballer des TV Nierstein erst sieben Spieltage der »gefühl« noch jungen Saison absolviert. Dennoch zeichnet es sich ab, dass die allermeisten Mannschaften »auf Kurs« sind und die selbst gesteckten Saisonziele nicht aus den Augen verloren haben. Dabei gehören Rückschläge ebenso dazu wie überraschende Erfolge.

»Meister werden ist immer schwer.« Dieses Zitat des ehemaligen Cheftrainers der 1. Herren Thomas Möritz aus der Saison 2006/2007 hat an Aktualität keineswegs verloren, wie unsere Titel-Aspiranten aus dem Bereich der Jugend teilweise schon sehr früh in der Saison erkennen mussten. Aber dazu später mehr. Dennoch: vier unserer acht Jugendmannschaften sind auf Meisterschaftskurs in ihren jeweiligen Ligen – das ist für sich genommen schon ein enormer Erfolg der seit Jahren guten und konsequenten Jugendarbeit in der Sparte Handball.

Fernseh - Müller

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

Auch abseits des eigentlichen Spielbetriebs hat sich einiges getan, anderes muss noch erledigt werden. Die Aufgabenteams rund um die Spartenleitung haben überwiegend ihre Arbeiten aufgenommen, und so verteilen sich die zu bewältigenden Aufgaben schon heute auf viel mehr Schultern, als das in der Vergangenheit noch der Fall gewesen ist. Sicher, solche Veränderungen brauchen Zeit, bis jeder sich in der neuen Rolle gefunden hat, Abstimmungsprozesse gelaufen sind und das Uhrwerk »wie geschmiert« läuft. Allen, die hierbei mithelfen, will ich ganz ausdrücklich Dankeschön sagen. Ohne Euch und Euer Engagement für den Handball in Nierstein wäre es sicher für die Trainer, die Mannschaften und die »gewählten« Funktionsträger des Vereins viel schwieriger, den Trainings- und Spielbetrieb zu organisieren und durchzuführen.

Besonders freut es mich jedoch, dass die Mannschaften enger zusammengerückt sind. Und damit ist nicht unbedingt die derzeitige Hallensituation gemeint. Der Zusammenhalt zwischen den Mannschaften (Jugend/Aktive, Herren/Damen) entwickelt sich weiter sehr positiv. Ich spüre deutlich, dass hier etwas zusammenwächst, was schon lange zusammengehört.

1. Herren (Verbandsliga)



»Verbandsliga kriet se«, so lautet der Schlachtruf der 1. Herren rund um Cheftrainer Sascha Wiehl. Entsprang dieser Spruch früheren erfolgreichen Saisons, so ist doch heute festzuhalten, dass unsere 1. Herren wieder konkurrenzfähig in der Verbandsliga geworden sind.

Trotz – oder gerade wegen – einiger knapper – und damit ärgerlichen – Niederlagen zum Saisonbeginn hat sich die Mannschaft Respekt in der Liga verschafft und erntet regelmäßig positive Stellungnahmen der gegnerischen Trainer zum Spiel der Rieslingstädter. Die derzeitige Tabellensituation lässt zwar auf den ersten Blick etwas anderes vermuten, aber die Mannschaft ist »auf Kurs« zu ihrem Ziel, sich möglichst früh aus dem Kampf um den Klassenerhalt zu verabschieden. Auf den zweiten Blick erkennt

man nämlich, dass die bisherigen Niederlagen gegen Mannschaften erspielt wurden, die vermutlich das eine oder andere Wort um die Meisterschaft, mindestens aber um das obere Tabellendrittel mitreden werden. Die Mannschaft befindet sich nun in einer entscheidenden Phase der ersten Saisonhälfte: Es stehen die Spiele an gegen die direkten Konkurrenten um den Klassenerhalt aus Eich, Bodenheim sowie dem HSV Alzey und der Oberligareserve der TG Osthofen. Zuletzt gewann man gegen die Rheinhessenliga-Reserve der SG TSG/DJK Mainz-Bretzenheim jederzeit ungefährdet mit 32:24.

Zum Redaktionsschluss befinden sich die 1. Herren auf dem 10. Platz der Verbandsliga. Tendenz aber eindeutig steigend!

