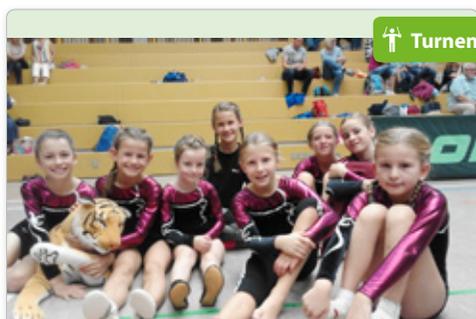


🏸 Badminton 🥋 Bailong 🧘 Fitness  
🤸 Gymnastik 🏐 Handball 🥋 Karate  
🥋 Kobudo 🏃 Leichtathletik  
🏌 Minigolf 🎯 Pétanque 🚶 Parkour  
💃 Tanzen 🤸 Turnen 🏐 Volleyball  
🥾 Wandern 🧘 Yoga 🕺 Zumba®

Besuchen Sie unsere Homepage

[www.tvn-1901.de](http://www.tvn-1901.de)



🤸 Turnen

**TV Nierstein auf der  
Gau-Meisterschaft beim  
TV Laubenheim**

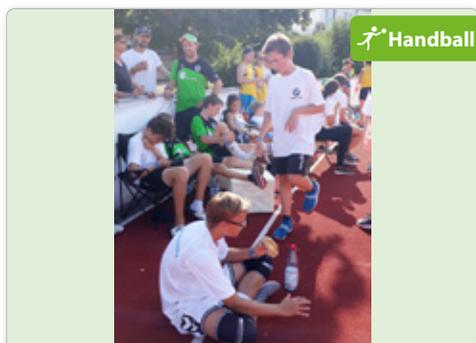
SEITE 4



🏐 Volleyball

**Bericht zur neuen  
Jugendmannschaft**

SEITE 19



🏐 Handball

**Neues von unserer  
Handball C-Jugend**

SEITE 21



🛡 Verein

**Fitness Weinprobe  
im TV Nierstein**

SEITE 26



**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](http://www.geld-anlegen-klargemacht.de).

Geld anlegen



klargemacht



**TOBIAS BIEKER**

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

Der Verein - [tvn-1901.de/verein](http://tvn-1901.de/verein)

## Editorial

Liebe Mitglieder, liebe Kolleginnen und Kollegen aus den Abteilungen,

herzlich willkommen – vor Euch liegt die neueste Ausgabe des TVN Reports! Wir wünschen Euch allen ein gesundes neues Jahr 2020. Und wir wünschen uns allen weiterhin viele, viele Erfolge mit dem und für den TV Nierstein.

Ein neues Jahrzehnt bricht an ... und für den TV Nierstein gehen die Jahre des Umbaus und der Weiterentwicklung weiter. Viele Aufgaben, die der Vorstand für den Verein gemeinsam mit seinen Mitstreitern aus den Abteilungen erledigen musste und muss, ergeben sich automatisch aus der Tatsache, dass der TV Nierstein weiterentwickelt werden soll, hin zu einem modernen Verein, professionell organisiert und bestens gewappnet für die Aufgaben der Zukunft.

Organisationsstrukturen, Mitgliederverwaltung, Finanzen und Controlling, Event-Organisation, Marketing, Presse, Sponsoring, Personalführung, zukunftsorientierte Aufstellung unseres Sportangebotes, Erfüllen der wichtigen Rolle des TV in den sozialen Bereichen in Nierstein und Schwabsburg ... und das sind noch lange nicht alle Aufgaben, mit denen sich der Vorstand beschäftigen muss.

So konnten wir unserem Ziel ein gutes Stück näher kommen, den Vorstand zu erweitern und zu verjüngen. Zudem ist unser Verein finanziell sehr gesund, sodass wir nicht nur die projektbezogenen Rücklagen steigern, sondern auch immer wieder die Wünsche der Abteilungen finanziell unterstützen konnten.

Schließlich haben wir noch eine neue Satzung auf den Weg gebracht – somit verfügt der TV Nierstein über eine »moderne Verfassung«, die ihn viele Jahre begleiten wird.

Im März findet unsere jährliche Mitgliederversammlung statt, an der wir einen neuen Vorstand wählen werden und somit eine weitere Weiche für die Zukunft stellen. Zeigt, dass der TV Nierstein lebt und unterstützt die Arbeit des Vorstandes – kommt zahlreich zur Mitgliederversammlung am 20.03.2020 um ein Zeichen zu setzen – ein Zeichen für einen starken TV Nierstein!

Ich freue mich auf Sie / Euch!

Ihr / Euer Toby Bieker

Turnen - tvn-1901.de/abteilung/turnen

## TV Nierstein auf der Gau-Meisterschaft beim TV Laubenheim

Am 21. und 22.09.2019 fand die diesjährige Gau-Meisterschaft Mannschaft beim TV Laubenheim statt. Mit einer Mannschaft ging der TV Nierstein an den Start.



**CHRISTIANE HORN**

Abteilungsleiterin Turnen  
christiane.horn@tvn-1901.de

Die Turnerinnen gingen ruhig und gelassen in den Wettkampf und zeigten an den Geräten Spannbarren/Reck, Boden, Balken und Mattenberg/Sprungtisch 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.

# 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

Folgende Platzierung wurde erzielt:

Im Wettkampf 304, Altersklasse 10 Jahre und jünger / Pflicht-Vierkampf Pa belegten Alicia Ludovici, Jessica Hasert, Jona Marckart, Laura Dupont, Lene Josefine Pöpler, Marie Niemeyer und Pia Kaufhold mit 162,05 Punkten den 8. Platz.



**Terminankündigung:**  
**14. März 2020 - Mini- Meisterschaft im**  
**Gerätturnen des Turngau Mainz (RSH)**

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

## Hoffnungsvoller Nachwuchs und das Zuwachs-Jahr!

**MARTIN GROSCH**

Abteilungsleiter Volleyball  
martin.grosch@tvn-1901.de

Wir Volleyballer hatten ein wirklich turbulentes und erfolgreiches Jahr 2019! Hier nur beispielhaft einige Highlights:

1. Am 5.1.2019 direkt zu Jahresbeginn unser 9. Volleyballturnier.
2. Abstieg von Mixed 2 im Volleyball-Verband Rheinhessen (VVRh) in die Mixed 3.
3. Zugewinn zweier Stamm-Spielerinnen aus der Jugend für die Mixed-Mannschaft (Tabea & Clara).
4. Aufbau von zwei Jugend-Trainerinnen: Tabea Zentel und Clara Wiedenmann.
5. Aufbau einer neuen Mädchen-Jugend-Mannschaft mit bis zu 18 jungen Damen.
6. Integration von Studenten, Austauschschülern, Au-Pairs, Wiederkehrern und Zugereisten: Matthias aus Brasilien, Marika aus Italien, Faiz, Tsegay und Omid (alle drei aus Afghanistan), Riccardo (Vereinswechsel und nach sechs Monaten zurückgekehrt), Daniel G. (nach drei Jahren Studium zurückgekehrt).
7. Klasse Saison-Auftakt in der Mixed 3 VVRh.
8. Hochzeit des Jahres vom Trainerpaar Rüdiger Schröder & Angelika Rautenberg - Ein Beweis, dass Volleyball verbindet !



9. Neujahrsturnier am 4. Januar 2020 zum 10. Mal in Folge und daher unsere »Jubiläums-Ausgabe« mit starker Beteiligung von 15 Mannschaften.

*Die Volleyballer (Trainer Rüdiger, Daniel S., Tabea, Riccardo, Rosi, Marco, Angelika, Michael, Martin, Tobias, Norbert / es fehlen: die weibliche Jugend, Clara, Maïke, Marika, Sonja, Albert, Alexander, Christian, Daniel G., Faiz, Kalle, Omid, Tsegay)*

Als Fazit kann ich festhalten, dass wir im Verein des TV Nierstein mittlerweile eine feste Institution sind und immer mehr Begeisterte für den Breitensport Volleyball gewinnen konnten. Das gibt mir große Hoffnung für die nächsten Jahre!



