

Das Deutsche Sportabzeichen auch 2019 wieder

Auch 2019 bietet der Sportabzeichentreff der Abteilung Leichtathletik die Sportabzeichenabnahme mit Training an.



Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Es ist ein Ehrenzeichen der Bundesrepublik Deutschland mit Ordenscharakter und die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports. Es wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen.

Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Aus jeder dieser Disziplingruppen muss eine Übung erfolgreich abgeschlossen werden. Der Nachweis der Schwimmfertigkeit ist notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens.

Die zur Auswahl stehenden Disziplinen und die nach Alter und Geschlecht differenzierten Leistungsanforderungen für das Deutsche Sportabzeichen sind in den jeweiligen altersgerechten Leistungskatalogen - mehr unter www.deutsches-sportabzeichen.de - geregelt. Für den Erwerb empfiehlt sich eine gezielte körperliche Vorbereitung mit qualifiziertem Training. Prüfungen können auch 2019 wieder in der SG Rodheim, Abteilung Leichtathletik, Sportabzeichentreff abgelegt werden. Vorgesehen ist, sich **ab 7. Mai 2019** bis Ende September immer **dienstags um 18:30 Uhr** für 2 Stunden auf dem Sportgelände der SG Rodheim zu treffen, um die erforderlichen Leistungen zu trainieren und abgenommen zu bekommen. Treffpunkt ist an den Schautafeln. Die Mitgliedschaft in einem Sportverein ist keine notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens - aber mindestens aus versicherungstechnischer Sicht von Vorteil.

Ansprechpartner in der SG Rodheim sind: Uwe Steib (0179 3546169) und Burkhard Strasheim (0151 59492382).

Neuer Hatha-Yoga Kurs im Mai!

Am **08. Mai 2019** startet ein neuer 6-wöchiger Yoga-Kurs "**Hatha-Yoga für Jedermann**" im kleinen Sportraum. Vom 08. Mai bis 12. Juni treffen sich Einsteiger und Geübte jeweils **mittwochs um 20 Uhr** zu der 60-minütigen Kurseinheit.

Mitglieder zahlen 24,00€, Nichtmitglieder 48,00€.

Startet in eine entspannte Welt mit weniger Stress und Hektik! Mit Hatha Yoga gewinnt Ihr Gelassenheit für Euren Alltag und entdeckt dauerhafte Energiequellen, die Ihr ganz einfach für Euch nutzen könnt. Diese spezielle Kombination aus Tiefenentspannung, Atem- und Körperübungen erlernt Ihr im Laufe des Kurses. Die Ausgleichsgymnastik dient zur Dehnung und gleichzeitig Kräftigung der Muskulatur und ist für jedermann geeignet.

Mitzubringen sind lediglich bequeme Kleidung, eine Decke, eventuell ein Sitzkissen. Da die Platzanzahl begrenzt ist, ist eine Voranmeldung bei der Trainerin **Martina Zeuner** unbedingt erforderlich. Ihr erreicht Martina unter 0179 - 9871134 oder unter martinazeuner@web.de.

FitFunFirmenRun am 8. Mai 2019

Es ist nur noch wenig Zeit bis zum Start am Mittwoch den 8. Mai um 19 Uhr. **Der Meldeschluss ist am Samstag den 4. Mai um 24 Uhr.** Bitte helft mit, für unsere Veranstaltung zu werben.

Bereits zum sechsten Mal können regionale Firmen, Institutionen, Vereine und Gruppen ihre laufbegeisterten Teams ins Rennen schicken. Willkommen sind alle, die Freude an der Bewegung haben und gemeinsam als Team ein Ziel erreichen möchten. Ein Teil des Startgeldes kommt der Behindertenhilfe Wetteraukreis zugute.

Für die Teilnehmer bieten wir an:

- Eine flache Laufstrecke mit insgesamt 5 km für Jogger, Walker oder Nordic Walker (3 Runden je 1,67 km, die als Einzelperson oder 3er-Staffel bewältigt werden können)
- Start- und Ziel Moderation und Stimmung an der Strecke mit der Samba Gruppe „Vama Sla“
- Zielverpflegung von Hassia und Querbeet
- After Run Party in der Sporthalle mit Catering für den geselligen Ausklang. Für Live-Musik sorgt Robby Hildmann aus Rosbach.
- Tolle Siegerehrung für die Teams und die originellsten Team-Outfits mit vielen attraktiven Preisen.

Bei uns ist alles an einem Ort: Parkplätze, Laufstrecke, Umkleiden mit Duschen und die After Run Party. Ihr könnt Sitzplätze reservieren und ggf. vorab Verzehrbons bestellen.