1. Damen (A-Klasse)



Nach dem überraschenden Rücktritt von Carsten Feld als Cheftrainer der 1. Damen, übernahm dankenswerterweise Anja Glenewinkel interimsmäßig das Amt der Cheftrainerin, bis eine dauerhafte Lösung der Trainerfrage gefunden werden kann. Bereits am 1. Spieltag reiste man nach Mainz zur

3. Mannschaft des HC Gonsenheim. Wie sich im weiteren Saisonverlauf herausstellen sollte, war dies vermutlich zugleich das Spitzenspiel um eine mögliche Meisterschaft der beiden Mannschaften. Leider verloren unsere 1. Damen dieses Spiel deutlich mit 26:16, und somit sind unsere Mädels seither in der Lauerstellung auf einen möglichen Patzer des HC Gonsenheim. Zum Redaktionsschluss befinden sich die 1. Damen auf einem sehr guten 2. Platz der rheinhessischen A-Klasse.

2. Herren (Kreisklasse)

Mit nur einem Sieg aus fünf gespielten Begegnungen ist die Verbandsliga-Reserve unter Leitung des Cheftrainers Marius Emmermann leider etwas hinter ihren eigenen Erwartungen zurückgeblieben. Konnte man noch im ersten Spiel spielerisch

überzeugen und gegen die allgemein als stark eingeschätzte HSG Worms 3 noch mit fünf Toren Unterschied die Partie für Nierstein entscheiden, so musste man in den folgenden Begegnungen Niederlagen hinnehmen, die so sicherlich nicht alle auf dem »Plan«-Zettel standen. Hier gilt es nun, konsequent weiter zu trainieren, die Konzepte in Abwehr und Angriff weiter auszubauen und zu festigen, so dass sicher niemand Zweifel daran haben wird, dass unsere »Zwote« am Ende – wie im letzten Jahr auch – eine gute Platzierung in der Kreisklasse einnehmen wird. Zum Redaktionsschluss befinden sich die 2. Herren auf dem 8. Platz der Kreisliga Rheinhessen.

3. Herren (C-Klasse)

Um auch in diesem Jahr nicht Gefahr zu laufen, in ein etwaiges Aufstiegsrennen zu geraten, starteten unsere 3. Herren gleich zu Beginn gegen den SC Lerchenberg etwas »verhalten« mit einem Unentschieden. Wie auch im letzten Jahr präsentiert sich das Team rund um Cheftrainer Hans Jung eher heimstark. Verständlich, sind doch die Wege zu den auswärtigen rheinhessischen Hallen lang und beschwerlich. Und man wird ja schließlich auch nicht jünger von Jahr zu Jahr. Dennoch ist absehbar, dass unsere 3. Herren von einem derzeitigen und sicheren 3. Tabellenplatz aus die Liga (fast) nach Belieben dominieren werden.

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

mA-Jugend (Rheinhessenliga)



Nachdem sich Carsten Feld auch als Cheftrainer der männlichen A-Jugend überraschend zurückgezogen hatte, galt es zunächst, den Trainingsbetrieb der mA-Jugend sicherzustellen. Dies übernahm zunächst ich selbst interimsmäßig ge-

meinsam mit einem dreiköpfigen Trainerstab, bestehend aus Engelbert Darmstadt, Nils Sauder und Luca Guttandin und setzte sogleich in enger Zusammenarbeit mit Chef-Mannschaftsplaner und Scouting-Beauftragten Robert Marckart sowie der Jugendleitung »alle Hebel in Bewegung«, um Ausschau nach einem Nachfolger für das Amt des Cheftrainers zu finden. In einer denkbar ungünstigen Saisonphase für eine Trainersuche blieb diese im Ergebnis auch leider erfolglos und so erklärte ich mich bereit, die Mannschaftsleitung zu übernehmen.