Mixed-Team



Volleyball weibliche Jugend 2019



Rüdiger und Angelika gehen durch das Spalier der Volleyballer



Herren-Mannschaft (Riccardo, Michael, Marco, Kalle, Rüdiger, Tobias, Norbert, Christian)

# Herrenspiel gegen TV Nieder-Olm mit 3:0 verloren

Hier hatten wir es diesmal mit einem von vorneher- ein übermächtigen Gegner zu tun.

Angetreten waren von unserer Seite: Daniel Grosch, Daniel Storck, Faiz, Kalle, Marco, Micha, Norbert, Riccardo und Rüdiger. Martin, der mit Hexenschuss pausieren mußte, piff das Spiel als erster Schiedsrichter. Das Schiedsgericht wurde von Angelika und Rosi, welche auch das Coachen unserer Leute übernahm, da



*Das Volleyball-Herren-Team*

Im zweiten Satz erfolgte die erste Auszeit bei 4:8 für Nieder-Olm, Norbert wurde für Rüdiger eingesetzt, der wegen eines Wadenkrampfes ausfiel. Auch Kalle ging raus und Marco ins Spiel. Die Hooligans hielten sich bemerkenswert zurück bis auf Andrea. Zweite Auszeit erfolgte bei 19:9. Dieser zweite Satz wurde von den Nieder-Olmern mit 25:12 gewonnen.

Im dritten Satz übernahmen unsere Jungs kurzzeitig die Führung mit 8:6. Daniel Grosch und Kalle wurden für Marco und Micha eingewechselt. Aber leider mussten wir auch diesen Satz mit 14:25 an die Nieder-Olmer abgeben.

Fazit: 3:0 (75:41) verloren. Als die Nieder-Olmer weg waren wurde, dennoch entspannt weitergespielt.



**ANDREA GROSCH**

Pressewart Volleyball  
andrea.grosch@tvn-1901.de

unser Trainer Rüdiger mitspielte, gestellt. Als Hooligans agierten diesmal Aileen, Andrea, Marika und Sophie.

Im ersten Satz erfolgte die erste Auszeit bei einem Spielstand von 8:3 für Nieder-Olm; die zweite Auszeit erfolgte bei 20:10. Dieser Satz ging an Nieder-Olm mit 25:15. Mittendrin war Norbert für Marco eingewechselt worden.

## Super Saison-Auftakt der Volleyball-Mixed-Mannschaft ...

... mit einem klaren 3:0 Sieg gegen TV Gimbsheim am 12.11.2019 in der VVRh-Mixed-Klasse Mixed 3

Satz 25:16

Satz 25:20

Satz 25:17



*Das erfolgreiche Volleyball Mixed-Team*

Aufgestellt wurden bei den Damen Angelika, Rosi und Tabea und bei den Herren Daniel, Marco, Martin, Micha und Riccardo.

Als Schiedsrichtergespann traten Norbert und Martin (abwechselnd als 1. Schiedsrichter), Tobias als 2. Schiri sowie Maike und Matthias als Linienrichter an. Als Schreiber fungierten Clara & Kalle. Auf der Bank waren die Fans Andrea, Marika, Sonja, Faiz und Tsegay angereist.

Im ersten Satz gewannen wir klar nach einer Auszeit bei 13:10 mit 25:16 .

Der zweite Satz ging wiederum an uns mit 25:20. Ein verdammt spannendes Spiel mit zwei Auszeiten , einmal bei 12:4 und einmal bei 21:18 für uns.

Beim dritten Satz gab es eine Auszeit für den TVN bei 9:2 für den Gegner, der leider ganz klar in Führung ging, und Trainer Rüdiger wechselte in die alte Aufstellung des ersten und zweiten Satzes wieder zurück.

Eine taktisch sehr clevere Entscheidung vom Coach Rüdi! Es gelang uns eine Aufholjagd mit tobenden Publikum, die der Mannschaft als »siebter Mann« den Rücken stärkte und derart motivierte, dass das Spiel sich wieder zu Gunsten des TVN drehte.

Rüdigers Entscheidung ging auf. Nach einer zweiten Auszeit stand es nur noch bei 13:10 für den Gegner TV Gimsheim und der TVN war deutlich auf der Überholspur.

Mit tatkräftiger Unterstützung durch die »Bänker«, wo sich Martin als echter »Cheerleader« entpuppte, drehte der TVN erst richtig auf und gewann auch den 3. Satz souverän mit 25:17.

Eine saustarke Teamleistung! Ein klarer und zu recht gewonnenes 3:0 Spiel des TVN gegen TV Gimsheim.



## Lokald Derby der Volleyball-Herrenmannschaft gegen Powerball Dienheim (2:3)

Angetreten sind Daniel, Marco, Martin, Micha, Norbert, Riccardo, Rüdiger und Tobias. Christian spielt diesmal in der gegnerischen Mannschaft mit. Als Fans jubelten Andrea, Angelika, Rosi, Tsegay und Sonja ihren Mannschaften zu.

Am Anfang sah es sehr gut für unsere Mannschaft aus:

Der Erste Satz wurde überragend gewonnen mit 25:15. Auch der zweite Satz ging mit 25:14 klar an uns! Bis dahin ein sehr eindeutig verdientes Ergebnis.

Leider drehte sich nach Auswechslung von zwei Spielern alles im dritten Satz: Nach kurzfristigem Hin und Her mussten wir ihn mit 20:25 an die Dienheimer abgeben.

Wir holten zwar im vierten Satz wieder auf, aber nach diversen Auszeiten erkämpfte sich Powerball erneut die Führung mit 20:25.

Leider ging auch der fünfte Satz mit einem Kopf-an-Kopf-Rennen nach einer Auszeit bei 7:7 im Tiebreak endgültig leider ganz knapp mit 13:15 verloren.

Also insgesamt eine tolle Leistung unserer Spieler und ein sehr spannendes und dynamisches Spiel! Nierstein holte mehr als verdient einen Auswärtspunkt.

Danach wurde noch ein Bierchen zusammen getrunken und man ging in aller Freundschaft auseinander.

## Volleyballhochzeit des Jahres

Am letzten Wochenende hat unser Trainer Rüdiger seine heißgeliebte Angelika endlich nach 13 Jahren geheiratet.

Das ganze Volleyballteam war eingeladen. Geheiratet wurde in der Nerobergbahn in Wiesbaden, danach organisierten die Volleyballer einen Sektempfang. Durch ein Spalier von den denselbigen, welche die Bälle über ihre Köpfe hinweg spielten, mussten die beiden dann zu ihrem Fotoshooting.

Später wurde im Weingut Dr. Dahlem in Oppenheim gefeiert. Nach reichlich Hochzeitstorte und einem ausgiebigen Buffet am Abend konnten die vollen Bäuche beim Tanzen abtrainiert werden. Rüdigers Kinder hatten zusätzlich noch

ein lustiges Spiel für die beiden vorbereitet, bei dem sie beweisen mussten, wie gut sie sich kennen.

Um Mitternacht löste sich die Feiergemeinde so langsam auf und Rüdiger und Angelika sind endlich unter der Haube.



*Angelika und Rüdiger gehen durchs Spalier der Volleyballer*



*Der Kampf um die Oberhand*

# Neujahrsturnier der Extraklasse

Wie jedes Jahr fand auch diesmal zu Beginn des Jahres das Neujahrsturnier der Volleyballer in der Rundsporthalle Nierstein statt. Es spielten 15 Mannschaften gegeneinander beim 10-jährigen Jubiläumsturnier.

Um 9 Uhr trafen wir uns in der Halle; aufgebaut hatten wir am Abend vorher.

Das Buffet wurde mit reichlich Salat- und Kuchenspenden der Volleyballer bestückt, das legendäre Chili con Carne natürlich inklusive, vorbereitet von Angelika, Rosi und Marco.

In diesem Jahr wurde vom Team Wilai Friebe (Orchidee Massage Nierstein) Thai-Massage angeboten. Sehr schön gestaltet mit Duft-Teelichtern und Bodenmatratzen.

Ab 10 Uhr startete das Turnier. Wie auch die letzten beiden Jahre zuvor wurden drei Gruppen mit je fünf Mannschaften auf drei Spielfeldern ausgelost. Die Mannschaften kamen aus Rheinhessen und sogar Kaiserslautern. Nun wurden eifrig die Bälle getauscht und die Mannschaften angefeuert. Nierstein war mit zwei Mannschaften vertreten: 1. Die dunkle Seite der Macht und 2. Riesling City Hoppers.

