

Einladung zur ordentlichen Mitgliederversammlung am 23. März 2017

Liebe Mitglieder!

Wir laden Euch ganz herzlich zur Mitgliederversammlung am **23. März 2017 um 20.00 Uhr** in unsere **Vereinsgaststätte „grasgrün“ in Rodheim** ein.

Die Tagesordnung der Sitzung wird noch rechtzeitig bekannt gegeben. Ein wichtiger Tagesordnungspunkt wird die Neuwahl des gesamten Vorstands und dabei insbesondere die Suche nach einem Nachfolger für unseren langjährigen 1. Vorsitzenden Hans-Jürgen Gornik sein. Wir möchten an dieser Stelle auch nochmal an das Schreiben von Hans zu seiner Nachfolge erinnern. Wir bitten alle Mitglieder, uns bei der Suche tatkräftig zu unterstützen.

Sofern Ihr einen Antrag auf Änderung der Satzung stellen möchtet, so muss dieser 4 Wochen vor der Versammlung, also am 23. Februar 2017, schriftlich mit Begründung bei einem Vorstandsmitglied oder in der Geschäftsstelle, Sportallee 1, 61191 Rosbach-Rodheim eingegangen sein.

Wir freuen uns, Euch am 23. März 2017 möglichst zahlreich im „grasgrün“ begrüßen zu dürfen.

Euer Vorstand der SG Rodheim v.d.H. e.V.

4. Hallen- Kinderleichtathletik- Teamwettbewerb

für U8, U10 und U12
im Sportzentrum Rodheim, Sportallee 1, 61191 Rodheim v.d.H.

Samstag, 4. März 2017
ab 10:00 Uhr

U8 10:00 Uhr / U10 12:00 Uhr / U12 14:45 Uhr



Rücken-Fit bei der SG Rodheim neuer Kurs ab 08.03.2017.

Der Rückenfit-Kurs ist ein Ganzkörpertraining, das speziell die Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur trainiert. Es sensibilisiert die Körperwahrnehmung und Körperhaltung für ein ganz neues Lebensgefühl. Die Übungen bauen aufeinander auf und führen so zu einem systematischen Stundenablauf. Konzentration, korrekte Atmung und fließende Bewegungen machen Pilates zu einem körperlich anspruchsvollen Workout. Der Rückenfit-Kurs kennt weder Alters- noch Leistungsgrenzen und ist für jeden geeignet, der Interesse an einem sportlichen Workout hat.

Der 10er-Kurs kostet:

- als SG Rodheim-Mitglied 65€
- als Nicht-Mitglied 85€
- eine Stunde zum Kennenlernen 5€

Der Beitrag ist in der ersten Stunde bar zu entrichten.

Der **neue Kurs** beginnt am **08. März 2017!**

Trainingstag ist jeweils **Mittwoch von 17.00 bis 18.00 Uhr** im kleinen Sportraum.
Die Mindestanzahl beträgt 8 Teilnehmer/innen.

Viele Krankenversicherungen bezuschussen diesen Kurs. Fragen sie doch einfach einmal bei Ihrer eigenen nach!

Möchten Sie mehr über den Kurs wissen oder sich anmelden, dann kontaktieren Sie bitte unsere Trainerin **Stefanie Balkhausen**, Tel.: 06007 / 4319226.

Laufstil und Tempotraining für Jedermann/frau und Fortgeschrittene

- Der erste Termin findet am Mittwoch den **8.03.2017** um 18:00 Uhr auf der Tartanlaufbahn in Friedrichsdorf (gegenüber Toom Baumarkt) statt.
- Ein späterer Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich

Mit gutem Vorsatz in die neue Saison?

Willst Du an Deinem Laufstil, Deiner Lauffeffizienz und Deinem Lauftempo arbeiten und dies verbessern? **Es geht bei dem Training nur um die individuelle Verbesserung.**

Dann bist Du bei unserem Bahntraining in Friedrichsdorf richtig!

Ziel: Gemeinsames Laufen, Lauf ABC, Lauftechnik, Tempotraining, Bergtraining, verbessern der individuellen 5 km, 10 km und 21 km Laufzeit

Kursdauer: Bis zum Herbst einmal pro Woche, je ca. 60 Minuten

Kosten: Die Kursgebühr beträgt 40 Euro pro Teilnehmer/-in für Nichtmitglieder der SG Rodheim und ist bei der ersten Übungseinheit zu bezahlen.

