



TuS Weilnau 1957 e.V.

Ausgabe 3/2023 – 24. Jahrgang

Kick & TuS

Informationen rund um den Verein



Gymnastik



Fußball



Laufen-Triathlon



Volleyball



Mountainbike

*Der Sommer in Altweilnau: Sport und Feste,
Gemeinschafts- und Einzelleistungen*



GENIESSEN SIE DAS GEFÜHL DER SICHERHEIT.

Effektive Einbruchhemmung durch neue **Fenster und Türen.**



Müller+Co GmbH
Merzhausener Straße 4 - 6
61389 Schmitten-Brombach
Telefon 06084 42-0

www.fenster-mueller.de



Autohaus **ERLENHOFF** Ihr Partner rund um's Auto!

GmbH GANZ PERSÖNLICH

Vielfalt erfahren



NEU-ANSPACH

Siemensstraße 2-4
Tel.: 06081 - 91550
Fax: 06081 - 9155125

USINGEN

Frankfurter Straße 2
Tel.: 06081 - 942330
Fax: 06081 - 9423355

www.erlenhoff.de

- ➔ Neu- und Gebrauchtwagen
- ➔ Dienst- und Jahreswagen
- ➔ EU-Fahrzeuge
- ➔ AUDI - VW - Nutzfahrzeuge
- ➔ EURO-MOBIL Rent a car
- ➔ Hol- und Bring-Service
- ➔ Leasing - Finanzierung - Versicherung
- ➔ Ersatzteile - Reifen - Zubehör
- ➔ Kraftfahrzeug-Reparaturen
- ➔ Unfallreparaturen und Lackiererei
- ➔ HU - AU

Kick & TuS

Vereinszeitschrift des TuS Weilnau

Herausgeber:
TuS Weilnau

Redaktionsleitung:
Sabine Neugebauer
Langstraße 83
61276 Weilrod - Riedelbach
kickundtus1999@tusweilnau.de

Redaktion: Zuständigkeit und Bereiche

Sabine Neugebauer:
Gymnastik / Kinderturnen / Volleyball
Bernd Seel:
Finanzen / Fußball: TuS/FSG/JSG
Harald Heberling:
Anzeigen / Öffentlichkeitsarbeit / Archiv
Sonja Fladung:
Abteilungen Lauf- und Triathlon / Biker



Die Kick & TuS ist an folgenden Stellen kostenlos erhältlich:

Elektro / Klima Goll, Altweilnau
Sportheim TuS Weilnau, Altweilnau
Otfried Mohr Tankstelle, Riedelbach
Sportheim, Merzhausen
Rathaus Weilrod, Rod an der Weil
Feuerwehrgerätehaus, Altweilnau
Bäckerei Schmidt, Merzhausen
Auslage in allen Sportabteilungen,
TuS Infotafel (Ortsmitte) und bei unseren
Sponsoren im Gaststättenbereich
oder auf der Homepage

www.tusweilnau.de

Bankverbindung:
Volksbank Usinger Land
IBAN: DE84 5019 0000 4101 4033 49
BIC: FFFVDE33

Druck:
Esser Druck & Medien GmbH
Weilblick 16
61276 Weilrod-Neuweilnau
Telefon 06083 959823-0

Erscheinungsweise: 4 mal jährlich

Auflage: 300 Stück, dreimonatlich

Redaktionsschluss für Ausgabe 4/2023:
Mittwoch, 29. November 2023

Inhalt

Vorwort.....	5
Termine.....	7
Höfeflohmarkt in Altweilnau.....	7
Schlachtessen.....	7
Altweilnauer Adventsfenster 2023.....	7
Suche nach neuen Vorstandsmitgliedern.....	9
Aus der Fußballabteilung.....	11
FSG Rückblick und Vorschau.....	13
E-Jugend-Trainer gesucht!.....	13
Die Bike-Abteilung informiert.....	15
Aus der Gymnastikabteilung.....	17
Die Lauf- und Triathlonabteilung informiert.....	19
Christina Platz bei Burgwald Märchen Marathon.....	21
Neues aus der Volleyballabteilung.....	21
Schiedsrichter D-Ausbildung erfolgreich.....	23
Mixed Team startet im 9er Feld.....	23
Aus der Vereinsnachbarschaft.....	25
Prüfung für Gleichgewichtsgefühl, Körperbeherrschung und Konzentration.....	27
Mittelalterliches Treiben auf Burg Altweilnau.....	29
Kultursommer in Neuweilnau.....	31
Alltagtrainingsprogramm im Weilpark.....	33



„Innovativ,
individuell,
flexibel!“

Ihre Druckerei im Taunus
Esser Druck & Medien GmbH | Weilblick 16 | 61276 Weilrod
Telefon 06083/959823-0 | info@druckerei-esser.de

Meisterbetrieb
Otfried Mohr
 Langstraße 54a
 61276 Weilrod-Riedelbach
 Telefon: 06083 441
 Fax: 06083 1315
 www.mohr-weilrod.de
 info@mohr-weilrod.de



Ihr KFZ-Service, Stihl- und
 ED-Tankstellen-Partner in Weilrod



Omnibusbetrieb

Pfeifferspfad 8
 65529 Waldems-Steinfischbach
 ☎ (06087) 22 06
 📠 (06087) 98 02 01
 ✉ post@wassum-waldems.de
 www.wassum-waldems.de



TechDesign

Gesellschaft für Technische
 Ausrüstung und Energietechnik mbH

Kennedyallee 94, 60596 Frankfurt am Main
 Telefon 069 / 63 15 70 – 0; Telefax 069 / 63 15 70 - 20
 E-Mail: TechDesign@BauNetz.de
 Internet: www.TechDesign.de

Unabhängige Beratende Ingenieure für Projektierung und Bauüberwachung von Anlagen der
 Technischen Gebäudeausrüstung (TGA), Energie- und Versorgungstechnik

Leistungsspektrum:

- Heizungs-, Kälte- und Raumlufttechnische Anlagen Wärme-, Kälte- und Energieversorgungsanlagen, MSR-Anlagen und Gebäudeautomationssysteme (GLT-Anlagen)
- Sanitäre Anlagen und Einrichtungen, Be- und Entwässerungsanlagen Brauchwasserversorgung, Abwasserentsorgung / -aufbereitung Sprinkleranlagen und Feuerlöschsysteme Labor-, Bäder- und Küchentechnik, Medienversorgung
- Außenanlagen für Fernheizung, Fernkälte und Gasversorgung Energiezentralen und Blockheizkraftwerke
- Technische Sonderanlagen für Energierückgewinnung
- Reinraumtechnik, Klimakammern und Kühlraumeinrichtungen

Schwerpunkte:

- Interdisziplinäre, computergestützte Planung der Technischen Gebäudeausrüstung
- Untersuchung, Projektierung und Umsetzung / Realisierung von fortschrittlichen, effizienten Energiekonzepten zur integrierten Energieversorgung – „Kraft-Wärme-Kälte-Kopplung“ nach EnEV und EEWärmeG
- Bau- und Ausführungsüberwachung aller haus- und versorgungstechnischen Gewerke (entspr. HOAI § 73 Lph. 8)
- Bauherren- und Investorenberatung mit Ausarbeitung von TGA-Konzept- und Energiestudien im Vorfeld der Planung
- Erneuerung/Modernisierung/Revitalisierung der TGA-Anlagen im Rahmen von Teil-oder Komplettanierungsmaßnahmen bestehender Gebäude und Baukomplexe

Eure Vorsitzende hat das Wort

Liebe Sportlerinnen und Sportler,
 liebe Mitglieder, Freunde und Förderer
 unseres Vereins,

ich begrüße Sie ganz herzlich zur 3. Ausgabe unserer Vereinszeitschrift Kick & TuS im Jahr 2023. Leider ist für die meisten die schöne Urlaubszeit inzwischen vorbei und wir kehren alle in den Arbeits- und Schulalltag zurück. Hoffentlich gut erholt, finden nun auch wieder viele zurück zum Vereinssport, um sich fit für den Herbst zu machen.