In der Mittagspause konnte dann geschlemmt und entspannt werden, ganz wie es beliebt.

Gegen 18.40 Uhr kamen wir nach diversen Spielrunden dann langsam zum Ende. Siegerehrung war um 19 Uhr.

Die Platzierungen lauteten wie folgt:

- 1) Querschläger
- 2) TSV Schott Mainz
- 3) AHS Mainz
- 4) SG Spiesheim
- 5) MTV 1817 Mainz
- 6) Sexy Bunnies
- 7) SG Klein-Winternheim-Schwabenheim
- 8) TV Dienheim
- 9) Globetrotter
- 10) TSV Mommenheim

- 11) TV Rüdesheim
- 12) SpG Alzey-Dautenheim
- 13) Riesling City Hoppers
- 14) TSV Armsheim-Schirmsheim
- 15) Die dunkle Seite der Macht

Dass unsere Mannschaften nur die Plätze 13 und 15 einnahmen, zeugt vom großen Fairplay der Gastgeber und konnte den Spaß an der Sache nicht nehmen.

Im nächsten Jahr wird wieder ein Neujahrsturnier mit 15 Mannschaften stattfinden – das wurde per Applaus abgestimmt!

Da es sich, wie eingangs erwähnt, um das 10-jährige Jubiläum handelte, wird wohl im nächsten Jahr das närrische Treiben mit dem 11. Turnier im Vordergrund stehen. Diesmal wurden bei den Gratifikationen Handtücher mit entsprechendem Aufdruck verteilt, die natürlich außer Weck, Worscht und Woi gerne genommen wurden.

Frank Zimmermann, Vorstand TVN, Trainer und Turnierleitung Rüdiger und seine Frau Angelika sowie Abteilungsleiter Martin verteilten die Gewinne.

Nun freuen wir uns auf das kommende Neujahrsturnier im nächsten Jahr!



*Querschläger – die Sieger des 10. Volleyballturniers*



*Sammlen der Mannschaften vor den Spielen  
bei der Turnierleitung*



Das Team von Wilai Friebe (Orchidee-Thai-Massage) steht bereit



Die Spieler verfolgen die ersten Spiele



Die Kulisse der drei Volleyball-Felder am frühen Morgen



Einer der 1. Schiedsrichter



Die Riesling City Hoppers (TV Nierstein) mitten im Spiel



Kulisse der Spiele von der Tribüne



Legendäre Chili con Carne mit fleißigen Helfern vom Buffet (Jutta, Maïke / Petra und Wolfgang fehlen)



weitere Tribünen-Bilder



Mittagspause zur Stärkung



Reichhaltiges Salat- und Kuchenbuffet



Die 1. Runde neigt sich dem Ende



Grußworte vom TVN-Vorstand Frank Zimmermann  
(im Hintergrund Rüdiger Schröder, Turnierleitung)



Die Riesling City Hoppers (TVN) beim letzten  
Vorrunden-Spiel



Alle Mannschaften haben sich zur Siegerehrung versammelt



Turnier-Abschlussworte vom  
Abteilungsleiter Volleyball  
Martin Grosch



»Die dunkle Seite der Macht« (TV Nierstein)  
belegt im Fairplay den 15. Platz



Die »Riesling City Hoppers«  
(TV Nierstein) belegt den 13. Platz



Die Turniersieger »Querschläger« mit Turnierleitung  
Rüdiger Schröder, Vorstand TVN Frank Zimmermann,  
Abt. Leiter Volleyball Martin Grosch und Turnier-  
Support Angelika Rautenberg

## Neue Volleyballjugend für Mädchen

Die ersten Trainingsstunden der neuen Jugend haben bereits stattgefunden und wir freuen uns, dass so viele Mädchen zahlreich erschienen sind.

Bisher haben wir uns, nach dem Aufwärmen, mit den Grundlagen des Volleyballs beschäftigt und haben Übungen zum Thema Pritschen und Baggern gemacht. Übers Netz pritschen, im Dreieck pritschen oder mithilfe einer Bank die Körperspannung beim Baggern üben. Das Ziel dieser Übungen ist es, in einem Team zu spielen, die Entfernung zum Netz abzuschätzen und sich an das Ballgefühl zu gewöhnen. Das Training haben wir mit einem Volleyballspiel in zwei Gruppen abgeschlossen und uns mit den Regeln des Spiels beschäftigt.

Wir, Clara (19) und Tabea (20), sind die neuen Trainerinnen der Jugendmannschaft und freuen uns immer über neuen Zuwachs in der frisch gegründeten Gruppe. Zu Beginn werden uns die Trainer der Mixed Mannschaft, Angelika und Rüdiger, für Rat und Tat zur Seite stehen. In den vergangenen Jahren haben wir selbst in der Jugendmannschaft des TV Nierstein gespielt, aus welcher der Großteil der Spielerinnen mittlerweile herausgewachsen ist. Somit war es unser Ziel, eine neue Mannschaft für begeisterte junge Mädchen aufzubauen. Aktiv spielen wir beide bei der Mixed Mannschaft des Vereins mit und sind beide begeisterte Spielerinnen. Unsere Ziele sind es, die Grundlagen des Volleyballs zu festigen, neue Techniken



Clara und Tabea



**TABEA ZENTEL**

Volleyball

tabea.zentel@tvn-1901.de

zu erlernen, Erfolge als Team gemeinsam zu feiern und Spaß am Sport zu haben! Geplant haben wir auch, Trainingsspiele mit anderen Jugendmannschaften zu organisieren, sobald wir alle Basics erlernt haben.

Dienstags, 18:00 bis 19:30 Uhr, alte Turnhalle Gymnasium Oppenheim für Mädchen ab 13 Jahren.

Wir freuen uns immer, neue Gesichter zu sehen und hoffen, dass wir euch für den Volleyballsport begeistern können!

## Bericht zur neuen Jugendmannschaft

Ein ereignisreiches Jahr 2019 geht für die Volleyballabteilung des TV Nierstein zu Ende. Seit vergangenem Sommer trainiert die Jugendmannschaft der Volleyballabteilung jeden Dienstag in der Sporthalle des Gymnasium Oppenheim. Nachdem anfänglich das Training mit sechs Mädchen begonnen hat, sind wir mittlerweile 14 begeisterte Spielerinnen im Alter von 12 bis 18 Jahren.

Zu Beginn haben wir uns mit den Grundtechniken des Volleyballs, dem Pritschen, Baggern und dem Aufschlag beschäftigt. In den Trainingsstunden wurden verschiedenen Schwerpunkte gesetzt, um neue Techniken gezielt zu erlernen. Zum Beispiel haben



wir ein Zirkeltraining mit Übungen zum Kraftaufbau, Ausdauer und Teamübungen gemacht. In einem weiteren Training haben wir einen kurzen Theorieblock eingelegt, um den »Angriffsschlag« einzuführen, welcher aus einer Schrittfolge und der kombinierten Armbewegung besteht. Daraufhin haben wir einige Übungen gemacht und das neu Erlernte direkt im Spiel ausprobiert.

Der letzte Part des Trainings besteht meistens daraus, Aufschläge über das Netz zu üben und dem heiß ersehnten Volleyballspiel in Mannschaften auf dem großen Feld. Im Vergleich zu den ersten Stunden sieht man einen großen Fortschritt im Spielfluss. Die Absprache untereinander und das eigene Ballgefühl verbessert sich mit jedem Training. Ich denke, ich spreche für alle, wenn ich sage, dass das Spiel am Ende am meisten Spaß macht, da man hier anwenden kann, was man gelernt hat und es Spaß macht, als Team zu spielen und zu gewinnen.

Damit wir auch für den Sommerurlaub am Strand gerüstet sind, werden wir uns bei schönem Wetter auf dem Beachvolleyballplatz ausprobieren, denn bei schönem Wetter draußen im Sand zu spielen, sorgt für Abwechslung und macht nochmal mehr Spaß. Damit sich das Training auch bezahlt macht, werden wir bald ein paar Trainingsspiele organisieren, damit die Mädels sich langsam an das »Turnierfeeling« gewöhnen und sich gegen eine andere Mannschaft behaupten können.