Nachdem die Trainerfrage geklärt war, musste die Mannschaft sogleich auswärts beim Mitfavoriten um die Meisterschaft – dem SSV Meisenheim – antreten. Ersatzgeschwächt und somit ohne einige etatmäßige Rückraumspieler war es nur folgerichtig, dass das Spiel verloren ging. Mit den Worten: »Meisenheim wird auch noch verlieren«, versuchte ich, die Mannschaft nach der Niederlage wieder aufzubauen und ich sollte Recht behalten. Nierstein gewann in der Folge alle Spiele, Meisenheim stolperte am 5. Spieltag gegen die starke Truppe der DJK GW Bingen-Büdesheim. Somit sind die beiden Tabellenführenden jeweils punktgleich, und das Rennen um die Meisterschaft in der mA-Rheinhessenliga ist wieder offen.

mB-Jugend (Kreisliga)

Diejenige Mannschaft, die derzeit mit am weitesten von ihrem selbst gesteckten Saisonziel entfernt ist, ist unsere männliche B-Jugend rund um das Trainerteam bestehend aus Cheftrainer Luca Guttandin und Co-Trainer Janis Kraft-Labendz. Alle bisherigen Prognosen wie beispielsweise die Aussagen »wird schwer«, »Mittelfeld wäre toll«, »nur nicht hinten drinstehen« des Trainerteams haben sich als falsch herausgestellt, und so wird man bereits nach nur fünf Spieltagen das Saisonziel

deutlich korrigieren müssen ... und zwar in Richtung oben! Bisher musste man sich lediglich der starken Mannschaft des HSV Sobernheim geschlagen geben und ist derzeitiger Tabellenführer. Ob es am Ende für »ganz oben« reichen wird, wird die Saison zeigen, denn gerade im mittleren Jugendbereich hängt der Erfolg oder Misserfolg auch von vielen Faktoren ab, die sich außerhalb des Vereins abspielen. In jedem Fall gilt: Wir sind stolz auf Euch und macht weiter so!

mC1-Jugend (Rheinhessenliga)

Auch unsere mC1-Jugend musste in der Rheinhessenliga gleich im ersten Spiel gegen die JSG Ingelheim/Ober-Hilbersheim eine Niederlage hinnehmen. In der Folge entwickelte sich jedoch ein Dreikampf um die Tabellenspitze aus den Mannschaften des TV Nierstein, der JSG Ingelheim/Ober-Hilbersheim sowie dem TV Nieder-Olm. Wer am Ende die Nase vorne haben wird, lässt sich nur schwer vorhersagen, klar ist jedoch, dass der TV Nierstein immer noch alle Chancen hat, eine Meisterschaft aus eigener Kraft zu erringen, zumal im Liga-Modus der Rheinhessenliga der mC-Jugend alle Mannschaften gleich dreimal gegeneinander antreten werden.

Weitere Platzierungen (Stand 14.11.2016):

mC2-Jugend (Kreisklasse): Platz 1 mit 8:0 Punkten und 119:83 Toren

wC-Jugend (Rheinhessenliga): Platz 8 mit 0:6 Punkten und 48:116 Toren

mD-Jugend (Kreisklasse): Platz 7 mit 4:10 Punkten und 142:171 Toren

Minis und mE-Jugend (Kreisklasse): keine Wertung

Termine 2017 im Vereinskeller:

27.01.2017	19.00 Uhr	Dankeschönabend
22.03.2017	20.00 Uhr	Generalversammlung
21.10.2017	20.00 Uhr	Oktoberfest
18.11.2017	19.30 Uhr	Kulinarische Weinprobe

Handball - handball-nierstein.de

Damen des TV Nierstein

ANJA GLENEWINKEL

Übungsleiterin Handball
anja.glenewinkel@tvn-1901.de

Die Saison startete für uns nicht ganz so gut, da unser Trainer leider vor Saisonbeginn kurzfristig verlassen hat. Weiterhin hat sich die Anzahl der Spielerinnen ziemlich reduziert, sodass wir vor der Saison eine Mannschaft abmelden mussten.

So starteten wir die Saison 2016/17 mit nur einer Damenmannschaft in der A-Klasse.

Zurzeit trainiert uns eine Übergangstrainerin, bis wir einen neuen Trainer gefunden haben.

Die Saison selbst startete für uns leider mit einer Niederlage gegen Gon-



senheim. Bei dem Spiel hat man gemerkt, dass das Zusammenspiel in Abwehr und Angriff noch nicht stimmte.

Jedoch wurde es von Spiel zu Spiel besser, sodass wir die nächsten fünf Saisonspiele alle gewinnen konnten. Zurzeit belegen wir den zweiten Tabellenplatz.

Ziel der Saison ist es, auf jeden Fall oben in der Tabelle mitzuspielen. Wir hoffen, dass der positive Trend anhält und wir weiterhin punkten.