Ein Anlass für mich, Sie auf unsere vielfältigen Sportangebote aufmerksam zu machen. Sollten Sie keine Informationen über unser Programm haben, schauen Sie doch einfach mal auf unserer Homepage www.tusweilnau.de oder auf der Homepage www.sport-in-weilrod.de nach. Dort finden Sie auch alle Angebote unserer Kooperationspartner. Sie werden erstaunt sein, was wir zur Zeit alles anbieten können. Ein großer Dank an unsere Übungsleiter, die uns dies ermöglichen.

Im Rahmen der nächsten Jahreshauptversammlung, die voraussichtlich im März 2024 stattfinden wird, stehen Neuwahlen zweier Vorstandspositionen an, die es gilt neu zu besetzen.

Wir suchen daher Sie!!!

Auf den folgenden Seiten dieser Ausgabe finden Sie Informationen über die Tätigkeiten eines Kassierers bzw. einer 2. Vorsitzenden, die meine Vorstandskollegen Ulrich Klingen und Nicole Dreyer einmal für Sie zusammengefasst haben. Es wäre schön, wenn Sie sich bereits heute über diese Aufgaben informieren würden. Die Zeit rennt und bereits in der nächsten Ausgabe von Kick & TuS, werden wir eine konkrete „Stellenanzeige“ ausschreiben müssen, um die Vorstandspositionen neu besetzen zu können. Vielleicht findet der eine oder andere von Ihnen die Themenbereiche spannend und könnte sich vorstellen, im Rahmen einer ehrenamtlichen Tätigkeit eine Vorstandsposition zu übernehmen. Wir würden uns freuen, wenn Sie auf uns zukommen und Ihr Interesse bekunden würden. Ein Verein kann nur durch seine ehrenamtlichen Helfer existieren.

Liebe Vereinsmitglieder und Freunde des TuS Weilnau,

der Sommer ist vorbei, der Herbst mit hoffentlich noch schönen Tagen für Outdoor-Sport liegt vor uns. Aber wenn es dann doch regnet und das Wetter nicht zum rausgehen lockt, sondern eher die Couch, dann bietet die Kick & TuS einen Blick zurück auf die Sommertage. Viel Spaß beim Schmöckern!

Ihr/euer Kick & TuS-Redaktionsteam



Machen Sie Werbung für den Verein. Nichts hilft mehr, als mündliche Fürsprache. Der Verein lebt, wenn er im Gespräch bleibt. Nutzen Sie nach Rücksprache in Ihren Sportgruppen und mit ihrem Übungsleiter die sozialen Medien, um auf ihre Trainingsgruppe und -aktivitäten aufmerksam zu machen. Das erzielt manchmal mehr Aufsehen als Werbeplakate an der Straße.

Nach so viel Werbung in eigener Sache, wünsche ich Ihnen nun viel Spaß beim Lesen!

Bleiben Sie gesund, bleiben Sie aktiv und bleiben Sie in Kontakt mit ihren Mitmenschen.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit!

Ihre Gabriele Böff

1. Vorsitzende

RAUMAUSSTATTER MEISTERBETRIEB

BELO

M. BECKER & S. LOHNSTEIN

ERSTKLASSIGE INNENEINRICHTUNG

Parkett, Teppichboden, Designbeläge,
Laminat, Deko-, Bezugsstoffe,
Vorhänge, Stores, Jalousien,
Markisen, Tapeten und Wanddeko

M.BECKER & S.LOHNSTEIN

Usastraße 26 · 61267 Neu-Anspach · Telefon 06081 - 962014 · Fax 06081 - 44178
Internet: www.becker-lohnstein.de



Mohr
Omnibusbetrieb

Ausflugsfahrten in Bussen mit 7 oder 29 Plätzen.

Rosemarie Mohr

61276 Weilrod-Riedelbach · Langstraße 52
Telefon 06083-1298 · Fax -940451 · Mobil 0179-6945643
E-Mail: rosemariemohr@gmx.de



Ihr Spezialist für Raum- und Baudekoration

EIFERT & VETTER
RAUM- u. BAUDEKORATION

INNEN & AUSSENGESTALTUNG · TROCKENBAU · VERLEGUNG VON FLIESEN- UND BODENBELÄGE
MALER & TAPEZIERARBEITEN · LACKIERARBEITEN · INNEN & AUSSENPUTZE · KREATIVE MALTECHNIKEN

BACKHAUSSTR. 2 · 61276 WEILROD · TEL.: 0 60 83 - 444

www.eifert-vetter.de

Die Termine 2023 im Überblick:

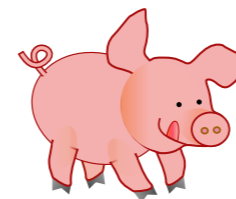
Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Ort	Art
Di. 3. Oktober	11 – 17 Uhr	Höfeflohmarkt	Altweilnau	öffentlich
Fr. 20. Oktober	19 Uhr	Schlachtessen	Sportlerheim	öffentlich
Sa. 21. Oktober	15 Uhr	Puppentheater der Dorf- gemeinschaft Altweilnau	ev. Gemeindehaus	öffentlich
Fr. 1. Dezember	19 Uhr	Gänseessen Lauf- und Triathlonabteilung	Ort wird noch bekannt gegeben	intern
Sa. 9. Dezember	Ab 14 Uhr	Weihnachtsmarkt	Schloss Neuweilnau	öffentlich

Änderungen vorbehalten

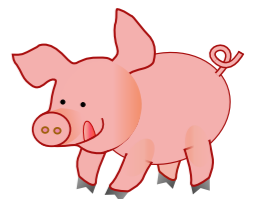
Höfeflohmarkt in Altweilnau

Erstmals findet am Dienstag, den 3. Oktober 2023 in Weilrod – Altweilnau ein großer Höfeflohmarkt statt. Trödel, aber auch Selbstgemachtes wird in den Höfen und Gärten in dem Burgdorf angeboten. Die zahlreichen Anbieter sind gut ausgewiesen. Die Veranstaltung findet von 11 bis 17 Uhr statt.

Im alten Ortskern ist für Speisen und Getränke gesorgt. Die Dorfgemeinschaft Altweilnau und der Kultur- und Förderkreis freuen sich über viele interessierte Gäste.



Schlachtessen
am Freitag, den 20. Oktober um 19:00 Uhr
im Sportlerheim des TUS Weilnau



Es erwartet Sie ein reichhaltiges Buffet an Hausmacher Fleisch- und Wurstspezialitäten, mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln inkl. einem gratis „Verdauungsschnaps“. Natürlich wird hier die traditionelle „Metzelsuppe“ nicht fehlen. Kosten pro Person: 15 Euro. Der Kartenverkauf findet ab sofort bei Firma Goll in Altweilnau statt. Gerne nehmen wir auch Ihre Reservierung per Mail entgegen: aleweilerturmtaenzer@gmx.de. Die Karten können dann

bei Firma Goll gegen Bezahlung abgeholt werden*. Es freuen sich auf euer Kommen:

Die Aleweiler Turmtänzer

*Die Karten werden eine Woche für Sie reserviert und gehen (wenn sie nach einer Woche nicht abgeholt und/oder bezahlt werden) wieder in den freien Verkauf.

Altweilnauer Adventsfenster 2023

Die Altweilnauer Dorfgemeinschaft lädt am 3., 10. und 17. Dezember 2023 ganz herzlich alle Familien zu den „Adventsfenstern“ von Altweilnau ein. An jedem Adventssonntag werden um 18 Uhr bei immer anderen Familien bzw. an der evangelischen Kirche, der Hof, die Scheune, der Garten oder ein bestimmtes Fenster geschmückt. Punsch für Kinder und die Erwachsenen, von den Kindern

selbstgebackene Weihnachtsplätzchen werden angeboten und eine wunderschöne Weihnachtsgeschichte aus der Feder von Sabine Preußner, unserer Altweilnauer Märchenerzählerin, wird vorgelesen. Nähere Informationen folgen zeitnah.

Am 11. November findet bereits der traditionelle Laternenumzug für die Kinder statt.



Sie brauchen finanziellen Schutz und Hilfeleistungen, denn Ihr aktives Leben birgt auch Risiken.

Mit der **Risiko-Unfallversicherung** von AXA sind Sie weltweit und rund um die Uhr vor den finanziellen Folgen von Unfällen geschützt. Zudem profitieren Sie von umfangreichen Hilfeleistungen wie dem Reha-Management. Es unterstützt Sie nach schweren Unfällen dabei, schnellstmöglich in den Alltag zurückzufinden.