Trainer: Bernhard Karow, C-Trainer des Hessischen Triathlon-Verbandes, Andreas Schröder erfahrener Läufer

Für die Anmeldung und für weitere Informationen steht Euch Bernhard Karow unter der Telefonnummer 06007-385053 oder per E-Mail: bernhard.karow@gmail.com gerne zur Verfügung.

Liebe Mitglieder der Abteilung Turnen,

unsere diesjährige Abteilungsversammlung findet am

**Donnerstag, den 09. März 2017 um 20.00 Uhr
in der Gaststätte „grasgrün“ - Kolleg -**

statt. Alle Mitglieder sind herzlich eingeladen.

Folgende Themen sind vorgesehen:

- Begrüßung
- Bericht aus der Abteilung
- Vorstellung der anwesenden Übungsleiter/innen
- Verschiedenes

Wir hoffen auf viele Teilnehmer und Teilnehmerinnen.

Ute Schlicht
Abteilungsleiterin

Klaus Engelhard
Kassenwart

Nasanin Borrmann
Stellvertr. Abteilungs-/
Jugendwartin

Nachfolger gesucht....

Ute Schlicht wird Ihr Amt als Abteilungsleiterin Turnen im Jahr 2018 niederlegen. Nach 24 Jahren aktiver Vereinsarbeit möchte sie die Leitung abgeben.

Viele neue Sportarten kamen im Laufe der Jahre zur Abteilung Turnen hinzu, aktuell konnte ein neuer Übungsleiter für die „Powerkids“ gefunden werden. Die Abteilung Turnen wurde in den letzten Jahren gut strukturiert, viele Aufgaben werden über E-Mail erledigt. Das Amt der Abteilungsleitung ist vielfältig und interessant. Entscheidungen müssen getroffen, Helfer angesprochen und manchmal auch Themen angepackt werden, die nicht ganz einfach sind.

Nasanin Borrmann, wird als stellvertretende Abteilungsleiterin und Jugendwartin der Abteilung erhalten bleiben, kann und will die Abteilung aber nicht alleine leiten. Klaus Engelhard, der Kassenwart, lässt seine Entscheidung noch offen.

Viele werden denken, dass es schon irgendwie weitergehen wird. Doch die Abteilung Turnen wird nur weiterbestehen können, wenn ein vollständiger Abteilungsvorstand gewählt ist. Es stellen sich viele Fragen. Was wird, wenn niemand die Gelder überweist, um den Trainingsbetrieb aufrecht zu erhalten? Was wird wenn die Abteilung nicht organisiert wird? Was wird aus dem Kinderturnfest, dass die Kinder so gerne besuchen? Was wird...? Der Vorstand kann diese Aufgaben nicht übernehmen. Er hat sein eigenes Aufgabengebiet, welches betreut werden muss.

Die Abteilung Turnen hat 560 Mitglieder und ist damit die größte Abteilung in der SG. Gesucht werden interessierte Mitglieder, die sich selbst zutrauen, eine solche Abteilung zu führen. Fragen zu den Aufgaben beantworten Klaus Engelhard (k.engelhard@klug-engelhard.de) und Ute Schlicht (schlichtm@t-online.de) gerne.



Spaß haben mit Zumba fitness und Zumba gold bei der SG Rodheim. Fit und beweglich sein und nebenbei noch viele Kalorien verbrennen, das geht mit Zumba. Einfach mal ausprobieren.

Zumba fitness - ein Tanzworkout mit sich wiederholenden Choreographien nach lateinamerikanischen Rhythmen und Songs aus den Charts. Von Woche zu Woche kennst du die Schrittkombinationen immer besser und das Partyfeeling steigt. Für alle geeignet, die viel Freude an Musik und Tanz haben und sich auspowern möchten.

Zumba gold – wie Zumba fitness. Geeignet für Menschen aller Altersgruppen aber besonders für 50, 60, 70.....plus. Ruhiger in den Choreographien und ohne Sprünge und schnelle Drehungen aber mit genau so viel Spaß. Sanftes Training für Herz- Kreislauf, sowie Beweglichkeit und Balance.