Weibliche C-Jugend des TV Nierstein

Wir, die weibliche C-Jugend des TV Nierstein, haben drei neue Spielerinnen für die aktuelle Saison dazubekommen. Wir freuen uns sehr, dass Greta Muth, Eileen Gebhardt und Ronja Hammel zu uns gekommen sind und uns beim Training und bei den Spielen unterstützen.



Leider haben wir auch einen Abgang zu verzeichnen. Maureen Werling wechselte zum TV Bodenheim.

Die Saison nutzen wir, um die Neuen in die Mannschaft zu integrieren, deshalb unterlaufen bei den Spielen leider auch noch einige Fehler, sodass bis jetzt

noch kein Spiel gewonnen werden konnte. Aber die Mannschaft ist auf einem guten Weg, und Ziel ist es, auf jeden Fall einige Saisonspiele für uns zu entscheiden.

Aufgrund der Abgänge vor und in der Saison freuen wir uns nach wie vor über neue Gesichter beim Training. Egal, ob schon Handballerfahrungen vorliegen oder nicht.

Training findet immer mittwochs und donnerstags von 17.00 bis 18.30 Uhr in der Rundsporthalle in Nierstein statt.

Schaut einfach vorbei und macht mit. Willkommen sind alle Mädchen im Alter von 10 bis 16 Jahren.

Minis des TV Nierstein

Wir sind die Kleinsten der Handballabteilung des TV Nierstein. Wir fangen gerade erst an, spielerisch den Umgang mit dem Ball zu erlernen. Im Training üben wir aber auch schon Werfen, Fangen, Passen und den Torwurf.

Uns allen macht das Training viel Spaß, und wir haben mit Lena Sackl, Marius Emmermann und Anja Glenewinkel drei motivierte und geduldige Trainer. Wir freuen uns immer über neue Gesichter im Training.

Training ist immer dienstags und donnerstags von 16.00 bis 17.00 Uhr in der Rundsporthalle in Nierstein. Also kommt einfach vorbei und macht mit.

Eure Minis des TV Nierstein



Ich kann nicht kochen! Ein Kochkurs für Kochmuffel!



TOBIAS BIEKER

1. Vorsitzender
tobias.bieker@tvn-1901.de

»Kochst Du gerne?« – das ist eine oft gestellte Frage. Antwort: »Kochen? Ich? Auf keinen Fall! Zu viel Arbeit, zu wenig Erfolg. Vielleicht mal ein Rührei, das ist das Höchste der Gefühle ...« Es erstaunt schon, dass so wenige Menschen gerne kochen, wobei doch Essen für den Menschen genauso wichtig ist, wie Trinken (oder fast so wichtig). Und doch ist es so: Wenn man jemanden kennenlernt, der gerne kocht, hat man sofort Respekt vor ihm. Und wenn es dann noch schmeckt ... Außerdem bietet Kochen gleich zwei Vorteile: Nur aus frischen Zutaten zu kochen ist gesund und Kochen entspannt. Was steckt also dahinter? Vielleicht ist es die Angst vor dem Misserfolg oder die fehlende Lust, sich richtig Zeit zu lassen und in Ruhe zu genießen.

»Ich kann nicht kochen« möchte drei Dinge erreichen: Genießen zu können, in Ruhe frisch zu kochen und die Rezepte dazu zu vermitteln, durch Vorbereitung und Vorkochen auch an hektischen Tagen schnell gutes Essen zaubern zu können. Nicht abgehoben, aber hier und da schon mit dem kleinen »Wow«-Effekt ... Also einfach Spaß am gemeinsamen Kochen und Essen zu haben! Es geht natürlich auch um Aromen und Kochtechniken, aber eben besonders um das Alltags-Kochen zuhause ... nicht zu einfach, nicht zu kompliziert, nicht abgehoben ... sieht gut aus und schmeckt gut! Das Motto des Kursleiters: »Ich koche gerne mit Wein, manchmal gebe ich ihn sogar ins Essen!« Also wird auch der Wein als Koch- und Essens-Begleiter eine Rolle spielen. Der Kursleiter ist Tobias Bieker, Vorsitzender des TV Nierstein, Hobbykoch und sicherlich kein Kochprofi, sondern ein Kochgenießer. Es wird einmal im Monat an einem Samstag im TV Keller gekocht ... jeweils drei Gänge. Jeder der Teilnehmer wird sich in der Gruppe einem Gang widmen und ihn zubereiten. Die Rezepte können nach dem Kochen mitgenommen werden, damit man seine Lieben zuhause so richtig überraschen kann. Der Kurs ist auf maximal neun Teilnehmer begrenzt, der Unkostenbeitrag beträgt 15 € pro Person für die Lebensmittel, die Teilnahme ist für Vereinsmitglieder kostenfrei.