Sichern Sie sich leistungsstarken Schutz! Wir beraten Sie gerne.

Maßstäbe / neu definiert 

AXA Generalvertretung **Klaus-Jürgen Diehl**
 Limburger Str. 1, 65520 Bad Camberg
 Tel.: 06434 5511, Fax: 06434 3466, k-j.diehl@axa.de



Suche nach neuen Vorstandsmitgliedern

Bei den turnusgemäßen Neuwahlen treten bei der Jahreshauptversammlung im Frühjahr 2024 die 2. Vorsitzende Nicole Dreyer und Kassenwart Ulrich Klingen nicht mehr zur Wiederwahl an. Der Vorstand sucht somit zwei neue Mitglieder. Die Aufgabenbereiche werden wie folgt umrissen:

Stellenbeschreibung 2. Vorsitzende(r):

Der oder die 2. Vorsitzende ist zuständig für:

- Ehrungen/Urkunden – Mitglieder Vorstand
- Geschenke
- Glückwünsche
- Hallenbelegung – Riedelbach
- Belegungspläne/Kalender Sportheim
- Hausmeistertätigkeiten Sportheim (Sportplatz, Gas-Stand, Mülltonnen, ...)
- Mietvertrag/Vermietung Sportheim

Nicole Dreyer

Stellenbeschreibung Kassenwart:

- Alle Tätigkeiten die zur Abwicklung von Zahlungen und Buchungen gehören, finden auf dem vereinseigenen Laptop statt.
- Teilnahme an je 4 Sitzungen im Jahr des geschäftsführenden Vorstandes und an 4 Sitzungen im Jahr des erweiterten Vorstandes.
- Bei Festen oder Events vom Hauptverein: aktiv dran teilnehmen, für Wechselgeld der verschiedenen Kassen sorgen, später diese Kassen einsammeln und die Abrechnung vornehmen.
- Bei Spendeneingang, wenn gewünscht, Spendenbescheinigungen ausstellen und dem Spender zukommen lassen.
- dreimal im Jahr Mitgliederbeiträge von vorgefertigten Dateien (Sepa Einzug, kommt von der Mitgliederbetreuung) über die Bank einziehen.
- Die Hauptaufgaben des Kassenwartes sind: Zahlungen des Hauptvereins abzuwickeln, zu erwartende Zahlungen zu überwachen und entsprechend zu dokumentieren.
- Alle 3 Monate sämtliche Geschäftsvorfälle im Finanzmanager buchen bzw. festzuhalten. Im Finanzmanager sind die Konten für jede Abteilung gekennzeichnet und genau definiert.
- Alle 3 Monate kommen Einnahmen von den Abteilungen, Fußball Senioren, Spendenkonto Fußball, Biker, Kick & TuS, Gymnastikabteilung, Lauf und Triathlon und der Volleyballabteilung, diese sind dann mit den



Belegen des Hauptvereins im Finanzmanager zu erfassen. Die Umsatzsteuer ist dann zu ermitteln und dem Finanzamt mitzuteilen.

- Alle 3 Monate die Zuschüsse an die Abteilungen überweisen und entsprechend buchen.
- Am Ende des Buchungsjahres wird der Abschluss erstellt. Dieser Abschluss wird dann in der JHV den Mitgliedern dargestellt und die Mitglieder werden über den Stand der Dinge informiert.
- Der Ordner mit den Belegen ist nach der Entlastung des Vorstandes dem Steuerberater zur Erstellung eines kompletten Jahresabschlusses weiterzuleiten.
- Am Anfang eines jeden Jahres muss ein Haushaltsplan erstellt werden. Hier werden die Kosten für die Abteilungen und des Hauptvereins zusammengeführt, Rückstellungen gebildet und die Zuschüsse für jede Abteilung ermittelt.

Diese Arbeiten können fast alle in freier Zeiteinteilung verrichtet werden, es sei denn, es sind gesetzliche Abgabetermine einzuhalten.

Mir machen diese Aufgaben bis heute sehr viel Spaß, da ich in einem tollen Team agieren darf.

Ulrich Klingen

Für Druckfehler keine Haftung.

Besser leben. Weiß oHG
 Im Grund 1, 61276 Weilrod - Rod an der Weil



Wir haben Ihnen viel zu bieten

• **Mit Getränkemarkt und Metzgerei**
 • **Kodak-Fotodruck:** Sofortservice für Ihre Erinnerungen.

Öffnungszeiten Ideal Reinigung, Post, Postbank und Lottoannahmestelle:
 Montag-Freitag 8-13 & 14-18 Uhr, Samstag 8-16 Uhr

Besuchen Sie uns auch in Internet:
www.rewe-weilrod.de & <http://www.facebook.com/ReweWeiss>





Für Sie geöffnet: Montag-Samstag von **7 bis 21 Uhr** www.rewe.de



GRÜN IST DAS NEUE COOL!

Haben Sie den Dreh schon raus?
Gut leben und dabei bestens leben.
Unser Nachhaltigkeits-Kompass zeigt Ihnen einfache Wege:

Besser leben.
Gut wohnen.
Richtig anlegen.

Testen Sie uns:



mehrwert.frankfurter-volksbank.de/kompass

**Frankfurter Volksbank
RHEIN / MAIN**

Breite Straße 13, 61267 Neu-Anspach, Telefon 06081 1020-16100



Aus der Fußballabteilung

Neues von der FSG

Bei herrlichem und nicht zu trockenem Sommerwetter konnten wir eine ungestörte gute Vorbereitung für die Saison 2023/2024 unter dem

neuen Trainer-Gespann Jonas Wanzke und Lukas Jeck durchführen. Die Einheiten wurden durch besondere Einheiten wie bspw. Joggen mit anschließendem Schwimmbadbesuch oder Mannschaftsabende aufgelockert. Um unseren Wettkampflplatz in Merzhausen zu schonen, fand die Vorbereitung dieses Mal überwiegend auf den Sportplätzen in Riedelbach und Hasselbach statt.



Die 1. Mannschaft.

Die 1. Mannschaft absolvierte im Rahmen der Westerfelder Sportwoche ihre drei Testspiele und konnte hierbei einen Sieg gegen die FSG La/Grä/Mö/Nie erringen, wo-

hingegen sie gegen die Kreisoberligisten SG Wehrheim/Pfaffenwiesbach und SG Westerfeld den Kürzeren zog. Das einzige Testspiel der 2. Mannschaft konnte auswärts bei der FSG Bad Camberg/Dombach II mit 3:4 gewonnen werden.

Unsere 1. Mannschaft konnte im Kreispokal die 1. Runde gegen die FSG La/Grä/Mö/Nie mit 4:6 für sich entscheiden und trifft in der 2. Runde auf den Gruppenligisten FV Stierstadt. In der Kreisliga A steht man mit drei Siegen und einer Niederlage auf einem sehr guten dritten Platz.



Die 2. Mannschaft.

Die 2. Mannschaft ist leider in der 1. Runde des Reserve-Pokals mit 3:5 gegen den B-Ligisten SG Westerfeld II ausgeschieden, auch wenn man auf Augenhöhe agierte und ein Sieg verdient war. In der Kreisliga C steht man mit drei Siegen und einer Niederlage nach vier Spieltagen auf dem 2. Tabellenplatz.

Niklas Becker

Wiederholung des Fußball-Nachmittags

In diesem Jahr wurde zum zweiten Mal im Rahmen der Weilroder Ferienspiele auch ein Fußballnachmittag auf dem Sportplatz in Hasselbach angeboten. Viele Kinder sind bereits in unserer JSG Merzhausen aktiv und für diejenigen die es (noch) nicht sind, war es eine gute Gelegenheit einmal reinzuschnuppern. In den 2,5 Stunden wurden die 24 Kicker von Christian Weiß, Bernd Becker und Niklas Becker betreut.