Das Wichtigste in einem Teamsport ist vor allem der Zusammenhalt im Team. Es freut uns sehr zu sehen, dass sich alle Mädchen gut verstehen und zu einem tollen Team zusammengewachsen sind. Die Mädchen haben Spaß am Sport und sind immer bereit, Neues zu lernen, und es ist toll, dass es so viele junge Leute gibt, die sich für den Volleyballsport begeistern können. Natürlich freuen wir uns immer über Zuwachs, also kommt einfach vorbei und wir freuen uns sehr, euch kennenzulernen.

Das Training findet immer Dienstags von 18:00 bis 19:30 Uhr in der alten Sporthalle des Gymnasiums Oppenheim statt.



## 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**<sup>®</sup>  
Sports & Prevention

Rückentherapie-Center

**Back-check**<sup>®</sup>  
by Dr. WOLFF

**SRT- ZEPTORING**<sup>®</sup>

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



**FRANK ZIMMERMANN**

2. Vorsitzender

frank.zimmermann@tvn-1901.de

✈ Handball - [tvn-1901.de/abteilung/handball](http://tvn-1901.de/abteilung/handball)

## Neues von unserer Handball C-Jugend

Die C-Jugend-Handballer haben in den Sommerferien eine selbstständige Saisonvorbereitung mit Zielvorgaben durch die Trainer durchgeführt. Dazu gehörten u.a. Liegestützen, 3.000-m-Lauf und vieles mehr.

Am 31. August 2019 hat dann die Mannschaft am Run for Children in Mainz (bei Schott) teilgenommen. 80 Teams waren hier am Start.

Im Team 58, dem BMW Power Runners Team (gesponsert durch das Autohaus Karl & Co. GmbH KG) liefen die Jungs in der Zeit von 11:00 bis 17:00 Uhr bei glühender Sommerhitze insgesamt 230 Runden, was einer Gesamt-Kilometerleistung von 93 km und einem Schnitt von 3:54 Minuten pro Kilometer entspricht. Diese Ergebnis reichte zu einem hervorragenden 9. Platz.

Die Sponsoren verpflichteten sich, mindestens 2 € pro Runde für den guten Zweck zu spenden. Also erlief das Team knapp 500 €. Respekt für diese tolle Leistung!

Nachfolgend der Link zur Veranstaltung bzw. zur Ergebnisliste.

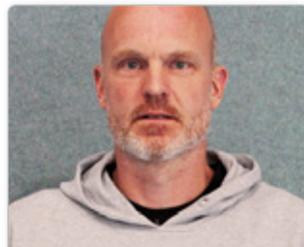
<http://www.runforchildren-mainz.de/>

[http://www.runforchildren-mainz.de/images/stories/content/pdf/2019/Rundenliste\\_1700\\_fin](http://www.runforchildren-mainz.de/images/stories/content/pdf/2019/Rundenliste_1700_fin)



# Handball 1. Mannschaft

## Erfolgreichste Hinrunde seit Wiederaufstieg in die Verbandsliga



**SASCHA WIEHL**

Handball

sascha.wiehl@tvn-1901.de

Mit sieben Siegen bei nur drei Niederlagen gelang den 1. Herren die erfolgreichste Hinrunde seit langem. Wäre da nicht die vom Handballverband auferlegte Strafe von vier Minuspunkten (zu wenig vom TV Nierstein gestellte Schiedsrichter), so läge man nach zehn Spieltagen nur zwei Punkten hinter dem Spitzenreiter zurück.

Die Gründe für diesen Erfolg sind vielschichtig. Ein wichtiger Aspekt ist sicherlich, dass ein Großteil der Mannschaft nun schon seit mehreren Jahren zusammenspielt und es bleibt zu hoffen, dass dies auch über die laufende Runde hinaus der Fall bleiben wird! Die beständige spielerische Weiterentwicklung jedes einzelnen legt den Grundstein für den aktuellen Erfolg. Darüber hinaus haben sich die in den letzten Jahren aus der A-Jugend zu uns gestoßenen Spieler mittlerweile an die Verbandsliga gewöhnt und übernehmen zusammen mit unserem Rückkehrer immer mehr Verantwortung.

Nach einem durchwachsenen Saisonstart mit 4:4 Punkten aus den ersten vier Spielen, steigerte sich die Mannschaft bis zur Winterpause und errang in den restlichen sechs Spielen bis Weihnachten noch fünf Siege bei nur einer Niederlage. Die Stärken der Mannschaft liegen seit jeher im schnellen Spiel nach vorne, und wenn man auf eine starke Abwehr und starke Torhüter bauen kann, wie dies während der meisten Spiele der Hinrunde der Fall war, dann lässt sich diese Philosophie umso leichter durchsetzen.

Bei nur noch vier Heim- und sechs Auswärtsspielen wird die Rückrunde kein Selbstläufer werden. Nur wenn wir weiterhin konsequent daran arbeiten, unsere Stärken auf dem Spielfeld umzusetzen und aus Fehlern zu lernen, dann können wir auf eine ähnlich erfolgreiche Rückrunde hoffen.

Wir freuen uns über jeden Zuschauer, der uns in der Rundsporthalle unterstützt!

Sonntag, 12.01.2020, 14:00 Uhr: TV Nierstein – HSV Alzey

Sonntag, 26.01.2020, 16:00 Uhr: TV Nierstein – TV Nieder-Olm 2

Sonntag, 22.03.2020, 16:00 Uhr: TV Nierstein – HSG Worms 2

Sonntag, 19.04.2020, 16:00 Uhr: TV Nierstein – TG Osthofen 2

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

# PC-Service-Lang

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

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



E-Mail: [info@pc-lang.de](mailto:info@pc-lang.de)  
Internet: [www.pc-lang.de](http://www.pc-lang.de)

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



**Autorisierter Händler**

✂ Badminton - [tvn-1901.de/abteilung/badminton](http://tvn-1901.de/abteilung/badminton)

## Neue Trainingstermine Badminton

Hallo Freunde der fliegenden Bälle,

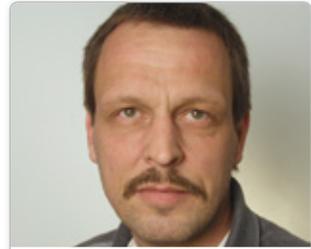
zunächst einmal wünsche ich allen, die diesen Bericht lesen, ein frohes und gesundes neues Jahr 2020, natürlich auch allen anderen.

Bevor ich es vergesse, hiermit seid Ihr alle recht herzlich eingeladen, unser erstes Training im neuen Jahr 2020 mitzumachen. Wir trainieren wieder ab Sonntag, den 12. Januar 2020 ab 10:00 Uhr in der Rundsporthalle. Schläger und Bälle liegen bereit. Ihr braucht nur sportliche Kleidung und etwas Mut. Wer nicht am ersten Training teilnehmen kann, auch kein Problem. Das Training findet regelmäßig an fast allen Sonntagen im Jahr statt. Der nächste Termin wäre der 19. bzw. 26. Januar 2020 jeweils ab 10:00 Uhr.

Terminänderungen aufgrund anderer Vernastaltungen werden über die Webseite des TV Nierstein zeitnah angekündigt.

Sportliche Grüße

Norbert Schweger  
Abteilungsleiter Badminton



**NORBERT SCHWEGER**

Abteilungsleiter Badminton  
[norbert.schweger@tvn-1901.de](mailto:norbert.schweger@tvn-1901.de)





**FRANK ZIMMERMANN**

2. Vorsitzender

frank.zimmermann@tvn-1901.de

## Landmarkt in Dexheim

Am 22. September 2019 fand der Landmarkt im Weingut Weyell in Dexheim statt. Auch dieses Mal war der TV Nierstein wieder dabei.

Die beliebte Hüpfburg gehört ja schon zum gewohnten Bild. Neu hingegen war unser Faltpavillon und zwei Beachflags, beides mit TVN-Logo und in den knalligen TVN-Farben.

Mit diesem neuen Equipment sowie unserem Infostand war bei dieser Veranstaltung ein deutlich gesteigertes Interesse an den Aktivitäten des Sportvereins zu spüren. Zahlreiche Besucher interessierten sich für den Verein und seine angebotenen Sportarten. Die neueste Ausgabe des TVN Report war schnell vergriffen.