Ausführliche Informationen und Anmeldung unter: <http://www.fitfunfirmenrun.de/>

Sportliche Grüße
Organisationsteam **FitFunFirmenRun**

Volksbank Mittelhessen unterstützt den Firmenlauf „FitFunFirmenRun“



Das Organisationsteam unseres „FitFunFirmenRun“ hatte sich im letzten Jahr beim Wettbewerb der Volksbank Mittelhessen „Unser Sport-Event 2019“ um eine Förderung beworben. Hierbei unterstützt die Volksbank 57 mittelhessische Vereine mit bis zu 1.000 Euro. Insgesamt wurden Fördergelder von 25.000 Euro ausgelobt.

Die Losfee hatte ein glückliches Händchen. Vertreter des Organisationsteams und des Vorstandes der SG Rodheim freuten sich, den symbolischen Spendenscheck in Höhe von 1000 Euro aus den Händen von der Volksbank-Filialdirektorin Silke Haas und Volksbank-Vorstandsmitglied Dr. Lars Wittek entgegenzunehmen. Damit ist die Finanzierung des Firmenlaufes „FitFunFirmenRun“ mehr als gesichert. Die Volksbank Mittelhessen übernimmt Verantwortung für die Region und fördert zahlreiche regionale Initiativen, Vereine sowie soziale und gemeinnützige Einrichtungen durch finanzielle Fördermaßnahmen. Diese Förderung erfolgt über die regelmäßige Ausschreibung von Förderwettbewerben, bei denen Projekte und Ideen eingereicht werden können.

Gemischte Jugendbadmintongruppe

Neu: Gemischte Jugendbadminton-Gruppe von 12 - 18 Jahre

Trainingstag ist Montag von 19.00 bis 20.00 Uhr in der Sporthalle.

Habt ihr Lust euch zu bewegen, die Grundkenntnisse im Badminton zu lernen und mit anderen Jugendlichen Spaß zu haben. Dann seid ihr bei uns richtig.

Joachim Nitsche wird euch eine halbe Stunde trainieren, danach habt ihr Zeit das Erlernte im freien Training auszuprobieren. Schläger sind vorhanden.

Also auf in die Sporthalle oder bei schönem Wetter aufs Beachfeld am Sportzentrum.

Die Ferien sind trainingsfrei. Ausnahme, ihr vereinbart alle mit Jojo eine Trainingsstunde.

Falls ihr noch Fragen habt dann ruft **Joachim Nitsche** an, Handy: **0173 - 3040026** oder meldet euch per **Mail: js.nitsche@gmx.de**



Start ins Wochenende – neuer Zumba-Kurs am Samstag

Unter dem Motto "Mit Schwung ins Wochenende" startet **samstags von 9 Uhr bis 10 Uhr** im Spiegelsaal der neue Zumba-Kurs mit Moni Krämer.

Dieser Kurs ist für alle – und auch für jedes Alter – geeignet. Ob Neueinsteiger oder alte Hasen, wer sich gerne zur Musik bewegt, etwas für seine Gesundheit tun möchte und so ganz nebenbei auch noch die eine oder andere Kalorie verlieren möchte, der ist hier richtig. Mit Spaß und Power ins Wochenende!

Nähere Infos über die Kursinhalte, und den Starttermin kannst Du bei Moni Krämer unter 0162 7088886 erhalten.

**24. Skifreizeit der SG Rodheim e.V. Abteilung Skilauf
Ried im Zillertal
4.1.2020-11.1.2020**

Unsere 24. Skifreizeit führt uns wieder ins Zillertal nach Ried bei Kaltenbach. Der Urlaubsort befindet sich in dem Skiegebiet Hochzillertal/Hochfügen mit Abfahrten von 90,7 KM. Mit Bus oder Bahn sind auch andere Skiegebiete im Zillertal, wie z.B. der Penken, erreichbar.

Unterkunft: **Hotel Almhof Lackner
Ried im Zillertal**
Familienzimmer und Doppelzimmer
Hallenbad (ca. 5 x 12 m), Sauna, Infrarotkabine, Dampfbad und Frischluftgrotte.
Skibushaltestelle vor dem Haus

Verpflegung: Halbpension:
Frühstücksbuffet, 4-Gang-Menüwahl mit Salatbuffet,
1 x je Woche Zillertaler Bauernbuffet

Leistungen: 7 Tage Halbpension, Busfahrt, Abfahrt wird noch bekannt gegeben
6 Tage Skipass

Kursangebote:
Leistungsgerechtes Fahren in Gruppen
Fortgeschrittene, gute und sehr gute Skifahrer werden durch eigene Skiübungsleiter betreut, Skianfänger erst ab einer Gruppenstärke von 5 Personen.

Kinderskikurse: Der Nachwuchs ist uns besonders wichtig. Kinderskikurse finden immer ganztägig statt.