Niklas Becker



Jetzt ganz
in Ihrer Nähe

Debeka

Versichern und Bausparen

Debeka

Wir sind für Sie da:

Montag bis Donnerstag:

8:00 – 17:00 Uhr

Freitag:

8:00 – 14:00 Uhr

und nach Vereinbarung



Mario Klippel
Mobil 0151-14119699
mario.klippel@debeka.de
Servicebüro: 61267 Neu-Anspach
Siemensstraße 20 A
www.debeka.de



Haustechnik Habermann Heizung·Sanitär

Laubenweg 3
61276 Weilrod-Riedelbach

0170 5204303
haustechnik-habermann@web.de

Ihr Partner für

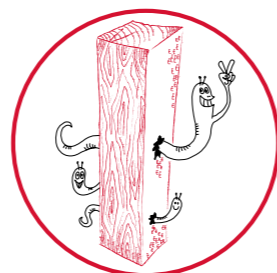
- Heizungstechnik
- Gas- & Wasserinstallation
- Solarthermie
- Bäder
- Beratung & Planung
- Kundendienst

Zertifiziertes Unternehmen



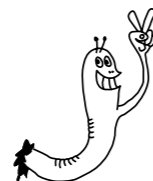
BARRIEREFREI
BAUEN + WOHNEN

Holz-Montageservice Maximilian Rühl



Unsere Leistungen für Sie:

- Möbel- und Einbauschränke nach Maß
- Laminatböden
- Innen- und Außentüren
- Küchen- und Arbeitsplatten
- Insektenschutz für Ihre Fenster und Türen
- Balkon- und Terrassengeländer sowie Böden aus Holz und Kunststoff
- Carports und Gartenhäuser
- Markisenanlagen und Stoffe
- Rollläden und Rollladenantriebe
- Verglasungen
- Reparaturen aller Art



Am Stadttor 2

61276 Weilrod-Altweilnau

Telefon 0 60 83-23 54

Telefax 0 60 83-21 68

E-Mail: montageservice.ruehl@t-online.de

Homepage: www.montageservice-ruehl.net

Nähkurse in Altweilnau

- * Nähmaschinengrundkurs
- * Nähkurse für Anfänger (Erwachsene & Kinder)
- * Nähkurse für Fortgeschrittene
- * Schultütennähen u.v.m.

Weitere Informationen unter:

06083 32 99 656

www.bastedorti.de

Doro Michel * Königsholz 2a * 61276 Weilrod-Altweilnau



FSG Rückblick und Vorschau...

Fußball: In der vergangenen Fußballsaison 2022/2023 ist die FSG Merzhausen/Weilnau/Weilrod als Dritttletzter in der Kreisliga A gerade so dem Abstieg entkommen. Eine eklatante Verletzungsmisere sowie fehlende Konstanz in den Leistungen führte zu einer Spirale des Misserfolgs, die erst in den letzten sechs Spielen erfolgreich gestoppt wurde.

Noch mal gut gegangen

Der sportliche Leiter Armin Klimmek bilanziert offen eine „Seuchen-Saison“, die gerade noch mal gut ausgegangen sei. Am Ende wurde zumindest das Ziel geschafft, den Klassenerhalt sportlich zu erreichen und nicht vom Rückzug der Usinger TSG II und der DJK Bad Homburg II zu profitieren. Der komplette Ausfall des Sturms führte dazu, dass nie dieselbe Startelf auflief. Diese fehlende Konstanz habe in vielen Spielen die entscheidenden Gegentore in den letzten zehn Minuten und am Ende eine Niederlage eingebracht. Insbesondere Routinier und Torjäger Pierre Kraus wurde schmerzlich vermisst. Erst die letzten fünf Spiele in Stammbesetzung mit nur einer Niederlage haben nach Klimmek's Überzeugung das wahre Leistungspotenzial der FSG gezeigt. Mit Klaus Krieger, Robin Hartmann und Michael Zimmermann standen in 24 Saisonspielen drei verschiedene Trainer an der Seitenlinie, was die Mannschaft zusätzlich verunsichert habe. Schließlich fehlte dem jungen Team mit zahlreichen A-Jugendlichen offensichtlich in den entscheidenden Spielsituationen die Reife: „Wenn es ans Eingemachte ging, hatten wir nicht die entscheidende Luft“, so Klimmek.



E-Jugend-Trainer gesucht!

Wir, die JSG Merzhausen, suchen ab September Unterstützung beim Training und Spielbetrieb der E-Jugend (U11) mit Kindern im Alter von 9 bis 11 Jahren. Hast Du Lust und Spaß mit Kindern zu Trainieren? Wir trainieren aktuell Dienstag- und Donnerstagnachmittag auf dem Schulsportplatz in Riedelbach.

Die Jugendspielgemeinschaft besteht aus den Jugendfußballabteilungen von TuS Merzhausen, TuS Weilnau 1957 e.V., SG Weilrod e.V. und SG Niederlauken.

Melde Dich gerne bei:
Trainer Christian Weiß
0151 44539317

Stabilität gesucht

Die notwendige Konstanz und Stabilität soll der neue Spielertrainer Jonas Wanzke bringen, der bereits in den letzten fünf Saisonspielen seine höherklassige Erfahrung als Ex-Spieler des FC Neu-Anspach und der Usinger TSG einbrachte. Mit dem früheren Neu-Anspacher Patrick Hagen von der SG Weilmünster/Laubuseschbach sowie den beiden von Eintracht Feldberg gekommenen Neuzugängen Rico Wietschorke und Maurice Tessarek soll sich das Team weiter stabilisieren und fortentwickeln. So erwartet das FSG-Lager, dass die Mannschaft in der kommenden Saison im sicheren Mittelfeld mitspielen kann. Personelle Kontinuität im Spielerkader und auf der Trainerposition sollen zu mehr Sicherheit in den Spielabläufen und einer erfolgreichen Weiterentwicklung vieler junger Perspektivspieler führen. Mit einer eingespielten Startelf und einem stabilen Mannschaftsgerüst soll die neue Fußballsaison viel erfolgreicher als die vergangene bestritten werden.

Niklas Becker

**E-JUGEND
TRAINER
GESUCHT!**

Wir, die JSG Merzhausen, suchen ab September Unterstützung beim Training und Spielbetrieb der E-Jugend mit Kindern im Alter von 9-11 Jahre.

HAST DU LUST UND SPASS MIT KINDERN ZU TRAINIEREN?

Wir trainieren Dienstag- und Donnerstagnachmittag auf dem Sportplatz in Riedelbach

MELDE DICH GERNE BEI:

Trainer Christian Weiß
0151/44539317

GOLL

❄️ **Kälte-Klima-Meisterbetrieb**

⚙️ **Elektrotechnik-Meisterbetrieb**

- Bau von Schankanlagen
- Zuverlässiger Kundendienst
- Ausstellungsraum für Haus-, Kühl- und Klimageräte
- Elektro- und Telekommunikationstechnik

Weilnauer Str. 2
61276 Weilrod-Altweilnau
Telefon: 0 60 83/7 13
Fax: 0 60 83/2 84 66
www.kaelte-elektro-goll.de
info@kaelte-elektro-goll.de

Fliesenstudio Schenkel



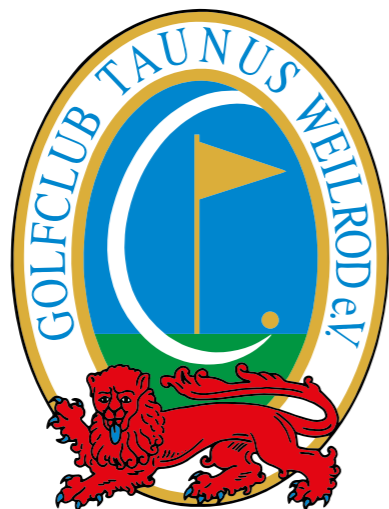
**Fliesen
Naturstein
Granit**

Handel und Verlegung



Oberursel · Gewerbegebiet An den Drei Hasen 4a · www.Fliesen-Schenkel.de

**Feriencamps
für Kinder
und Erwachsene**



**Platzreife-kurse
Schnupperkurse**

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite:

www.golfclub-weilrod.de



Die Bike-Abteilung informiert

Trainingstag der Mountain-Biker am 15. Juli 2023

**Fahrt Richtung
Winterstein**

Am Samstag, 15. Juli 2023
fand unser Saisonhöhe-

und Sigi Dreyer, Uli Graf, Peter Michel, ich und als Gäste
der Vorsitzende des TuS Merzhausen, Hans-Herbert Ne-
bel, Jan-Paul Becker und Manuela Herrmann.