Bis auf einen technischen Defekt an der Stromversorgung der Hüpfburg, der wiederum schnellstens behoben werden konnte, lief alles perfekt ab. Das spätsommerliche Wetter unterstützte natürlich auch den gelungenen Tag. Wie immer war die Hüpfburg bis zuletzt gut besucht.

Für 2019 war dies der letzte offizielle Einsatz der Hüpfburg. Natürlich können weiterhin Anfragen zur privaten Leihe bei frank.zimmermann@tvn-1901.de angefragt werden.



## Fitness Weinprobe im TV Nierstein

Seit Jahrzehnten veranstaltet der Turnverein Nierstein eine Weinverkostung regionaler Weine begleitet von kulinarischen Leckerbissen. Vor dem offiziellen Start wurden die Gäste im ausverkauften Vereinsraum mit einem Secco des Weinguts Friedrichshof begrüßt.

Die Moderatorin des Abends, Jungwinzerin Jana Kopp vom örtlichen Weingut Sternenfelsenhof, erläuterte zu Beginn ihre Sicht einer Fitness-Weinprobe mit Verknüpfung von Sport und Wein. Sie beruhigte das Publikum und erklärte



ihm, dass keine sportlichen Aktivitäten an diesem Abend zu erwarten sind und somit alle auf ihren Plätzen sitzen bleiben durften. Vielmehr verglich sie die Weinprobe

mit einem fiktiven Workout. »Bevor man mit dem Sport beginnt, muss erst einmal der Kreislauf in Schwung gebracht werden«. Unter diesem Motto wurde dann auch die Weinprobe mit einem anregenden Riesling Sekt aus dem eigenen Weingut gestartet. Mit ihrem darauf folgendem Zitat »Sport gibt mir das Gefühl, nackt besser auszusehen – Sekt übrigens auch«, war der Einstieg in einen über-



aus unterhaltsamen Abend geglückt. Mit ihrer frischen und witzigen Moderation hatte Jana Kopp das gesamte Publikum den ganzen Abend über, trotz eines nicht unerheblichen Konsums von elf verschiedenen Tropfen, voll im Griff.

Nach dem Einstieg mit Secco und Sekt verknüpfte Jana Kopp die trockene Scheurebe (Weingut Leonhard) mit dem Aufwärmen zum Beginn eines Trainings. Den fruchtig,



lebendigen Sauvignon Blanc (Weingut Eimermann) bezeichnete sie als einen Wein mit geringem Trinkwiderstand und verglich das ausbalancierte Süße-Säure-Verhältnis mit leichten, fließenden Bewegungen im Sport. Zu diesem ersten Durchgang wurde als Vorspeise zartes Pastrami an Roggentoast gereicht. Mit der kulinarischen Verpflegung durch den BBQ-Service Torsten Günther ging der Verein dieses Jahr einen neuen Weg. Im professionellen Smoker wurde vor Ort geplankter Lachs und zartes Roastbeef gegrillt und durch die zahlreichen Helfer des Vereins den Gästen kredenzt.

Mit Übungen, die man kennt und gerne macht, aber trotzdem nie



langweilig werden, schaffte Jana einen hervorragenden Vergleich zu dem, was Nierstein ausmacht. Anhand von zwei Rieslingen (Weingut Schneider-Müller und Weingut Strub 1710) zeigte sie die Varianz der heimischen Rebsorte auf. Neue Sportimpulse für den Körper setzen war dann auch der pas-



sende Übergang zur Verkostung eines naturweißen Cuvée (Weingut Schätzel), einem Wein der so noch nie bei der Probe des Vereins verkostigt wurde. Mit einem Blanc des Noir (Weingut Gröhl), einem weißen Wein, der aus roten Trauben gewonnen wurde, ging es auf die Zielgerade. Ausgepowert und alles gegeben, die Dehnung danach bringt Jana schließlich mit einem Gewürztraminer (Weingut Albert Ritzheim) zusammen. Mit der Siegerrebe (Weingut Staiger) beendete sie ihren fiktiven Ausflug zum sportlichen Workout und belohnte die Gäste zum Abschluss mit der Trilogie Cuvée rot (Weingut Raddeck) und einer leckeren Himbeer Panna Cotta.

Mit einer Standing Ovation bedankte sich das Publikum für eine tolle Moderation an einem rundum gelungenen Abend. Ein besonderer Dank galt den zahlreichen freiwilligen Helfern sowie den Winzern für ihre großzügigen Spenden, ohne die so einen Abend nicht möglich gewesen wäre.



## Abteilung Golf im TV Nierstein

Im Frühsommer diesen Jahres haben wir angekündigt, eine Kooperation mit dem Golfclub Domtal Mommenheim aufzubauen. Dies streben wir nun für die kommende Saison an.

Zum geplanten Programm wird voraussichtlich folgendes gehören:

- kostenlose Teilnahme für TVN-Mitglieder an Schnupperkursen im GC Domtal
- Platzreifekurse für TVN-Mitglieder
- Trainingseinheiten für TVN-Mitglieder mit einem Golf Pro (Trainer) des GC Domtal
- gemeinsame Golfrunden auf der Anlage des GC Domtal
- gemeinsame Golfturniere
- Willkommensbonus für Neumitglieder
- Gymnastikkurse in den Räumlichkeiten des GC Domtal.

Golf muss nicht immer teuer sein. Speziell für Kinder bietet der GC Domtal sagenhafte Angebote an. Über die kostenlosen Schnupperkurse für die TVN-Mitglieder kann man hervorragend mal ausprobieren, was es bedeutet, den kleinen weißen Ball zu beherrschen.

Es ist geplant über den Winter Gymnastikkurse in den Räumlichkeiten des GC Domtal anzubieten. Gerade die Winterzeit ist für Golfer und Mitglieder des TVN eine gute Zeit, um den Rücken zu trainieren. Vielleicht klappt es ja bereits diesen Winter.

Aber natürlich ist auch hier noch sehr viel Abstimmungsarbeit erforderlich. Die gegenseitigen Kosten müssen zwischen den Vereinen geklärt werden. Ein Übungsleiter muss für den Gymnastikkurs gefunden und die Übungszeiten abgestimmt werden.

Wie immer Arbeit über Arbeit. Aber wir nehmen die Herausforderung an und werden euch / Sie baldmöglichst über die weiteren Schritte informieren.

Hier schon mal der Link zur Webseite des GC Domtal Mommenheim <https://www.gc-dm.de/>



Foto: Harald Kiene

## Interview mit Denis Fuchs - Sponsoring-Beauftragter beim TV Nierstein

TVN-Redaktion (R): In 2019 hast du dich bereiterklärt, den TVN über deine Trainertätigkeit im Handball hinaus zu unterstützen. Der Vorstand hat dich zum Beisitzer bestellt. Was ist nun deine Aufgabe?

Denis (D): Ich habe das Amt des Sponsoring-Beauftragten übernommen. Der Vorstand hat sich als Ziel gesetzt, das Sponsoring zu zentralisieren, um dadurch mehrfache Anfragen bei möglichen Sponsoren zu vermeiden.

(R): Und was waren hier deine ersten Aktivitäten?

(D): Ich habe erst einmal alle Verantwortlichen unserer Abteilungen angeschrieben, um einen Überblick der aktuellen Sponsoren-Situation zu erhalten. Zusammen mit den Sponsoren in unserem TVN-Report kann ich damit eine Gesamtübersicht erstellen und dem Vorstand daraus eine weitere Strategie vorstellen. Mein Ziel wäre es, in 2020 unsere bestehenden Beziehungen zu den Sponsoren zu pflegen und nach der Analyse mögliche neue Sponsoren zu identifizieren.

(R): Das klingt nach einer Herausforderung. Das Ganze wird natürlich nur funktionieren, wenn du auch eine entsprechende Unterstützung aus den Abteilungen erhältst.

(D): Richtig. Deshalb nochmals der Aufruf, schickt mit bitte eure Kontakte und Informationen zu den jeweiligen Sponsoren. Bei Fragen und Anregungen stehe ich euch über die Mail-Adresse [denisfuchs@gmx.de](mailto:denisfuchs@gmx.de) gerne zur Verfügung.

(R): Vielen Dank Denis für dein Engagement. Als Vertreter des Vorstands kann ich dir von unserer Seite jegliche Unterstützung garantieren. Ich wünsche dir viel Erfolg.