Kurse werden über 10er Karten abgerechnet

Zumba fitness : Montag 18 Uhr, Dienstag 20:30 Uhr

Zumba gold: Donnerstag 9:30 Uhr

Infos erteilen gerne Monika Krämer (Tel. 0162 – 7088886) und Nasanin Borrmann (Tel. 06007 – 3859665).

Trampolin – Start in die Ligasaison



Auch im Trampolinsport gibt es ein Ligasystem, in dem sich zunächst auf hessischer Ebene die Vereine untereinander in verschiedenen Mannschaftswettkämpfen messen. Erstmals wird in diesem Jahr auch die SG Rodheim in einer hessischen Liga – der Landesliga II – an den Start gehen. An insgesamt 4 Wettkampftagen müssen sich die Turnerinnen und Turner gegen die 8 anderen Mannschaften der Liga behaupten. Der Sieger der Landesliga II steigt dann in die Landesliga I auf.

Startschuss für die Ligasaison der Rodheimer Trampoliner ist am 26. Februar in Pfungstadt. Die Mannschaft besteht aus 6 Aktiven, die gegen zwei weitere Vereine der Liga, dem TSV Pfungstadt und der SV Weiskirchen, antreten.

Der diesjährige Heimwettkampf der Rodheimer Trampoliner findet am **12. März** in der Rodheimer Sporthalle statt. Ab 14 Uhr wird der Wettkampf gegen den TV Schaaheim und die SKV Mörfelden starten. Interessierte Zuschauer sind herzlich eingeladen, die Rodheimer Mannschaft zu unterstützen.

Volleyball – kurz notiert....

- [Hessenjugendpokal weibliche Jugend U20](#)
Nach einem ersten Platz in der Qualifikation fuhr die weibliche U20 Mannschaft der SGR am 04. Februar motiviert zum Hessenjugendpokal nach Marburg. Leider konnte die Mannschaft in der Gruppenphase trotz starkem Spiel nicht die entscheidenden Punkte zum Spielgewinn machen, so dass es letztlich im Spiel um Platz 7 mit einem Sieg zum 7. Platz reichte. Obwohl sich die Mannschaft zu Beginn des Tages mehr erhofft hatte, konnten wichtige Erfahrungen für die noch folgenden Spieltage gesammelt werden.

- [Senioren Ü59 Vizehessenmeister – Qualifikation geglückt](#)
Die Spielgemeinschaft SG Rodheim / TV Waldgirmes konnte sich bei den Hessenmeisterschaften in der Altersklasse Ü59 den Vizehessenmeistertitel und damit die Qualifikation für die Südwestdeutschen Meisterschaften sichern. Letztlich fehlten dem Team um Kapitän Friedhelm Rücker nur wenige Punkte zur Hessenmeisterschaft im entscheidenden Spiel gegen den TuS Kriftel. Anfang März wollen sich die Senioren nun bei der Südwestdeutschen Meisterschaft für die Anfang Juni stattfindende Deutsche Meisterschaft qualifizieren.



- [Männliche Jugend U14 spielt um Qualifikation zur Hessenmeisterschaft](#)



Mit dem zweiten Gruppenplatz konnte sich die männliche U14 Mannschaft für die Qualifikationsspiele zu den Hessischen Meisterschaften im März qualifizieren. Zum Abschluss der Gruppenphase konnten sich die jugendlichen Pirates mit zwei Siegen gegen die TG Groß-Karben und HTG Bad Homburg auf den zweiten Gruppenplatz setzen und mischen nun beim „nordhessischen“ Ausscheidungsturnier um die Qualifikation zur Hessenmeisterschaft mit.

- [Senioren Ü47 – Hessenmeister](#)
Mit einer starken Leistung bei zwei klaren 2:0 Siegen haben sich die Ü47-Senioren bei der Hessenmeisterschaft in eigener Halle den Titel gesichert. Durch den Gewinn des Turniers hat sich die Mannschaft von Spielertrainer Christian Albrecht die Teilnahme an den Südwestdeutschen Meisterschaften gesichert. Die soll allerdings auch nur eine Zwischenstation sein – großes Ziel sind die Deutschen Meisterschaften Anfang Juni in Minden.



Volleyball – aus dem Spielbetrieb....