Anmeldung bis 13. Januar 2017 bei Tobias Bieker, tobias.bieker@tvn-1901.de

Erster Termin: Samstag, 28.01.2017, 15.00 bis 20.00 Uhr

Übungsgruppen des TV Nierstein

Tag	Zeit	Angebot	Halle/Ort
Montag			
Mo	17:00 - 17:45	Zumba®-Kids (8-12 Jahre)	HdG
Mo	18:00 - 20:00	Minigolf	MGP
Mo	19:00 - 20:00	Gymnastik & Tanz für Erwachsene	GSN
Mo	19:30 - 21:00	Turnverein-Gymnastik (Gruppe Fr. Wagner)	HdG
Mo	20:00 - 21:15	Aerobic- und Fitness-Training	GSN
Mo	21:00 - 22:00	Zumba®-Strong (ab 13 Jahre)	HdG
Dienstag			
Di	07:00 - 08:30	Karate	HdG
Di	15:00 - 15:45	Zumba®-Kids Junior (3-7 Jahre)	HdG
Di	16:00 - 17:00	Handball Minis (Jahrg. 2006 u. jünger)	RSN
Di	16:00 - 17:30	Handball männl. E-Jgd. (Jahrg. 2004/2005)	RSN
Di	17:00 - 18:00	Judo-Anfänger (Kinder bis ca. 8 Jahre)	RSN
Di	17:00 - 18:30	Handball männl. C2-Jgd. (Jahrg. 2000/2001)	RSN
Di	17:00 - 18:30	Handball männl. D-Jgd. (Jahrg. 2002/2003)	RSN
Di	18:00 - 19:30	Volleyball (Jugendliche)	GymO-alt
Di	18:00 - 19:30	Turnverein-Gymnastik (Gruppe Fr. Wagner)	HdG
Di	18:00 - 19:30	Judo (Jugendliche/Erwachsene)	RSN
Di	18:00 - 20:00	Petanque (Treffen siehe tvn-1901.de/petanque/Aktuelles)	
Di	18:30 - 20:00	Handball männl. B1-Jgd. (Jahrg. 1998/1999)	RSN
Di	18:30 - 20:00	Handball männl. A-Jgd. (Jahrg. 1996/1997)	GymO-alt
Di	19:30 - 21:30	Damen-Handball (1. u. 2. Damen-Mannschaft)	RSN
Di	19:30 - 22:00	Volleyball, Mixed-Manschaften	GymO-alt
Di	19:30 - 20:00	Handball (Torwarttraining 1. Herren-Mannschaft)	RSN
Di	20:00 - 21:00	Wirbelsäulengymnastik	GSN/Gym
Di	20:00 - 21:00	Zumba®-Strong (ab 13 Jahre)	HdG
Di	20:00 - 22:00	Handball (1. Herren-Mannschaft)	RSN
Mittwoch			
Mi	16:00 - 17:00	Handball Minis (Jahrg. 2006 u. jünger)	RSN
Mi	16:00 - 17:00	Klein-Kinder-Turnen (1,5 - 3 Jahre)	RSN

