

Einladung zur außerordentlichen Mitgliederversammlung am 8. Juni 2015

Wir laden unsere Mitglieder zur außerordentlichen Mitgliederversammlung am

Montag, den 8. Juni 2015 um 20.00 Uhr
im Kolleg der Gaststätte „grasgrün“, Sportallee 1

recht herzlich ein.

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Wahl einer/s Schriftführers/in für den geschäftsführenden Vorstand
3. Wahl von 2 Beisitzern/innen für den Vorstand
4. Verschiedenes

Wir freuen uns auf Euren Besuch!

Sportgemeinschaft Rodheim v.d.Höhe e.V.
- Der Vorstand -

Bowtech®Workshop mit Ragna Schumacher (B.T.A.A.)

Dieser praxisnahe und lehrreiche Kurs vermittelt effektive Grifffolgen am Körper, mit denen Ihr sofort verschiedene Körperzonen gezielt entspannen und damit Schmerzen lindern könnt. Für diesen Tagesworkshop benötigt Ihr keine anatomischen Vorkenntnisse.

Bowtech® eignet sich für jeden Menschen, jeden Alters. Insbesondere Sportler profitieren von der deutlich schnelleren Rehabilitation und Neuausrichtung ihres Körpers. Im Akutfall können nach Verletzungen sehr zügige Regenerationsprozesse beobachtet, Schmerzen und Muskelverspannungen rasch gelindert und eine bessere Lebensqualität zurückgewonnen werden. Das Gelernte könnt Ihr sofort im Alltag anwenden. Der Workshop ersetzt nicht die Bowtech Vollausbildung.

Du hast schon von Bowtech gehört, kannst Dir aber darunter nichts vorstellen und möchtest mehr darüber erfahren? Du möchtest wirksame Bowtech-Griffe erlernen, um im Notfall helfen zu können?

Innerhalb von nur einem Tag erhältst Du Einblick in eine ganzheitliche, neuromuskuläre Faszien-Methode, die nicht nur den gesamten Halteapparat und das autonome Nervensystem des Körpers anspricht, sondern auch das Lymphsystem, Entgiftungsprozesse im Körper als auch die Psyche positiv beeinflusst.

Der Workshop findet statt am:

Samstag, 13.06.2015
von 9:00 Uhr bis 17:00 Uhr
im großen Sportraum

Unkostenbeitrag 40,00 € (inkl. Lehrbuch)

Bitte bring eine Woldecke, ein Spannbettlaken, ein kleines Handtuch, dicke Socken/Hausschuhe und vor allem kurze Fingernägel mit!

Für Verpflegung vor Ort sorgt die Judoabteilung der SG Rodheim.

Weitere Informationen und Anmeldung direkt bei: Bernd Levien Tel 06047 / 950221 oder 0171 / 6745092, per Mail judo.rodheim@aol.com

Erste Wettkampferfahrungen...

...haben die Trampoliner der SG Rodheim Anfang Mai sammeln können.

Zunächst ging es am 03.05. nach Breckenheim, wo die diesjährigen Gaumeisterschaften des Turngau Wetterau ausgetragen wurden. Insgesamt 10 junge „Hüpfer“ der SG waren am Start.

In der Klasse der Jüngsten konnten sich gleich drei Turnerinnen für das Finale empfehlen. Mit sauberen Übungen wurden Finja Sadegor (9.), Marie Middendorf (9.) und Susanne Fuß (11.) für einen gelungenen Wettkampf belohnt.



Im Jahrgang 2004/2005 war das Teilnehmerfeld ebenso stark besetzt. Hier konnte sich lediglich Maya Köcher für die Finalrunde qualifizieren und sich einen Platz auf dem Treppchen sichern. Sie wurde Dritte.

Nur eine Woche später starteten die Gaumeisterschaften in Frankfurt. Mit einer Delegation von 11 Teilnehmern waren auch die Rodheimer vertreten.



In der Klasse Jahrgänge 2004 und jünger konnten sich in einem starken Teilnehmerfeld Maya Köcher und Kimberley Neuroth für das Finale qualifizieren. Maya turnte im Finale sehr stark verpasste jedoch um Haaresbreite den Sieg und wurde Zweite. Kimberley präsentierte sich gut und belegte den 10. Platz.

Bei den Schülerinnen der Jahrgänge 2001-2003 turnte Felicitas Böttig einen sauberen Wettkampf und wurde mit dem zweiten Platz belohnt.

Aber auch die anderen Rodheimer Teilnehmer konnten sich in dem stark besetzten Teilnehmerfeld gut behaupten.

Punktejagd im Main-Lauf-Cup

Ende Mai standen in der Main-Lauf-Cup-Serie die Wertungsläufe 2 und 3 auf dem Programm der Laufgruppe um Trainer Markus Meuschel.

Zunächst ging es am 23.05. nach Schwanheim zum Pfingstlauf, wo die Läuferinnen und Läufer auf der anspruchsvollen 4 km Strecke laufen mussten.

Alle 8 Rodheimer Aktiven konnten sich in ihren jeweiligen Altersklassen unter den ersten 10 platzieren, so dass alle wichtige Punkte für die Gesamtwertung im Main-Lauf-Cup sammeln konnten.



Nils Köcher gelang in der U12 der Sprung aufs Treppchen. Er wurde Zweiter. Aber auch die Leistungen von Ben Jeritslev (5./U12), Liv Florschütz (6./U14), Maria-Laura Martinez-Bonilla (7./U14), Lina Jeritslev (8./U14), Laura Schien (9./U14), Maya Köcher (7./U12) und Jonah Meuschel (7./U14) konnten sich sehen lassen.