punkt statt. Dieses Mal gab es kein Trainingslager son-
dern einen intensiven Trainingstag
mit anschließendem Grillen in der
Pension Herrmann in Altweilnau.
Mit 10 aktiven Bikern, teilweise mit
E-Bikes ausgestattet, sind wir bei
leicht wechselhaftem, aber warmem
Wetter um 12 Uhr gestartet. Die
Tour führte uns vom „Goller Eck“
über den Golfplatz, die Sendefunk-
stelle zum Grünwiesenweiher und
von dort zur Mülldeponie bei Usin-
gen. Weiter ging es über Westerfeld
zum ersten längeren und anspruchs-
vollen Anstieg hinauf zum Sport-
platz Oberloh in Wehrheim. Von dort
fuhren wir weiter zum Wanderpark-
platz „An der Schlink“ an der Straße
auf der Höhe zwischen Wehrheim
und Pfaffenwiesbach. Die nächste Etappe führte uns
zum Munitions-Depot zwischen Wehrheim und Köp-
pern. Von dort aus ging es weiter Richtung Saalburg
und dann mit rasender Abfahrt (Spitzengeschwindig-
keit bei manchen 60 km/h) zur Rast an das Wehrheimer
Schwimmbad.



Dort machten wir eine halbstündige Pause und stärk-
ten uns mit erfrischenden und kühlen Getränken, die
Kassenwart Uli aus unserer Abteilungskasse spendierte.
Dann fuhren wir weiter über das Feld wieder hoch zum
Sportplatz Oberloh und zurück hinunter nach Wester-
feld, von wo wir unsere Fahrt Richtung Hausen und dort
zum Sportplatz fortsetzten. Die Schlussetappe führte
uns dann wieder bergauf nach Merz-
hausen zur Überquerung der B 275.
Dort trennte sich unsere Truppe. Die
Teilnehmer fuhren je nach Wohnort
über die Merzhäuser Straße, über die
Hundert Stufen oder über die Sen-
defunkstelle und den Golfplatz nach
Hause. Insgesamt bewältigten wir
knapp 40 km und überwandten knapp
600 Höhenmeter aufwärts. Der eine
oder die andere war anschließend
doch recht erschöpft. (Ich selbst war
ziemlich platt). Danke an die Teil-
nehmer Jutta und Heiner Goll, Steffi

Der Abschluss des Tages fand in fröhlicher Runde bei
anfangs starkem Gewitter und Platzregen in der Pensi-
on Herrmann in Altweilnau statt. Paul Becker hat lecker
für uns gegrillt und Rita uns wie immer hervorragend
bewirtet. Herzlichen Dank den beiden hierfür. Für musi-
kalische Unterhaltung sorgte Harald Heberling. Danke
auch ihm. Bei erfrischenden und belebenden Kaltge-
tränken und vielen guten und anregenden Gesprächen
endete der schöne Tag um kurz vor Mitternacht. Es war
ein gelungener Tag und ich bedanke mich bei allen Teil-
nehmern sehr herzlich. Ich hoffe, wir können dies im
kommenden Jahr wiederholen. Insgesamt waren 21
Personen, davon 15 Mitglieder anwesend.

Altweilnau, 17. Juli 2023

Norbert Zepke



Kfz.-Sachverständigen Büro



Schadengutachten
Oldtimer Wertgutachten
Fahrzeugbewertungen
Technische Gutachten
Maschinen Gutachten
Beweissicherung
Kurzgutachten

Klaus-Peter Pehr

Ringstraße 12

61276 Weilrod-Mauloff

Tel.: 06084-950474

Mob.: 0172-5801214

Fax.: 06084-949593

E-Mail: peter.pehr@kfz-sv-pehr.de

www-kfz-sv-pehr.de

**Liebe Kick&TuS Leserinnen und Leser,
bitte berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen
unsere Inserenten!
Vielen Dank.**

R. LÖW

Automobile

Service
mit Herz

- Autorisierter Ford Service Betrieb
- Reparaturservice für Fahrzeuge aller Art
- Neuwagen · Gebrauchtwagen · Leasing · Finanzierung
- TÜV jede Woche im Hause HU/AU
- Reifenservice inkl. Reifeneinlagerung
- Unfallinstandsetzung
- Servicefahrzeug · Hol- und Bringservice
- Pannenservice



Eine Idee weiter



R. Löw Automobile GmbH Schmittener Straße 3 · 61276 Weilrod · Telefon 0 60 84/56 34 · Fax 0 60 84/41 78



Aus der Gymnastikabteilung

Die Gymnastikabteilung rät: Mit ein wenig Sport aktiv bleiben – Morgenübungen für zu Hause

Nach dem Aufstehen Sport? Zugegeben, das kostet Überwindung. Wer sich morgens aber 10 bis 15 Minuten Zeit nimmt,

um mit ein paar Übungen in den Tag zu starten, spart sich vielleicht sogar den Kaffee – denn auch Hampelmänner und Co. bringen den Kreislauf ordentlich in Schwung. Darüber hinaus sind die Heimübungen eine gute Alternative, um ohne großen Aufwand aktiv zu bleiben. Gerade anfangs sollte man das aber nicht übertreiben. Es sei gut, wenn das Herz klopft und der Puls nach oben geht. „Wenn man jedoch komplett außer Atem ist oder eine Bewegung schmerzt, sollte man eine Pause machen oder mit der nächsten Übung andere Muskelgruppen beanspruchen“, sagt der Sportwissenschaftler Stephan Geisler von IST-Hochschule in Düsseldorf.

Die folgenden zehn Morgenübungen sollen den Körper lockern, die Muskeln kräftigen und den Kreislauf ankurbeln. Sie können an jeden Trainingszustand angepasst und teils auch variiert werden. Wer Knieprobleme, einen Hüftschaden oder Probleme mit der Wirbelsäule hat, sollte belastende Übungen überspringen oder so anpassen, dass sie nicht wehtun. Bei diversen Vorerkrankungen ist ein vorheriges Gespräch mit dem Arzt oder Therapeuten ratsam. Der Personal Trainer rät, die Übungen vorm Frühstück zu machen. Wer jedoch hungrig aufwacht, sollte erst etwas essen, eine kurze Verdauungspause machen und dann loslegen.

1. **Mobilisierung Kopfnicken:** Den Kopf langsam auf und ab bewegen, dann nach rechts und links. Häufigkeit: jeweils 5 bis 8 Mal.
2. **Schulterkreisen:** Schultern nach hinten kreisen lassen. Häufigkeit: 10 Mal.
3. **Katzenbuckel:** In den Vierfüßler Stand gehen und zwischen Katzenbuckel und Hohlkreuz wechseln, die Positionen je 4 bis 5 Sekunden halten. Häufigkeit: 10 Mal zwischen den Positionen wechseln.
4. **Heraufschauender Hund bzw. Stellung des Kindes:** Vom Vierfüßler-Stand ausgehend Becken nach hinten strecken, Arme vorne lang werden lassen, Stirn auf den Boden legen. Danach Becken nach vorne schieben und auf dem Boden ablegen, Oberkörper mit gestreckten Armen stützen und nach oben schauen. Jeweils 3 bis 5 Sekunden halten. Häufigkeit: 5 bis 8 Mal zwischen den Positionen wechseln.
5. **Diagonales Arm-Bein-Heben:** Im Vierfüßler-Stand rechten Arm nach vorne und linkes Bein nach hin-

ten strecken. 3 bis 5 Sekunden halten. Dann Knie und Ellbogen so anziehen, dass sie sich unter dem Bauch (fast) berühren – danach wieder strecken. Häufigkeit: 10 bis 15 Mal pro Seite beziehungsweise pro „Arm-Bein-Paar“.