Mi	17:00 - 18:00	Klein-Kinder-Turnen (1,5 - 3 Jahre)	RSN
Mi	17:00 - 18:30	Handball weibl. C-Jgd. (Jahrg. 2000/2001)	RSN
Mi	17:30 - 19:30	»Magic Eyes« (Wettkampf-DVG Jahrg. 1998-2002)	GSN
Mi	18:30 - 19:30	Zumba®-Fitness (ab 13 Jahre)	HdG
Mi	18:30 - 20:00	Handball männl. C1-Jgd. (Jahrg. 2000/2003)	RSN
Mi	18:30 - 20:00	Handball männl. C2-Jgd. (Jahrg. 2000/2001)	RSN
Mi	18:30 - 20:00	Handball männl. D-Jgd. (Jahrg. 2002/2003)	RSN
Mi	19:00 - 20:30	Petanque (die In-Door-Spielform)	RSN
Mi	19:30 - 20:30	Pilates, Funktionsgymnastik nach Pilates	HdG
Mi	19:30 - 21:00	Handball (2. Herren-Mannschaft)	RSN
Mi	19:30 - 21:00	Damen-Handball (1. u. 2. Damen-Mannschaft)	RSN
Mi	20:00 - 21:00	Funktionelle Gymnastik: Spaß und Ausdauer, BBP	GSN
Mi	20:00 - 21:30	Bauch Intensiv (1. Mi im Monat statt Bauch: LaGym)	GSN
Mi	20:45 - 21:45	Swing-Stick-Gymnastik	HdG

Donnerstag

Do	09:00 - 10:00	Swing-Stick-Gymnastik	HdG
Do	10:00 - 11:00	Gesundheits-Sport 60+	HdG
Do	11:00 - 12:00	Gesundheits-Sport 60+	HdG
Do	16:00 - 17:00	Handball Minis (Jahrg. 2006 u. jünger)	RSN
Do	16:00 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen (3 - 5 Jahre)	RSN
Do	16:00 - 17:00	Turnen: Kinder von 4 - 6 Jahren (ohne Eltern)	GSN
Do	16:30 - 17:30	»Rainbow« (ab 3 Jahre)	HdG
Do	17:00 - 18:00	Eltern-Kind-Turnen (3 - 5 Jahre)	RSN
Do	17:00 - 18:00	Turnen: Kinder von 4 - 6 Jahren (ohne Eltern)	GSN
Do	17:00 - 18:30	Handball weibl. C-Jgd. (Jahrg. 2000/2001)	RSN
Do	17:30 - 18:30	»Dance Stars« (ab 6 Jahre)	HdG
Do	18:00 - 19:00	Bailong	RSN
Do	18:30 - 20:00	Handball männl. C1-Jgd. (Jahrg. 2000/2001)	RSN
Do	18:30 - 20:00	Handball männl. B-Jgd. (Jahrg. 1998/1999)	RSN
Do	18:30 - 20:00	Handball männl. A-Jgd. (Jahrg. 1996/1997)	IGS
Do	18:45 - 20:00	Rücken-Fit für Männer	HdG
Do	19:00 - 20:00	Karate Anfänger / Wiedereinsteiger	RSN
Do	19:30 - 21:00	Handball (2. Herren-Mannschaft)	RSN
Do	19:30 - 21:00	Handball (3. Herren-Mannschaft)	IGS
Do	19:45 - 20:45	Zumba®-Fitness (ab 13 Jahre)	HdG

Do	20:00 - 22:00	Handball (1. Herren-Mannschaft)	RSN
Do	20:00 - 21:30	Karate / Kobudo – Kampfkunst mit Bauernwaffen	RSN

Freitag

Fr	10:00 - 11:00	Zumba®-Toning	HdG
Fr	15:00 - 16:00	Tanzgruppe Magic Phoenix	GSN/Gym
Fr	15:00 - 17:00	Leistungsturnen (6 - 10 Jahre)	RSN
Fr	16:00 - 17:00	Zumba®-Step	HdG
Fr	16:00 - 17:30	Turngruppe (6 - 8 Jahre)	RSN
Fr	16:00 - 17:30	Turngruppe (8 - 13 Jahre)	RSN
Fr	16:00 - 18:00	»Magic Eyes« (Wettkampf-DVG Jahrg. 1998-2002)	GSN
Fr	17:00 - 19:00	Leistungsturnen (ab 11 Jahren)	RSN
Fr	17:00 - 18:30	Judo-Anfänger (Kinder bis ca. 8 Jahre)	RSN
Fr	18:30 - 19:30	Zumba®-Strong (ab 13 Jahre)	HdG
Fr	18:30 - 20:00	Judo (Fortgeschrittene, Jugendl. u. Erwachsene)	RSN
Fr	19:00 - 20:30	Parkour – Hindernisse überwinden	RSN
Fr	19:30 - 23:00	Volleyball, Mixed-Manschaften	RSN
Fr	20:10 - 21:40	Judo »Spätle« (Alle Erwachsenen)	RSN