- [Herren III: Alle Punkte gehen ins Kinzigtal](#)

Mit einem 0:3 und einem 1:3 musste die dritte Mannschaft der SGR am Samstag mit leeren Händen die Halle räumen. Einen Fleißpunkt hätten die Herren III nach gutem kämpferischen Spiel verdient gehabt, leider fehlte das letzte bisschen Glück für den Spielgewinn.

- [Damen III – Auswärtssieg mit Höhen und Tiefen](#)



Nach eher mäßigem Erfolg an den letzten Spieltagen wollte die dritte Damenmannschaft im Spiel am Sonntag die letzten Niederlagen wieder wettmachen. Nach schlechtem Start im ersten Satz lag die Mannschaft schnell mit 4:11 hinten konnte sich jedoch mit guter Leistung und einer starken Aufschlagserie wieder ins Spiel zurück kämpfen. Der erste Satz konnte knapp gewonnen werden. Ein ähnliches Bild gab es im zweiten Satz, jedoch konnte diesen der Gegner vom TV Schlüchtern für sich entscheiden. In den Sätzen 3 und 4 konnten die Rodheimerinnen sich jedoch recht deutlich durchsetzen, so dass am Ende ein verdienter Sieg zu Buche stand.

- [Damen I und II – Revanche geglückt, Endspurt eingeleitet](#)

Die Rodheimer Damentteams setzen Ausrufezeichen in der Bezirksoberliga. Mit den Heimspielsiegen gegen Homberg, Wetzlar, Gießen und Freigericht führen die Rodheimer Damen nun im Doppelpack die Tabelle der Bezirksoberliga Mitte an.

[Herren I: Youngstars gefallen auf Seiten der Rodheimer](#)

Am Samstag setzte es gegen den Titelkandidat Nummer eins eine deutliche Niederlage im Sportzentrum Rodheim. Nicht einmal 50 Ballpunkte ließen die Gäste vom SSC Karlsruhe dabei zu. Im Spiel konnte deutlich die unterschiedliche Ausrichtung der beiden Vereine gesehen werden. Die Rodheimer können mit ihrer Amateurmansschaft in der dritthöchsten Spielklasse mit ihrem leidenschaftlichen Spiel durchaus mithalten. Für die Karlsruher ist die Dritte Liga lediglich eine Durchgangsstation. Dennoch konnten die beiden Youngstars Flott und Grimm mit guten Leistungen in diesem Spiel überzeugen.

- [Herren II: Weiße Weste in der Rückrunde](#)

Die Drittliga Reserve der SGR ist zurück in der Spitzengruppe der Landesliga Nord. Mit einem 3:2 Sieg über den Tabellenprimus USC Gießen festigte die zweite Herrenmannschaft den dritten Tabellenplatz. Die Bilanz der Rückrunde ist mit 6 Siegen und keiner Niederlage dabei sehenswert.

Jugendlaufgruppe holt sich zum zweiten Mal den Titel

Wie schon im Jahr 2015 stellte die Rodheimer Schülerlaufgruppe um Trainer Markus Meuschel auch im Jahr 2016 die schülerstärkste Mannschaft in der Main-Lauf-Cup Serie.

Am 27. Januar wurde die Jugendlichen, aber auch die Erwachsenen Finisher der Main-Lauf-Cup Serie in den Römerhallen geehrt. Ein großes Lob sprach der Veranstalter der Rodheimer Laufgruppe auf seiner Homepage aus. „Ein Ausrufezeichen hat hierbei die LG Rosbach-Rodheim gesetzt. Dessen Jugendabteilung stellte mit 24 Finishern zum zweiten Mal in Folge deutlich das größte Team des BBF Junior Main-Lauf-Cups.“



Aber auch in den Einzelwertungen konnte die Laufgruppe gute Erfolge verzeichnen. Lena Scholze wurde bei den Mädchen U12 Dritte, ihr Bruder Lucas konnte sich über den ersten Platz bei den Jungen U12 freuen. Darüber hinaus stellte das Rodheimer Team mit Leonie Kottwitz und Kelos Stehle in diesem Jahr auch die jüngsten Finisher der Serie. Bei den Erwachsenen konnte Wolfgang Lingenau in der Altersklasse M65 den zweiten Podest Platz für sich entscheiden.

Das größte Schülerteam darf sich jetzt auf einen tollen Gruppenpreis der Bäder Betriebe Frankfurt freuen.