An dieser Stelle möchten wir uns auch bei allen Sponsoren des Vereins bedanken. Durch ihre Unterstützung konnten wir bereits viele Projekte fördern, die ansonsten zu Lasten der Mitgliedsbeiträge gegangen wären. Nicht zuletzt dadurch konnten wir diese über Jahre hinweg stabil halten. Vielen Dank!

# TVN auf rheinselz-highlights.o-ha.news

Seit Dezember 2019 ist der TVN auch auf der Plattform von rheinselz-Highlights vertreten. Unsere aktuellen Artikel werden damit auf einem weiteren aufstrebenden Medium veröffentlicht und erreichen damit ein noch größeres Publikum. Gleichzeitig damit ist auch die Verlinkung auf den Facebook Account von rheinselz-highlights verbunden.

Schaut doch einfach mal rein: <https://rheinselz-highlights.o-ha.news/sparticles>



21:29 Freitag 27. Dez. rheinselz-highlights.o-ha.news 73%

**rheinselz-highlights** Artikel- und Themensuche

News Snips Anmelden



Gesponsert

TV NIERSTEIN HAT VIEL ZU BIETEN...

## Neues aus dem Turnverein Nierstein (TVN)

Dieser Artikel berichtet regelmäßig über News, Ereignisse, Termine und Events des Niersteiner Turnvereins. In Zusammenarbeit mit dem Vorstand des TVN.

**Die nachfolgenden Artikel wurden vor Redaktionsschluss erstellt. Teilweise sind die Kurse bereits gestartet. Bei Interesse bitte an Dimitra Frings wenden.**

 Tanzen - [tvn-1901.de/abteilung/tanzen](http://tvn-1901.de/abteilung/tanzen)

## Neue Tanzkurse beim TV Nierstein

Aufgrund der großen Nachfrage bietet der TV Nierstein nach den Weihnachtsferien neue Tanzkurse an. Wieder dabei – Discofox, der Tanz, der (fast) immer passt!

Einfaches Prinzip, großer Spaßfaktor. Discofox kann zu fast jeder Partymusik getanzt werden. Egal, ob Sie Einsteiger sind oder bereits Vorkenntnisse haben, wir bieten zwei Leistungsstufen an. Der Einstieg in der Grundstufe ist ohne Vorkenntnisse möglich. Die Discofoxkurse bestehen aus drei Unterrichtseinheiten zu je 60 Minuten. Die Kursgebühr beträgt 30 € pro Person.

Die Termine sind wie folgt:

Discofox Anfänger ab 11.01.2020 samstags 16.00 bis 17.00 Uhr

Discofox Fortgeschrittene ab 12.01.2020

sonntags 15.00 bis 16.00 Uhr

Zudem findet nochmals ein Tanzkurs für Anfänger statt. Der perfekte Einstieg unter anderem mit den Tänzen Langsamer Walzer, Foxtrott, Cha-Cha-Cha und Rumba. Der Kurs besteht aus fünf Unterrichtseinheiten zu je 90 Minuten (inkl. Pause). Die Kursgebühr beträgt für Mitglieder 50 € pro Person und Nichtmitglieder 60 € pro Person.

Tanzkurs Anfänger ab 23.02.2020 sonntags 15.00 bis 16.30 Uhr

Tanzkurs Fortgeschrittene ab 04.01.2020 samstags 17.30 bis 19.00 Uhr

Alle Kurse finden im Haus der Gemeinde statt. Anmeldung über [Dimitra.Frings@tvn-1901.de](mailto:Dimitra.Frings@tvn-1901.de)



**DIMITRA FRINGS**

Tanzen

[dimitra.frings@tvn-1901.de](mailto:dimitra.frings@tvn-1901.de)

## Jugend-Tanzkurse - Coole Musik und viel Spaß

Der TV Nierstein versucht nach dem erfolgreichen Start der Erwachsenen-Tanzkurse etwas Abwechslung ins Programm zu nehmen. Dieser Kurs ist speziell an Jugendliche im Alter von 14 bis 19 Jahren gerichtet.

Tolle Musik, coole Schritte und viele Freunde. Zwei linke Füße? Gibt's nicht. Tanzen ist ein spannendes Freizeitvergnügen. Ihr lernt hier angesagte Partytänze ebenso wie z.B. Discofox, ChaCha und Jive.

Wir bringen euch nicht einfach nur Schrittkombinationen bei, sondern in erster Linie den Spaß an der Bewegung und am Tanzen! Wir zeigen die Schritte, passende Folgen und wie man sich richtig bewegt. Damit seid ihr top auf jeder Party!

Oder habt ihr schon einen Tanzkurs besucht und möchtet euer Wissen für den Abi-Ball etc. auffrischen? Dann meldet euch einfach unter [dimitra.fring@tvn-1901.de](mailto:dimitra.fring@tvn-1901.de) an.

Ihr könnt euch auch gerne als Gruppe anmelden.

Grundkurs:

ab 26.04.2020 sonntags 15.00 bis 16.00 Uhr im Haus der Gemeinde

ab 29.04.2020 mittwochs 17.00 bis 18.00 Uhr und 18.00 bis 19.00 Uhr im Haus der Gemeinde

Kursdauer jeweils 5 x 60 Minuten, Kursgebühr 50 € pro Person



## Ladies Latin Dance

Wer braucht schon einen Tanzpartner, um zu temperamentvollen südamerikanischen Rhythmen zu tanzen?

Erstmals bietet der TV Nierstein unter der Leitung von Dimi Frings speziell für Frauen Ladies Latin Dance an. Es wird ohne Partner getanzt - Sie können Ihren Mann also zu Hause lassen.

Mitmachen kann jede, egal, ob Anfängerin oder Seniorin. Das Tanzen ist effektiv und es macht jede Menge Spaß. Bewegen Sie sich zu heißen Latino-Rhythmen und halten Sie sich ganz nebenbei fit und trainieren Körperhaltung und Ausstrahlung.

Rumba, Cha Cha Cha, Salsa, Jive, Samba und Paso Doble werden in der Solo-Variante unterrichtet. Sie lernen Basis-Schritte, Drehungen, Figuren und kleine Kombinationen der verschiedenen Tanzarten.

Alles was Sie dazu brauchen ist bequeme Kleidung (Tanzschuhe sind nicht erforderlich) und Freude an Bewegung und den lateinamerikanischen Rhythmen. Um schriftliche Anmeldung wird gebeten.

Die Kurse beginnen:

Ab Montag den, 06.01.2020 um 19:00 Uhr

Ab Freitag den, 10.01.2020 um 11.00 Uhr

Kursdauer jeweils 10 x 60 Minuten, Kursgebühr für Mitglieder 20 € / Nichtmitglieder 30 €

**ANNA SCHNEIDER**

Tanzen

anna.schneider@tvn-1901.de

## Neue Wege in 2019 für Magic Phoenix

Das Jahr 2019 ist beendet und die Magic Phoenix blicken auf ein aufregendes Jahr zurück. Im vergangenen Jahr hat sich viel geändert. Angefangen mit der Entscheidung, die Tanzrichtung zu ändern und mit »Freestyle« bei Turnieren des DVGs zu starten. Im Anschluss an diese Entscheidung folgte viel Üben und Einstudieren des

neuen Tanzes. Zwischendurch präsentierten wir unseren alten Tanz noch mal auf dem Turnier »Tanzen gegen Blutkrebs« und schlossen dieses mit einem guten 4. Platz ab. Danach folgten ein paar Veränderungen innerhalb der Gruppe. Ein Paar Mädels gingen, ein paar kamen neu dazu, somit war im ersten halben Jahr viel Unruhe in der Gruppe. Im zweiten Halbjahr nach den Sommerferien beruhigte sich alles ein wenig, wir konnten entspannter, voll ausgeruht, mit neuer Energie unseren Tanz weiter entwickeln und gingen mit großen Schritten auf das Fertigstellen des Tanzes zu. Natürlich durfte da auch zwischendurch eine gemeinsame Übernachtung mit Pizza essen, Filme und alten Tänzen schauen nicht fehlen. Wir haben viel gelacht und es hat richtig Spaß gemacht. So war es auch direkt beschlossene Sache, dies im Jahr 2020 zu wiederholen, vielleicht auch mehrmals. Mittlerweile ist der Tanz fertig und es folgen nun die Feinheiten, damit der Tanz perfekt sitzt, wenn der erste Wettkampf am 25. Januar in Hochheim am Main kommt. Wir werden berichten, wie dieser gelaufen ist. Unser Jahr 2019 schlossen wir mit einer kleinen Weihnachtsfeier in der Sporthalle ab. Wir haben zusammen getanzt, Quatsch gemacht, viel gelacht und haben die gemeinsame Zeit genossen. Die Magic Phoenix mit ihren Trainerinnen wünschen allen ein schönes Jahr 2020 und freuen sich, den einen oder anderen auf einem Auftritt vielleicht wiederzusehen.