Early Bird - Gruppe: „Die 1. Gondel ist uns.“
Abschlussrennen

Preise:	Erwachsene	935,- €
	Jugendliche 17-18 Jahre	835,- €
	Jugendliche 15-16 Jahre	745,- €
	Kinder 12-14 Jahre	650,- €
	Kinder 7-11 Jahre	540,- €
	Kinder - 6 Jahre	165,- €

Kinderpreise gelten, wenn Kinder im Zimmer der Eltern schlafen.
**(2 Erwachsene ermäßigen 1-2 Kinder/Jugendliche (0-18 Jahre)
im Doppelzimmer)**

Volljährige Nichtmitglieder der SG Rodheim zahlen eine Bearbeitungsgebühr von 40 €.

Wir empfehlen den Abschluss einer Auslandsrankenversicherung!

Die Anmeldung erfolgt schriftlich und mit einer Anzahlung von **MINDESTENS 150 Euro pro Erwachsener** auf das Konto der SG Rodheim Abt. Skilauf
Konto-Nr.: DE29 51390000 0087935388 bei der Volksbank Mittelhessen eG
Der Restbetrag ist bis 30.11.2019 zu zahlen.

Es steht leider nur eine begrenzte Anzahl an Teilnahmepätzen zur Verfügung, so dass die Teilnahme vom Eingang der Anzahlung und der schriftlichen Anmeldung abhängig ist.

Bei Annullierung durch den Teilnehmer verfällt die Anzahlung an die SG Rodheim e. V.
Bei einem Rücktritt ab 30 Tagen vor Reiseantritt bleibt der Teilnehmer der SG Rodheim e. V. den vollen Restbetrag schuldig.

Kontaktadresse: Daniela Wolff
Telefon: 0173/4767098
Email: dj.wolff@unitybox

Neues vom Tischtennis

Damen holen Hessenpokal

Bei der Hessenpokal-Endrunde hat unsere erste Damenmannschaft ganz stark aufgespielt. Nach einem wahren Halbfinal-Krimi gegen den SV Darmstadt 98, der mit 4:3 bezwungen wurde, bot auch das Endspiel spannende und hochklassige Spiele. Hier konnten sich unsere Mädels mit 4:2 gegen den SV Ober-Kainsbach, den Meister der anderen Hessenliga-Gruppe, mit 4:2 durchsetzen. Damit hat sich das Team der SGR für den Deutschlandpokal in Ingolstadt qualifiziert.



Ein ausführlicher Bericht zum Hessenpokal findet sich auf unserer [Homepage](#).

Zwei Hessenmeistertitel

Bei den hessischen Meisterschaften der Damen B (bis 1500 TTR-Punkte) hat Jeanette Möcks stark aufgespielt und sich den Titel im Einzel gesichert. Nach einem spannenden Endspiel-Krimi behielt sie mit 16:14 im Entscheidungssatz die Oberhand gegen ihre junge Gegnerin aus Saalmünster. Im Doppel lief es für das Rodheimer Doppel Jeanette Möcks / Eileen McChesney ebenfalls prächtig: im gesamten Wettbewerb gaben sie nur einen Satz ab und wurden letztlich souverän Hessenmeister.



Herren III spielt um den Aufstieg

Unsere dritte Herrenmannschaft hätte es fast geschafft: nur ein Pünktchen fehlt zum Rückrundenabschluss zum direkten Aufstieg in die erste Kreisklasse. Als Dritter im Schlussklassement der zweiten Kreisklasse haben unsere Herren aber in der Relegationsrunde Anfang Mai noch die Chance, sich den Aufstieg zu erspielen. Wir drücken die Daumen!

Volleyball – kurz notiert...

- [Herren I: "Nur" Vizemeister](#)
Es war alles angedichtet zum Meisterschaftsendspiel der Regionalliga Südwest der Herren. Der Tabellenführer SG Rodheim war zu Gast beim mit einem Punkt Rückstand Zweitplatzierten TV Feldkirchen. Am Ende fehlten den Piraten zwei Sätze zur Meisterschaft. Das im September ausgegebene Saisonziel von Trainer Voeske, vorne mitspielen zu wollen, wurde mehr als erfüllt. Die Piraten blicken damit auf eine erfolgreiche Saison zurück.
- [Herren III: In Hünfeld chancenlos](#)
Auch im vorletzten Landesligaspiel blieben die Männer um Markus Steinhauer ohne reelle Siegchancen und musste dem neuen Tabellenführer aus Hünfeld mit 3:0 den Vortritt lassen. Damit endet für die dritte Mannschaft der SGR am nächsten Sonntag erstmal die Ära Landesliga nach über fünf Jahren. Gegen die Youngster aus Waldgirmes will man aber nochmals alles geben, um einen versöhnlichen Saisonabschluss herbeizuführen.