Samstag

Sa	09:15 - 10:15	Zumba®-Gold (ab 13 Jahre)	HdG
Sa	10:30 - 11:30	Zumba®-Fitness (ab 13 Jahre)	HdG

Sonntag

So	10:00 - 11:30	Karate / Kobudo (Kampfkunst-Training)	GSN
So	10:00 - 12:00	Badminton (nach Absprache)	RSN
So	11:30 - 12:30	Karate Anfänger / Wiedereinstiger	GSN

Genutzte Sportstätten

GSN	Turnhalle / Gymnastikraum der Grundschule Nierstein
GSN/Gym	Gymnastikraum der Turnhalle der Grundschule Nierstein
GymO-alt/neu	Alte/Neue Sporthalle Gymnasium Oppenheim
HdG	Haus der Gemeinde Nierstein
IGS	Sporthalle der Integrierten Gesamtschule Oppenheim
RSN	Rundsporthalle der Realschule Nierstein
MGP	Minigolfplatz

Spartenleiter des TV Nierstein

Badminton

Bailong	Thomas Heise	Tel. 06133/5587
Fitness	Petra Hessinger	petra.hessinger@tvn-1901.de
Gymnastik	Petra Hessinger	petra.hessinger@tvn-1901.de
Handball	Michael Lorio	michael.lorio@tvn-1901.de
Judo	Thomas Werling	thomas.werling@tvn-1901.de
Karate	Klaus Hummel	klaus.hummel@tvn-1901.de
Kobudo	Klaus Hummel	klaus.hummel@tvn-1901.de
Leichtathletik	Christiane Horn	christiane.horn@tvn-1901.de
Minigolf	Kai Theobald	kai.theobald@tvn-1901.de
Parkour	Christiane Horn	christiane.horn@tvn-1901.de
Pétanque	Hans Lesser	hans.lessers@freenet.de
Tanzen	Nicole Horn	nicole.horn@tvn-1901.de
Turnen	Christiane Horn	christiane.horn@tvn-1901.de
Volleyball	Norbert Schweger	norbert.schweger@tvn-1901.de
Wandern	Heiderose Stumm	heiderose.stumm@tvn-1901.de
Zumba®	Laura Lazzarotti	laura.lazzarotti@tvn-1901.de

Vorstand des TV Nierstein

1. Vorsitzender	Tobias Bieker	tobias.bieker@tvn-1901.de
2. Vorsitzender	Arnold Knappek	arnold.knappek@tvn-1901.de
3. Vorsitzende	Christiane Horn	christiane.horn@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
Mitgliederverwaltung	Walter Kempf	walter.kempf@tvn-1901.de
Hallenplanung	Christiane Horn	christiane.horn@tvn-1901.de
Kontenpflege	Andrea Knappek	andrea.knappek@tvn-1901.de

TV Nierstein im Internet

tvn-1901.de

Offizielle Hauptseite des TVN

handball-nierstein.de

Sparte Handball

facebook.com/handball.nierstein

Sparte Handball auf Facebook

tvn-1901.de/petanque

Sparte Pétanque

tvn-1901.de/tanzen

Sparte Tanzen und Zumba®

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 86 • 1. Dezember 2016 • 44 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 & Michael Lattreuter

Veröffentlichung 4 Quartalshefte und ein Sonderdruck (Handball-Termine)

Gestaltung & Druck Lattreuter GmbH, Fäulingstraße 44, 55283 Nierstein

www.lattreuter.de



VITALIS
NIERSTEIN

VITALIS  APOTHEKE

Ringstraße 6

Tel. 06133/5776448 Fax 06133/5781331

www.vitalis-apotheke.info

info@vitalis-apotheke.info

Unsere Leistungen:

- persönliche Arzneimittelberatung
- kostenloser Lieferservice
- Kundenkarte mit vielen Vorteilen
- Happy Hour am Mittwoch Nachmittag
- bargeldlos bezahlen mit Ihrer EC und Kreditkarte
- Anmessen von Kompressionsstrümpfen
- Verleih von Milchpumpen und Babywaagen
- Anfertigung individueller Rezepturen
- Medikamentenvorbestellung telefonisch, per Fax oder per E-Mail über unsere Homepage


Apotheke