Eure Magic Phoenix



📌 Zumba - [tvn-1901.de/abteilung/zumba](http://tvn-1901.de/abteilung/zumba)

## Neue ZUMBA-Trainerin stellt sich vor

Mein Name ist Nadine Laubenstein, ich bin 34 Jahre alt, verheiratet und Mutter eines 5-jährigen Sohnes. Schon seit meiner Kindheit liebe ich es einfach zu Tanzen, habe schon Jazztanz, Breakdance/Hiphop, Fastnachtsballett gemacht, bis ich schließlich beim Zumba gelandet bin. Nach langjähriger Teilnahme an Zumba Fitness-Kursen habe ich mich dazu entschieden, diese Liebe zum Tanzen auf das nächste Level zu bringen und selbst Trainerin zu werden. Im September diesen Jahres habe ich nun meine Zumba-Instructor Ausbildung absolviert und freue mich sehr, dass ich seit 7. Oktober jeden Montag, von 18:00 bis 19:00 Uhr einen neuen Zumba Fitness-Kurs im Haus der Gemeinde anbieten darf.



**NADINE LAUBENSTEIN**

Zumba

[nadine.laubenstein@tvn-1901.de](mailto:nadine.laubenstein@tvn-1901.de)



Ich habe noch einige Plätze in meinem Kurs frei und neue Teilnehmer sind jederzeit herzlich willkommen.

Ich freue mich darauf, mit euch gemeinsam so richtig schön ins Schwitzen zu kommen, die verschiedenen lateinamerikanischen Rhythmen zu spüren, einfach Spaß zu haben und den Alltag einmal zu vergessen.

**LAURA LAZZAROTTI**

Abteilungsleiterin Zumba  
laura.lazzarotti@tvn-1901.de

## Zumba® Fitness freitags um 10 Uhr in Nierstein

Mit Spaß und mitreißender Musik werden Stress und überflüssige Pfunde einfach weggetanzt. Durch die ständige Bewegung und wechselnde Geschwindigkeiten erhöht das Tanz-Fitness-Programm die Kondition, regt die Fettverbrennung an, stärkt die Muskulatur und strafft den Körper. Die variantenreichen Dance-Moves trainieren außerdem die Koordination.

dem die Koordination.

Beim Turnverein Nierstein 1901 e.V. kann Zumba® Fitness freitags von 10.00 bis 11.00 Uhr ausprobiert werden. Ein Einstieg ist jederzeit und für jedes Fitnesslevel möglich. Anmeldung wird unter [laura.lazzarotti@tvn-1901.de](mailto:laura.lazzarotti@tvn-1901.de) erbeten.

## Neues Angebot der Abteilung Zumba

Seit Montag, 7. Oktober 2019 bietet der Turnverein Nierstein 1901 e.V. eine neue Zumba Fitness Stunde an.

Egal wie fit oder wie alt man ist, Zumba® Fitness ist für fast jeden geeignet, denn die Intensität des Trainings kann individuell gesteuert werden. Die Mischung aus Tanz, Aerobic und Intervalltraining bringt die Figur zu lateinamerikanischen und internationalen Klängen in Topform.

Tanzen, schwitzen und den Rhythmus spüren kann man immer montags von 18.00 bis 19.00 Uhr. Freie Plätze haben wir auch freitags von 10.00 bis 11.00 Uhr. Eine Teilnahme an einer unverbindlichen Probestunde ist nach Anmeldung unter [Laura.Lazzarotti@tvn-1901.de](mailto:Laura.Lazzarotti@tvn-1901.de) jederzeit möglich.

Judo - tvn-1901.de/abteilung/judo

## Auflösung der Abteilung Judo

Die Trainersituation in der Abteilung Judo ist seit längerem angespannt. Leider ist auch nach den Herbstferien keine Verbesserung eingetreten. Auch die Bemühungen des Vorstandes, mit Inseraten in diversen Medien blieben leider ohne Erfolg. Aus diesem Grund müssen wir euch leider mitteilen, dass das Training der Judo Abteilung beim TV Nierstein ganz einstellen müssen.

Wir werden bis zum 13.12.2019 das Training fortführen und an diesem Tag einen kleinen Ausstand mit den Judoka machen. Hierfür wollen wir uns noch mal von 18.00 bis 19.00 Uhr in der Halle treffen.

Als Alternative können wir euch die umliegenden Judo-Vereine empfehlen. Insbesondere in Nackenheim, Nieder-Olm, Wörrstadt oder Worms. Die Kontaktdaten findet ihr hier: <http://judo-rheinland.de/vereine.php>

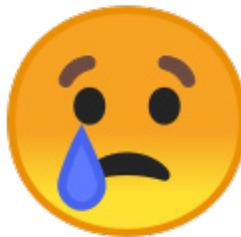
Der Verein wird sich weiter bemühen, neue Trainer zu finden, um die Abteilung wieder zu eröffnen.



**FRANK ZIMMERMANN**

2. Vorsitzender

frank.zimmermann@tvn-1901.de





**ARNOLD KNAPPEK**

3. Vorsitzender

arnold.knappek@tvn-1901.de

## Scheine für Vereine

In der Aktion »Scheine für Vereine« konnte bis Jahresende 2019 bei jedem Einkauf bei REWE pro 15 € Einkaufswert ein Vereinsschein gratis erworben werden. Mit diesen Vereinsscheinen können Sportvereine Prämien für sich einlösen, die ihren Mitgliedern zugute kommen.

Bei dieser Aktion kamen über 2000 Scheine für unseren Verein zusammen. Aktuell werden die

Scheine gescannt, um sie dann gegen eine oder mehrere Prämien einzulösen. Natürlich ist es fast unmöglich, alle Abteilungen mit einer entsprechenden Prämie zu bedienen. Aus diesem Grund werden wir eine mögliche Anschaffung für unseren gemeinsam genutzten Vereinskeller in der Gesamtvorstandssitzung am 15. Januar diskutieren. Die Prämien müssen bis 31. Januar abgerufen werden.



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

## 7 Tage OHNE - Fasten beginnt im Kopf

Auch in diesem Jahr findet im Rahmen des Niersteiner Gesundheits-Forums 2020 unsere beliebte Fastenwoche statt.

Diese Veranstaltungsreihe in Kooperation des Turnverein Nierstein und der Gemeinschaftspraxis Dr. med. M. Busch & W. Reeh findet alle Jahre wieder großen Anklang.

Am Mittwoch, den 12. Februar 2020 findet um 19.00 Uhr der Eröffnungs-Themenabend im TV-Keller, Pestalozziplatz 5 statt. Die Fastenwoche selbst beginnt dann am Freitag, den 28. Februar 2020 mit einem Kennenlernabend und endet am Freitag, den 6. März 2020.

Das genaue Programm wird in Kürze veröffentlicht.

Die Anmeldegebühr beträgt 25 €.

Ansprechpartner für Anmeldungen ist Herr Christian Busch, Telefon 0 61 33 / 6 13 89.

### 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**

**mehrmehrmehrmehr**

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

**Sabine Braun & Team**

**Nierstein**

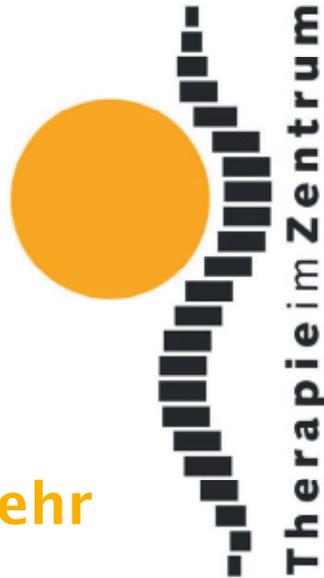
Wilhelmstr.2-4

Fon **06133/60193**

info@tiz-nierstein.de

**mehrmehrmehr**

wir beraten Sie gerne.....