Erstes Lauftrainingscamp der Laufgruppe LGRR

Die drei befreundeten Laufgruppen, SC Steinberg, TGS Niederrodenbach und die Laufsportgruppe der LG Rosbach-Rodheim, trafen sich zu einem gemeinsamen Trainingslager vom 29. – 31 März auf der Ronneburg.

Aus Rodheim nahmen 13 Kinder daran teil, insgesamt standen 42 Kinder auf der Meldeliste.



Traumhaftes Wetter und eine ausgezeichnete Trainingsanlage waren mit ausschlaggebend für hervorragende Leistungen. Geländeläufe, Koordination und Krafttraining sowie Staffellauftraining standen auf dem dreitägigen Programm. Am Freitag wurde das Koordinationstraining vom Kadertrainer des Hessischen Leichtathletik-Verbands Dominic Ullrich, geleitet der eigens für dieses Laufcamp zur Ronneburg anreiste. Die Kinder wie auch Dominic hatten sichtlich viel Spaß bei den Ausübungen verschiedener Aufgabenstellungen.

Weitere Infos zum Laufcamp gibt es auf der [Homepage](#), außerdem hat der SC Steinberg einen schönen [Zeitungsartikel](#) veröffentlicht.

Auftakt in die Mainlaufcup Serie 2019 der Schülerläufe in Seligenstadt

15 Schüler waren am 7. April in Seligenstadt am Start, der zugleich erster Schülerwertungslauf der neuen Laufserie ist.

Das Wintertraining sowie das Trainingslager hatten sich bezahlt gemacht. Naja Florschütz erreichte in der U16 bei ihrem 5km Lauf den ersten Platz. Leonie Kottwitz in der Altersklasse U12 platzierte sich auf den zweiten Platz, gefolgt von Kaylee Frei ebenfalls U12 die den dritten Platz belegte.

Nicht mehr für die Schüler startend, gingen Liv Florschütz, Lina Jeritslev und Jonah Meuschel auf ihren ersten 10km Lauf bei den Erwachsenen an die Startlinie. Im Visier war eine Zeit von unter einer Stunde geplant. Liv kam bei ihrem ersten Lauf auf den zweiten Platz mit einer Zeit von 0:58:44 Minuten. Bei Lina stoppte die Uhr bei 0:58:49 Minuten, sie wurde mit dem dritten Platz belohnt. Jonah finishte mit einer Fabelzeit von 0:49:24 Minuten und belegte den sechsten Platz. Toll gelaufen für die Newcomer!!



Mit dabei waren:

Kaylee Frei (3), Jarne Hanne (9), Ina Huether (7), Ben Jeritslev (4), Jona Jeritslev (6), Robin Klemt (23), Nils Köcher (6), Leonie Kottwitz (2), Mika Lerch (10), Ida Schuy (11), David Spörer (24), Johanna Kottwitz (23).

Ergebnisse der Erwachsenen:

Ulrike Lerch (20), Ute Kottwitz (22), Nicole Jeritslev (8), Uli Lerch (1), Denis Jeritslev (21), Mike Klemt (37), Mike Jacobs (42), Stefan Schulz (35), Lina Jeritslev (3), Liv Florschütz (2), Jonah Meuschel (6)

Sportlerehrung der Stadt Rosbach - ein voller Erfolg für die SG Rodheim

Die diesjährige Sportlerehrung der Stadt Rosbach v.d.H. fand am 15. März 2019 wieder in der Sporthalle in Rodheim statt. Bürgermeister Thomas Alber und Blütenkönigin Chiara I. ehrten über 150 Sportler/innen und Vereinsmitglieder für ihre Leistungen rund um den Sport. Wie schon im Jahr davor, führte Moderator Michael Wiener kurzweilig durch das Programm, welches dieses Jahr durch die Tanzgruppe Chapeau Claque aus Rodheim und Akrobaten vom Varieté Voila aus Bad Nauheim, die auf der Air Track-Bahn ihr Können zeigten, aufgelockert wurde.

Als krönender Abschluss wurde den Vertretern von Schulen, Kindertagesstätten und Vereinen der Stadt Rosbach ein Scheck in Höhe von 10.000€ überreicht. Das Geld stammt aus der Aktion „Mission Olympic“ von 2014 und soll zweckgebunden im Kinder- und Jugendbereich eingesetzt werden.

Wir freuen uns, dass die Mehrheit der geehrten Sportler/innen Mitglieder der SG Rodheim sind und Erfolge aus den Abteilungen Fußball, Tischtennis, Volleyball, Leichtathletik und Turnen von der Kreis- bis zur Deutschen Meisterschaft verzeichnet werden konnten. Herzlichen Glückwunsch an alle erfolgreichen Sportler/innen, auch im Namen des Vorstandes.



Alle Geehrten der SG Rodheim im Überblick finden Sie auf unserer [Homepage](#).

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.