Fußball – Neues von der E2- Jugend

Bei der Aktion „Eintracht Frankfurt mit der Jugend“ hatte die E2-Jugend der SGR Glück. Das Team wurde als Gewinner von 25 Bundesliga-Eintrittskarten für das Spiel der Eintracht gegen Darmstadt 98 ausgelost. So konnte eine große Rodheimer Abordnung dem erfolgreichen Spiel der Eintracht beiwohnen. Zur Gruppe gehörten auch vier Flüchtlingskinder, die derzeit beim Training ein wenig reinschnuppern. Für alle Beteiligten war es ein tolles Erlebnis in der Commerzbank-Arena und die Freude über den 2:0 Sieg riesengroß.



Der Saisonhöhepunkt war jedoch der in Eigenregie veranstaltete 1. Turm-Apotheken-Cup mit acht Teams aus der Wetterau. Alle Eltern waren in die Durchführung mit eingebunden und so konnte als Team ein tolles Event auf die Beine gestellt werden. Für den kurzweiligen Turnierablauf gab es viel Lob von allen Seiten. Dank der großzügigen Spenden einiger Unternehmen (Bridgestone, Rewe, Radberger Gruppe, Blumenhaus Wien, Volksbank Rodheim etc.) und diverser

Profivereine (FC Bayern München, Eintracht Frankfurt, FSV Mainz 05, TSG Hoffenheim etc.) konnten bei der Tombola viele attraktive Gewinne verteilt werden.

Turniersieger wurde nach spannenden vier Stunden Hallenfußball der Gastgeber JSG Rosbach/Rodheim. In einem dramatischen Finale bei bester Stimmung wurde die Spvgg. Bad Nauheim im 7-Meter-Schießen niedergelassen. Dritter wurde der SV Germania Ockstadt. Bei der abschließenden Siegerehrung, die vom Namensgeber der Veranstaltung Sebastian und Almuth Lamping als Inhaber der Turmapotheke durchgeführt wurde, gab es Pokale für alle Mannschaften und somit viele strahlende Gesichter.

Medizinische Vortragsreihe der SG Rodheim

Organisiert von der Abteilung REHA-Sport der SG Rodheim referierte jetzt vor einem interessierten Auditorium Dr. med. Michael Hammes mit einem anschaulichen und kurzweiligen Vortrag im Rahmen der Auftaktveranstaltung zur Gründung einer Neurologie Gruppe. Dabei führte er erst in die allgemeine Neurologie ein und erklärte die verschiedenen neurologischen Systeme. Bei den Symptomen legte er seinen Fokus auf die Symptome beim Schlaganfall und bei der Parkinsonerkrankung. Hier erklärte er ausführlich, wie sich so ein Ereignis äußern kann und auf welche Warnsignale geachtet werden soll. Auch zur Parkinson-Erkrankung konnte Dr. Hammes die Ursachen verdeutlichen und speziell zu den Trias-Rigor, Tremor und Akinese informieren. Der Vortrag mündete in der Darstellung der Maßnahmen nach Auftreten der Krankheit. Neben der Vorstellung der medikamentösen Behandlung standen zur Verbesserung der operativen Therapie besonders die Präsentationen von Bewegung allgemein und gymnastischen Übungen im Speziellen zur Dehnung und Kräftigung der gelenkumgreifenden Muskulatur sowie die Erhöhung der Widerstandsfähigkeit des Gelenkknorpels im Vordergrund. Nach dem Vortrag beantwortete der Referent geduldig zahlreiche Fragen der Zuhörer.



Bewegung war dann das Stichwort für Abteilungsleiterin Sabine Nagel, die das neue Angebot „Parkinson und Schlaganfall“ immer donnerstags um 18:00 Uhr im Gymnastikraum des Sportzentrums Rodheim vorstellte. Übungsleiterin Svenja Nagel erläuterte anschließend Inhalte und Zielsetzung der Übungsstunden und ermunterte zur Teilnahme an dem Angebot. Mit der Schilderung der Anmeldeformalitäten endete die informative Veranstaltung.

Als Ansprechpartnerin steht die Abteilungsleiterin Sabine Nagel unter der Rufnummer 0 60 07 / 3 66 zur Verfügung.

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.