**hjk** WASSER – GASHEIZUNG – SANITÄR  
 SOLAR – PHOTOVOLTAIK

**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**

# 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
10	ZB-JUDO-ERW	4,00 €	Volljährige Judoka
11	ZB-JUDO-JGD	4,00 €	Jugendliche Judoka
12	ZB-JUDO-JGD-ERM	2,00 €	2. jugendliche Judoka innerhalb eines Familienbeitrages
13	ZB-JUDO-JGD-MIT	0,00 €	3. jugendliche Judoka innerhalb eines Familienbeitrages
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

Tag	Zeit	Angebot	Abteilung	Halle/Ort
-----	------	---------	-----------	-----------

## Montag

Mo	18:00 - 19:00	Zumba® Fitness	Zumba®	HdG
Mo	18:00 - 20:00	Minigolf	Minigolf	MGP
Mo	19:00 - 20:00	Gymnastik & Tanz für Erwachsene	Gymnastik	GSN
Mo	20:00 - 21:15	Aerobic und Bauch-Beine-Po	Fitness	GSN
Mo	20:15 - 21:15	STRONG by ZUMBA™ 1	Zumba®	HdG

## Dienstag

Di	07:00 - 08:30	Shorin-Ryu-Karate	Karate	HdG
Di	16:00 - 17:30	E-Jugend 19/20	Handball	RSN
Di	16:30 - 18:00	D-Jugend 19/20	Handball	RSN
Di	17:00 - 18:30	C-Jugend 19/20	Handball	RSN
Di	17:00 - 18:00	Maxi-Minis 19/20	Handball	RSN
Di	17:30 - 19:00	Vinyasa-Kramayoga	Yoga	HdG
Di	18:00 - 20:00	Pétanque (Outdoor)	Pétanque	
Di	18:00 - 19:30	Volleyball (Jugendliche)	Volleyball	GymO-alt
Di	18:30 - 20:00	A-Jugend 19/20	Handball	RSN
Di	19:30 - 21:30	2. Herren 19/20	Handball	RSN
Di	19:30 - 22:00	Volleyball (Mixed)	Volleyball	GymO-alt
Di	20:00 - 21:00	Zumba® Fitness	Zumba®	HdG
Di	20:00 - 21:00	Wirbelsäulengymnastik (ausgebucht)	Gymnastik	GSN
Di	20:00 - 22:00	1. Herren 19/20	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	17:00 - 19:00	»Magic Phoenix«	Tanzen	GSN

Mi	17:00 - 18:00	Klein-Kinder-Turnen (1½-3 Jahre)	Turnen	RSN
Mi	18:00 - 20:00	C-Jugend 19/20	Handball	RSN
Mi	18:00 - 20:00	»Magic Eyes«	Tanzen	GSN
Mi	18:00 - 20:00	D-Jugend 19/20	Handball	RSN
Mi	19:00 - 20:30	Pétanque (Indoor)	Pétanque	RSN
Mi	19:15 - 20:15	Funktionsgymnastik nach Pilates (ausgebucht)	Gymnastik	HdG
Mi	20:00 - 21:00	Funktionelle Gymnastik: Spaß und Ausdauer	Gymnastik	GSN
Mi	20:20 - 21:20	Yoga	Yoga	HdG
Mi	21:00 - 21:30	Bauch Intensiv	Gymnastik	GSN

### Donnerstag

Do	09:00 - 10:00	Zirkeltraining	Gymnastik	HdG
Do	10:00 - 11:00	Gesundheits-Sport 60+	Fitness	HdG
Do	11:00 - 12:00	Gesundheits-Sport 60+	Fitness	HdG
Do	16:00 - 17:00	Turnen ohne Eltern (4-6 Jahre)	Turnen	GSN
Do	16:00 - 17:00	Minis 19/20	Handball	RSN
Do	16:00 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen (3-5 Jahre)	Turnen	RSN
Do	16:15 - 17:15	»Las Lunas« (ab 3 Jahre)	Tanzen	HdG
Do	17:00 - 18:00	Maxi-Minis 19/20	Handball	RSN
Do	17:00 - 18:00	Turnen ohne Eltern (4-6 Jahre)	Turnen	GSN
Do	17:00 - 18:00	Eltern-Kind-Turnen (3-5 Jahre)	Turnen	RSN
Do	17:15 - 18:15	»Aventura« (ab 6 Jahre)	Tanzen	HdG
Do	18:30 - 20:00	A-Jugend 19/20	Handball	RSN
Do	18:30 - 20:00	Rücken-Fit für Männer	Fitness	HdG
Do	19:00 - 20:00	Shotokan-Karate	Karate	RSN
Do	19:00 - 20:00	Bailong	Bailong	RSN
Do	20:00 - 21:00	Zumba® Fitness	Zumba®	HdG
Do	20:00 - 22:00	1. Herren 19/20	Handball	RSN
Do	20:00 - 22:00	2. Herren 19/20	Handball	IGS
Do	20:00 - 22:00	3. Herren 19/20	Handball	IGS
Do	20:00 - 21:30	Kobudo – Kampfkunst mit Bauernwaffen	Kobudo	RSN

### Freitag

Fr	08:30 - 09:50	Ashtanga Yoga	Yoga	HdG
Fr	10:00 - 11:00	Zumba® Fitness	Zumba®	HdG
Fr	15:00 - 17:00	Leistungsturnen (6-10 Jahre)	Turnen	RSN
Fr	16:00 - 17:30	Turngruppe (6-13 Jahre)	Turnen	RSN
Fr	16:00 - 18:00	»Magic Phoenix«	Tanzen	GSN
Fr	16:00 - 19:00	»Magic Eyes«	Tanzen	GSN
Fr	17:00 - 18:20	Ashtanga Yoga	Yoga	HdG
Fr	17:00 - 19:00	Leistungsturnen (ab 11 Jahre)	Turnen	RSN
Fr	18:30 - 19:30	STRONG by ZUMBA™ 2	Zumba®	HdG
Fr	19:00 - 20:30	Parkour (ausgebucht)	Parkour	RSN
Fr	19:30 - 23:00	Volleyball (Mixed)	Volleyball	RSN
Fr	20:10 - 21:45	»Spätlese«	Judo	RSN

### Sonntag

So	10:00 - 11:30	Kobudo – Kampfkunst-Training	Kobudo	GSN
So	10:00 - 12:00	Badminton	Badminton	RSN
So	11:30 - 12:30	Shotokan-Karate	Karate	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

## Abteilungsleiter des TV Nierstein

Badminton	Norbert Schweger	norbert.schweger@tvn-1901.de
Bailong	Thomas Heise	Tel. 06133/5587
Fitness	Petra Hessinger	petra.hessinger@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
Leichtathletik	Julian Baumgärtner	julian.baumgaertner@tvn-1901.de
Minigolf	Kai Theobald	kai.theobald@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	Martin Grosch	martin.grosch@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@tvn-1901.de

## Vorstand des TV Nierstein

1. Vorsitzender	Tobias Bieker	tobias.bieker@tvn-1901.de
2. Vorsitzender	Frank Zimmermann	frank.zimmermann@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
Kontenpflege	Andrea Knappek	andrea.knappek@tvn-1901.de
Jugendvertreterin	Laura Schweger	laura.schweger@tvn-1901.de

## TV Nierstein im Internet

[tvn-1901.de](http://tvn-1901.de)

[handball-nierstein.de](http://handball-nierstein.de)

[facebook.com/handball.nierstein](https://facebook.com/handball.nierstein)

[tvn-1901.de/petanque](http://tvn-1901.de/petanque)

[tvn-1901.de/tanzen](http://tvn-1901.de/tanzen)

[rheinselz-highlights.o-ha.news/sparticles](http://rheinselz-highlights.o-ha.news/sparticles)

Offizielle Hauptseite des TVN

Abteilung Handball

Abteilung Handball auf Facebook

Abteilung Pétanque

Abteilung Tanzen und Zumba®

Regelmäßige Vereinsnachrichten

## 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 97 • Winter 2020 • 48 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](mailto:vorstand@tvn-1901.de)

*Internet* [www.tvn-1901.de](http://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](http://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