Nur eine Woche später stand der 2,2 km Lauf beim Steinberger Wald-Volkslauf auf dem Laufkalender. Auch hier konnten die Rodheimer wichtige Punkte für die Serie erzielen. Mit einer Zeit von 8:54 Minuten konnte Nils Köcher in der Altersklasse U12 den Sieg erlaufen und führt damit derzeit auch in der Main-Lauf-Cup-Serie seiner Altersklasse. Aber auch alle anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmer sammelten erneut wichtige Punkte und konnten mit guten Platzierungen überzeugen. Mit am Start waren Ben Jeritslev (7./U12), Lucas Scholze (6./U10), Dorian Schwalm (11./U14), Jonah Meuschel (12./U14), Jona Jeritslev (13./U10), Liv Florschütz (6./U14), Laura Schien (8./U14), Lina Jeritslev (9./U14) und Maya Köcher (10./U12).

Der nächste Lauf der Serie findet zum Sommerferienbeginn in Hausen statt. Auch dort werden die Rodheimer wieder dabei sein.

FitFunFirmenRun – Nachlese

Die SG Rodheim veranstaltete am 20.05.2015 den 2. **FitFunFirmenRun**.

250 Teilnehmer gingen bei idealen Wetterbedingungen auf die Strecke. Fünf Kilometer waren zu bewältigen, wobei auch ein Staffellauf möglich war, bei dem sich drei Teilnehmer die Strecke untereinander aufteilen konnten. Firmen und Schulklassen, Vereine und Initiativen, Arztpraxen, die Mitarbeiter der Rosbacher Stadtverwaltung sowie eine große Mannschaft der Behindertenhilfe Wetteraukreis hatten sich angemeldet, um das sportliche Team-Erlebnis miteinander zu teilen.

Wie bereits im letzten Jahr stand der Leistungsgedanke nicht im Vordergrund. Ein sportliches Team-Erlebnis, gemeinsam ein Ziel erreichen, Spaß haben. Teamgedanke, Kollegialität, Kommunikation, Gesundheit, sind das Motto. Ganz besonders sind Teilnehmer mit Behinderung willkommen. Bei der Siegerehrung wurden das originellste Outfit, die größten Mannschaften sowie die jeweils schnellsten Frauen, Männer und SchülerInnen in Staffel und fünf Kilometer geehrt. Mit einem Teil des Organisationsbeitrages wurde die Behindertenhilfe Wetteraukreis unterstützt, ein Scheck über 250 Euro wurde im Rahmen der Siegerehrung überreicht.



Nach dem Zieleinlauf ging es weiter. Die After-Run-Party mit der Band Double Generation bot allen TeilnehmerInnen, Freunden und Zuschauern die Möglichkeit zum gemeinsamen feiern.

Ergebnisse und Fotos könnt ihr [hier](#) finden.

Kurz notiert...

- Am 25.04.2015 war der ehemalige Olympiasieger **Frank Wienecke** zu Gast in Rodheim. Etwa 50 begeisterte Judokas nahmen an dem von ihm durchgeführten Lehrgang teil und konnten bei mehreren Technikeinheiten die aktuellen Wettkampf- und Basistechniken erlernen. Abgerundet wurde das Ganze mit einer Randorieinheit.
- Beim letzten Heimspiel der Saison hat die **erste Herren-Fußballmannschaft** der SG Rodheim in einem grandiosen Finale mit einem hochverdienten 4:1 Sieg gegen den TSV Ostheim den Aufstieg in die Kreisoberliga Friedberg geschafft. Weitere Infos gibt es [hier](#).

- Volleyball – Saisoneroöffnung
Das **Beachtraining** für die U18 Spieler um die Jugendtrainer Rolf Oberhofer und Alina Schack wurde gestartet. Bei gutem Wetter starteten die Spieler mit Grundlagentraining, um die Jugendlichen wieder an den Sand zu gewöhnen. Nach dem gemeinsamen Mittagessen wurde anschließend viel gespielt und die Jungs und Mädels konnten das zuvor gelernte im Spielgeschehen umsetzen. Der nächste Termin wird bald bekannt gegeben.



- **Rodheimer Beachvolleyballer** gewinnen Hessenmeistertitel der Ü41Senioren
Das neu formierte Team Stefan Brömmeling und Peter Stößinger konnte sich in einem spannenden Drei-Satz Finale am „Rodheimer Strand“ den Hessentitel der Ü41 Senioren sichern und damit wichtige Qualifikationspunkte für die in Berlin stattfindenden Deutschen Meisterschaften sammeln. Einen ausführlichen Spielbericht gibt es [hier](#).



Termine

- 13.06.15 Bowtech-Kurs im großen Sportsaal
- 14.06.2015: Die Wandergruppe lädt ein zur nächsten Wanderung von der Lochmühle zur Saalburg, weiter zum Hirschgarten und über die Gickelsburg zurück. Treffpunkt ist um 09:00 Uhr an der Sporthalle Rodheim. Magaret und Frank freuen sich über viele Mitwanderer.
- 27.06.2015: Beachvolleyball B-Turnier, Beachvolleyballanlage an der Erich-Kästner-Schule
- 26.09.2015: Volkslauf Rodheim

In eigener Sache...

Der Newsletter lebt von den Berichten aus den Abteilungen. Teilt uns Eure Termine, Nachrichten und Beiträge gerne für eine der nächsten Ausgaben mit.

Sendet Eure Beiträge an redaktion@sgradheim.de.

Künftig wird der Redaktionsschluss immer am 15. des jeweiligen Monats sein. Ihr könnt uns unterstützen, indem Ihr Eure Beiträge in der Schriftart Arial 11Pt. einsendet. Dafür vielen Dank.