6. **Kräftigung Squats beziehungsweise Hocke:** In aufrechter Position Füße hüftbreit stellen. Dann soweit es geht in die Hocke gehen und diese Position halten – beide Fersen dabei fest auf dem Boden lassen, die Knie sollten indes nicht über die Höhe der Fußspitzen hinausschauen. Nach 10 Sekunden aufrichten, Oberkörper nach vorne beugen und mit den Händen die Füße, Knöchel oder Schienbeine fassen. Dann zurück in die Hocke wechseln. Häufigkeit: 5 bis 8 Mal.
7. **Lunges beziehungsweise Ausfallschritte:** Mit dem rechten Bein nach vorne treten, das rechte Knie sollte einen 90-Grad-Winkel formen. Das linke Knie hinten geht in Richtung Boden, berührt diesen aber nicht. Nun das Gleichgewicht finden und den Oberkörper aufrichten. Dann wieder in die Ausgangsposition gehen und die Bewegung mit dem linken Bein vorne und dem rechten Bein hinten wiederholen. Die Positionen nicht halten und stattdessen flüssig bewegen. Variation: Wer will, kann bei den Wechselschritten springen. Optional kann in den Ausfallschritten länger verweilt und der Oberkörper dabei seitlich aufgedreht werden, in dem man einen Arm nach oben streckt. Häufigkeit: 10 Mal pro Bein.
8. **Plank/Unterarmstütz:** In den Vierfüßler-Stand gehen. Dann in die Liegestützposition begeben und die Unterarme auf dem Boden auflegen. Diese Position so lange wie möglich halten. Die Ellbogen sollten direkt unter den Schultern sein, Gesäß und Bauch sind angespannt, das Becken hängt nicht durch, sondern ist ungefähr auf Schulterhöhe. Variation: Man kann bei dieser Übung zu Beginn die Knie aufsetzen. Häufigkeit: 1 bis 5 Mal; jeweils solange halten, wie es geht.
9. **Ausdauer und Kreislauf Jumping Jacks beziehungsweise Hampelmann:** Mit den Beinen nach außen und innen springen, dabei die Arme seitlich auf und ab bewegen. Variation: Wer Knie- oder Hüftprobleme hat, kann auf der Stelle joggen und die Arme dazu auf und ab bewegen. Häufigkeit: 20 Mal.
10. **Auf der Stelle joggen:** Entweder locker joggen oder für mehr Intensität die Knie hoch über die Hüften heben. Häufigkeit: 3 Mal 30 bis 60 Sekunden. dpa



Café-Biergarten-Eventlocation

Der Treffpunkt am Wochenende

Freitags 15.00 – 19.00 Uhr

Samstags, sonntags, feiertags 13.30 – 18.30 Uhr

und nach Vereinbarung für Gruppen ab 10 Personen auch an jedem anderen Tag

Ellen Schulz
und das gesamte
Team freut sich
auf Sie!

Speisen aus Oma's Küche | Wechselnde Wochenkarte | Kuchen und Torten
Kaffeespezialitäten | Großer, gemütlicher Biergarten | Urige Innenräume

Gerne richten wir Ihre Feierlichkeiten wie z. B.
Hochzeiten, Geburtstage, Trauercafé etc. aus.
Sprechen Sie uns an.

MappesMühle | Mappesmühle 1 | 61276 Weilrod | Tel. 0174/2395671 | www.mappesmuehle.net



Wir kümmern uns um Ihr Fahrzeug!



Telefon: 0 60 84 – 60 82 78

Ringstraße 12, 61276 Weilrod-Mauloff Email: info@impehrium.de



Christof Stiebeling

Gas- u. Wasserinstallation
Heizung · Spenglerei

Weilstraße 7 · 61276 Weilrod
Telefon (0 60 83) 91 01 53



Die Lauf- und Triathlonabteilung informiert

Die Lauf- und Triathlonabteilung feierte am 21. Juli 2023 ihr Grillfest. Das Wetter spielte auch mit. Das Essen konnte im Freien stattfinden, musste dann aufgrund von

Regenschauern in die Räumlichkeiten des Sportheims verlagert werden. Gut die Hälfte der Abteilungsmitglieder nahmen an diesem Event teil. Mit Grillwürsten /Steaks, vielen selbstgemachten Salaten und Desserts sowie diversen Getränken wurde bis tief in die Nacht gefeiert.

Vielen Dank nochmal an alle Helfer und Helferinnen, die zu diesem Grillfest beigetragen haben.

Am 23. Juli 2023 fand der 32. Maibach Triathlon statt, an dem zwei Aktive der Lauf- und Triathlonabteilung teilnahmen. In diesem anspruchsvollen Sprint Triathlon, über 300 Meter Schwimmen im Freibad in Maibach, 17 wellige Radkilometer und 6 km Laufen im Wald um Maibach, wurden folgende Ergebnisse erzielt:

- Jan Meissgeier: 6. Platz in der stark besetzten Altersklasse Sen3 M, in der Zeit von 1:08:45 Stunden
- Paul-Gerhard Moos: 1. Platz in der Altersklasse Sen6 M, in der Zeit von 1:21:27 Stunden

Paul-Gerhard Moos



HARTMANN

HEIZUNG SANITÄR SOLAR

MEISTERBETRIEB

☎ 0151-506 920 32

Christina Platz bei Burgwald Märchen Marathon

„Ich bin beim Burgwald Märchen Marathon an den Start gegangen. Es war nun mein 3. Marathon. Ich bin 1. in meiner Altersklasse geworden, 3. Frau und 11. gesamt. Das war ein tolles Ergebnis für mich persönlich. So kann es weitergehen“, freute sich Christina Platz über ihre Leistung Ende August beim Burgwald Märchen Marathon.

Wer immer schon mal Hessens größtes zusammenhängendes Waldgebiet in ein paar Stunden kennenlernen wollte, ist beim alljährlich stattfindenden Burgwald-Marathon genau richtig. Die Strecke führt durch eine reizvolle, abwechslungsreiche Landschaft vom Flusstal über Wiesen und Felder bis in den Wald. Die „Franzosenwiesen“, eine unter Naturschutz gestellte einzigartige Moorlandschaft, wird umrundet und ein paar Höhenmeter sind auch dabei. Der LDT Rauschenberg e.V. organisiert den Laufevent und bietet für jeden Laufgeschmack den passenden Lauf vom 3-km-Kostümlauf über 5-km, 10-km, Halbmarathon, Marathon bis hin zum Ultramarathon mit 52 km.

<https://meine-marburger-region-entdecken.de>



ONKEL TOMS
HÜTTE

BISTRO - IMBISS - RASTSTATION

- kalte und warme Snacks
- Kaffeespezialitäten
- Mittagsgerichte
- wechselnde Wochenkarte

Bestellungen möglich!

Infos, Speise- & Wochenkarten:
www.tom-weilrod.de

Fresents
CATERING

Ihr Cateringpartner für Privat & Geschäft

- kalt & warm
- Fingerfood & Buffet
- Veranstaltungsbewirtung
- Verleih von Geschirr, Gläsern & Gastrobedarf

Egertshammer 1
61276 Weilrod-Altweilnau
www.fresents-catering.de
catering@fresents-catering.de
Telefon: 06083-34 80 017
whatsapp: 0176-70 24 57 80



...ein Brot von
Schmidt
hält Dich fit!

SPORTLER BROT

Bring Dich in Schwung!

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. – Frei.: 6.00 – 19.00 Uhr
Samstags: 6.00 – 14.00 Uhr



Neues aus der Volleyballabteilung

Volleyball Hallensaison 2023/24: TuS Weilnau meldet erstmals eine Männer Mannschaft zum Spielbetrieb im Hessischen Volleyball Verband (HVV)

13 Jahre nachdem sich die letzte Damen Mannschaft des TuS Weilnau vom offiziellen Spielbetrieb des HVV zurückgezogen hat, kehren wir nun zurück auf die offizielle Bühne! Über die gesamte Dauer seit 2011 konnte eine kleine Flamme Hoffnung von ein paar wenigen Idealisten am Leuchten gehalten werden und nun ist es tatsächlich soweit. Mit einem Auswärtsspiel am 15. Oktober 2023 in Naurod starten unsere Männer in die Saison

2023/24. Wir starten in Bezirk West, Kreisliga West – Männer. Insgesamt befinden sich 6 Teams in der Liga. Spielertrainer Paul Haibach und sein junges Team (Alle sind zwischen Jahrgang 2003 und 2006) freuen sich riesig darauf, sich mit den anderen Mannschaften messen zu können. Folgende Teams bilden die Kreisliga West:

TuS Weilnau	TG Winkel 2
TuS Kriftel 4	TG Naurod 3
TV Elz 2	SC Königstein

Hotel Kurhaus **★★★★**
Ochs

Ihr Wohlfühl-Hotel
im Hochtaunus



Gepflegte Gastlichkeit und 40 komfortable Zimmer bieten wir Ihnen in unserem modernen Hotel ganz in der Nähe. Verschiedene Tagungsräume, 2 Restaurants der gehobenen Gastronomie, Familienfeiern, kleines Café, Hotelbar, Hallenbad, Sport- und Freizeitbereich (Massagen / Kosmetik)



Kanonenstr. 6 - 8, 61389 Schmitten / Taunus
Telefon 06084 48-0, Telefax 06084 48-80
www.kurhaus-ochs.de, reception@kurhaus-ochs.de



GARTH
Getränkevertrieb GmbH



Zeltverleih • Heimservice • Gastronomie

USINGEN

Telefon 06081 - 6 65 43 • Mobil 0172 6263109

Mich freut es ganz besonders, dass sämtliche Voraussetzungen, um am Spielbetrieb teilnehmen zu können nahezu in Eigenregie erfüllt wurden und nun einer spannenden Saison nichts mehr im Wege steht. Beim Bezirkstag wurden unsere Farben von Paul und Noel vertreten, die Mannschaftsmeldung erfolgte innerhalb des

Zeitfensters, die Mitglieder wurden im Online Meldesystem „SAMS“ angelegt und auch die Spielerlizenzen sind kürzlich finalisiert worden. Höhepunkt war dann direkt in der ersten Trainingswoche nach den Sommerferien der Schiedsrichter Ausbildungslehrgang.

Patrick Vollberg

Schiedsrichter D-Ausbildung erfolgreich absolviert



liche Theorieprüfung abgelegt. 30 Multiple Choice Fragen galt es richtig zu beantworten sowie zehn Fragen zu den Handzeichen der Schiedsrichter als auch vier Fragen zum Schreiberbogen/Aufstellungsbogen. Nachdem sämtliche 16 Teilnehmer den theoretischen Teil bestanden hatten ging es mit dem praktischen Teil weiter. Es wurden immer 2er Teams (1. + 2. Schiri) gebildet und der Rest teilte sich als zwei Mannschaften 6 vs. 6 auf. Fast zwei Stunden lang wurde unter der Anleitung und ggf. Korrektur bzw. Erklärung von der super souveränen und freundlichen Lehrgangsführerin Anja Dahl gespielt, gepfiffen und besprochen.

Schlussendlich haben alle Teilnehmer den Kurs bestanden und die Berechtigung erlangt Spiele auf Kreisebene als Schiedsrichter zu leiten. Anja bedankte sich für die zwei tollen Tage, für die rege Teilnahme, gute Atmosphäre und sehr gute Vorbereitung sämtlicher Teilnehmer. Auch ich kann mich diesem Dank nur anschließen und bin stolz, dass alle Teilnehmer die Prüfung bestanden haben.

Nun steht also dem Abenteuer Spielbetrieb beim HVV nichts mehr im Wege.

Patrick Vollberg

Theorie „Schreiber“: Welche der beiden Aufstellungen ist richtig?

Der Lehrgang zum D-Schein (notwendig für Spiele auf Bezirksebene) wurde bei uns vor Ort in zwei Terminen abgehalten. 14 Teilnehmer vom TuS Weilnau, sowie zwei Teilnehmerinnen aus Wiesbaden trafen sich mittwochs im Sportlerheim, um alles rund um das Pfeifen als „1. Schiri“, „2. Schiri“ oder „Schreiber“ erklärt zu bekommen. Am Tag darauf wurde dann in unserer Sporthalle an der „längsten Schulbank der Max-Ernst-Schule“ die Schrift-



Sämtliche D-Schein Absolventen inkl. Präsent Pfeife, sowie gelbe/rote Karte.

Mixed Team startet im 9er Feld

Auch das Mixed Team geht nach der Corona-Pause wieder an den Start. Im Bezirk West haben sich dieses Jahr sechs neue Teams zum passfreien Mixed Spielbetrieb im Breiten- und Freizeitsport (BFS) gemeldet. Folgende Teams bilden das 9er Feld der Kreisliga C im Bezirk West.

- TV 1918 Dornholzhausen e.V.
- TSV Taunusstein Bleidenstadt
- Volleyball Club Goldener Grund
- TuS Niederjosbach
- TuS Wiesbaden-Dotzheim
- Volleyball-Verein Niedernhausen
- TV Idstein
- TuS Weilnau
- SKG Rodgau

Christian Schulz

Garten- & Landschaftsbau

✓ Beratung ✓ Planung ✓ Ausführung

Merzhäuserstraße 7a
61276 Weilrod

TEL 0172 9032442

@ ch_schulz@yahoo.com

Kevin's Werkstatt

KFZ-Meisterbetrieb

- Reparaturen aller Art
- Fehlerdiagnose
- Räder und Reifen
- Unfallinstandsetzung
- Inspektion nach Herstellervorgaben
- HU/AU-Vorbereitung
- Oldtimer-Service

www.kevins-werkstatt.de

Merzhäuser Straße 30, 61276 Altweilnau Tel.: 06083 - 32 99 88 0



Änderungsschneiderei Amiri

Khaled Amiri

Muffgasse 1
61250 Usingen - Merzhausen

☎ 01 76 - 22 28 32 63

🌐 www.schneiderei-amiri.de

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.: 09.00 - 18.30 Uhr

Samstag: 09.00 - 14.00 Uhr



Für uns beginnt die neue Saison bereits am Sonntag, 24. September 2023 mit einem Auswärtsspiel beim TV-Dornholzhausen. An folgenden Terminen haben wir Heimspiele in der Sporthalle der Max-Ernst-Schule und würden und über den einen oder anderen Zuschauer sehr freuen:

08.10.2023 (Sonntag, 11:00) Mixed

26.11.2023 (Sonntag, 11:00) Herren

05.11.2023 (Sonntag, 11:00) Mixed

Aus der Vereinsnachbarschaft Turm 2 jetzt Pizzeria

Flüchtlingsfamilie Amiri in Altweilnau „angekommen“

Altweilnau – Während in vielen Ortschaften Gastronomiebetriebe für immer ihre Pforten schließen, wagt in Altweilnau eine Familie aus Afghanistan eine Neueröffnung. Drei Brüder und ein Onkel wollen in bester Lage im maleischen Ortskern direkt neben dem Tur-Turm in der „Gaststätte und Café Amiri am Turm“ Pizza und mehr sowie Kaffee und Kuchen anbieten, aber auch frische Brötchen verkaufen. Ortsvorsteher Kurt Kolodziejczyk (FWG), der die Familie Amiri kurz vor der Eröffnung in ihrem neuen Domizil besuchte, sieht das sehr positiv. Er sagt: „Unsere Burg ist ziemlich gut besucht, und auch für Wanderer und Radfahrer gibt es endlich eine Einkehrmöglichkeit. Außerdem können wir Altweilnauer und unsere künftigen Neubürger im Neubaugebiet Neuerborn dann wieder vor Ort Brot, Brötchen und Kuchen kaufen.“ Für Heinrich Siebert, der sich als Mentor der Familie Amiri bezeichnet und sie nach ihrer Flucht aus Afghanistan seit ihrer Ankunft in der Erbsmühle als Freund und Helfer unterstützt, ist das Vorhaben vor allem ein Beispiel dafür, wie Integration gelingen kann. Zunächst zum Anwesen, das die Familie erst im Mai erworben hat: Hier befand sich viele Jahre lang ein gut gehender Edeka-Markt. Danach wurden hier ein Dartclub und schließlich eine Pizzeria betrieben. Zuletzt hatte ein Handwerksunternehmer aus Bad Homburg das Objekt gekauft und als ländliche Kneipe mit dem Namen „Turm 2“ eingerichtet. Die kam aber nie ins Laufen und stand seit Jahren leer. Im Zuge der Weilroder Dorfentwicklung kam 2016 die Idee auf, die nie betriebene Gaststätte „Turm 2“ als Dorfgemeinschaftshaus zu pachten. Auch daraus wurde nichts. Zum Glück für die Amiris, die schon seit 15. September 2015 in Deutschland leben und von Anfang an den Willen hatten, sich zu integrieren. Siebert stand ihnen immer zur Seite. Er hat vier Söhnen eine Ausbildung und/oder Arbeitsplätze vermittelt. Mohammad und Zekrollah sind als Schreiner tätig, Hamed als Bäcker

Ich wünsche allen Teilnehmern eine spannende und verletzungsfreie Saison!

Patrick Vollberg
TuS Weilnau
Abteilungsleiter Volleyball
Volleyball@tusweilnau.de
0176 44626960



und Zabor als Heizungs- und Sanitär-Installateur. Dem ältesten Sohn Khaled hat Siebert geholfen, sich in Merzhausen erfolgreich als Schneider selbstständig zu machen. Er hat sich dafür eingesetzt, dass die Familie Amiri die Gemeinschaftsunterkunft in der Erbsmühle verlassen und in Wohnungen in Usingen und Neu-Anspach ziehen konnte. In Altweilnau sind die Amiri-Brüder seit ihrer Zeit in der Erbsmühle verwurzelt, hier haben sie Freunde und treiben Sport. Deshalb haben jetzt Mohammad, Hamed und Zekrollah Amiri, unterstützt von ihren Eltern Mohammad Sadegh und Najibe Amiri, die lange Zeit leerstehende Immobilie gekauft. Die beiden Schreiner haben das Obergeschoss so umgebaut, dass die Eltern, Mohammad und Hamed dort wohnen können. Gaststätte und Café betreiben sie als Familienbetrieb. Ihr Onkel Delagha Amiri, der Pizzabäcker ist, bringt entsprechende Erfahrungen mit. In der als Bistro geführten Gaststätte wird es, weil nur zwei Parkplätze vorhanden sind, nur 20 Sitzplätze geben dürfen. Daher planen sie zusätzlich einen Pizza-Lieferdienst. Frisches Brot und Brötchen kommen vorerst von der Bäckerei Schmidt aus Merzhausen, Kuchen und Torten wird Hamed selbst backen. Siebert weist darauf hin, dass zunächst kein Alkoholausschank stattfinden wird, weil dafür eine Extra-Lizenz erforderlich wäre.

Freigabe für Kick&TuS E. Kreutz

Gaststätte – Cafe – Pension

Herrmann

Fam. Betrieb. Bes. R. Dietrich

61276 Weilrod - Altweilnau/Taunus im herrlichen Weiltal

Telefon 0 60 83/20 83

Seit über 50 Jahren zu Diensten des Gastes. Gartenlokal

Gasthof Pension SONNENBERG

MOTEL, EVENTGASTRONOMIE

*Mieten Sie sich Ihr eigenes Restaurant, Bierstube, Biergarten,
Tanzbar, Bowlingbahn, Hallenbad usw.*

wie ein Dorfgemeinschaftshaus

für Ihre Privaten oder Geschäftlichen Party's

Bringen Sie Ihre eigenen Getränke und Speisen

mit oder Bestellen Sie bei Ihrem Lieblings Partyservice.

Camberger Weg 6 61276 Weilrod - Riedelbach

info@hotel-sonnenberg.de

www.hotel-sonnenberg.de Tel. 06083/2850

KFZ-Meisterbetrieb Martin Esser



- Unfallreparatur
- KFZ-Reparaturen an allen Autotypen
- Autoglas- Reparaturen und Austausch
- Reifenservice
- Inspektion
- TÜV + ASU

Martin Esser • Erbismühler Weg 1 • 61276 Weilrod-Altweilnau

Telefon: 06083/1644 • Handy: 01 72/691 1848

Prüfung für Gleichgewichtsgefühl, Körperbeherrschung und Konzentration

Die Radfahrvereinigung „Vorwärts“ Anspach richtet Lauf zum Hessen-Cup im Fahrradtrial aus Riedelbach. Zwischen den Bäumen rund um den Heide-sportplatz bei Riedelbach waren leise Musik und Stimmen zu vernehmen, ab und zu durchbrochen vom lauten Quietschen von Fahrradbremsten. Die Radfahrvereinigung (RV) „Vorwärts“ Anspach richtete nämlich hier den zweiten Lauf zum Fahrradtrial-Hessencup aus. Seit 2019 hat



die RV das Gelände um den Sportplatz vom Motorsportclub Riedelbach übernommen, der hier das Trialgelände eingerichtet hatte. Offiziell wurde die Sportart Fahrrad-Trial 1974 ins Leben gerufen, obwohl es schon 1947 in England eine entsprechende Veranstaltung gegeben hat, das Windlesham Wheelers Trial. Diese Sportart sollte zunächst eine Alternative für Jugendliche darstellen, die noch kein Trialmotorrad fahren konnten oder durften. Fahrrad-Trial wurde seitdem als Nachwuchsarbeit in Motorsportvereinen betrieben. Seit 1993 hat sich dann der Bund Deutscher Radfahrer dem Trialsport angenommen. So starteten am Samstag 28 Teilnehmer in 12 Klassen vom Smiley bis zu Elite hier in Riedelbach und am Sonntag nochmals 26 Teilnehmer bei einem weiteren Lauf für den Hessencup unter Leitung von Fahrleiter Rainer Schimpf. Schiedsrichter Sebastian Voetz und Chefpunktrichterin Sabine Herwig ergänzten das Leitungsteam. Seit einem Jahr hat sich die Zählweise der Punkte verändert. So gibt es in jeder Sektion, die durchfahren werden muss, maximal 60 Plus-Punkte, 10 für jedes sauber durchgefahrene Tor, sprich Streckenabschnitt mit Hindernis. Als Fehlerpunkt zählt, mit einem Fuß den Boden oder das Hindernis zu berühren. Ein Fehler im Tor führt dazu, dass die 10 Pluspunkte entfallen. Fünf Fehlerpunkte, die es auch beim Überfahren eines Begrenzungsbandes gibt, beim Durchqueren eines Tores in der falschen Richtung oder bei den höheren Klassen auch bei der Überschreitung der erlaubten Zeit von zwei Minuten für eine Sektion führen zu null Punkten insgesamt. Dabei müssen die Teilnehmer in den niedrigen Klassen fünf Sektionen jeweils dreimal

absolvieren, die Klassen Experten, Spezialisten und Elite sechs Sektionen. Und die haben es in sich.

Da sind Steine aufgetürmt und sogar Felsblöcke, Holzstapel, vorhandene Baumstümpfe sind in die Sektionen integriert, Baumstämme mal halbiert oder in ganzer Rundung führen in unterschiedlichen Höhen von Auflager zu Auflager, Paletten und andere Bretterkonstruktionen sind ebenfalls installiert. Die Kinder in der Smiley-Klasse bleiben noch mit ihren Fahrrädern am Boden, haben aber auch schon mit Wurzeln, schmalen Durchfahrten und den Bodenverhältnissen zu „kämpfen“. Dabei müssen auch sie schon auf die richtige Reihenfolge der Tore achten. In jeder Sektion sind die Tore mit der Klasse entsprechenden Farben markiert. Vor Durchfahren der Sektion können die Fahrer ihre Spur ablaufen und die Hindernisse zu Fuß testen. Und dann geht es ans Eingemachte.

Jan Salzmann und Tobias Nehler, beide vom ASC Melungen, starteten in der Eliteklasse. Da hieß es in den unterschiedlichen Sektionen Sprünge auf Steine und Baumstämme zu absolvieren und auf runden Baumstämmen die Balance zu halten. Denn bei dieser Sportart sind besonders Gleichgewichtsgefühl, Körperbeherrschung und Konzentration gefordert sowie allgemeine Fitness. Diese weist auch schon Robert Schimpf von der RV Anspach auf, der schon im Hessen-Kader deutschlandweit auf Wettkämpfen unterwegs ist. Salzmann konnte an diesem Tag 680 Punkte einheimsen, Nehler 510 und Schimpf in seiner Klasse, den Spezialisten 660. Einmal in der Woche trainieren die Trialer des RV Anspach hier an der Riedelbacher Heide, weitere Interessierte jeden Alters sind willkommen. sn

Informationen gibt es unter www.rv-anspach.de.





**Die
Dachmanufaktur**
Inh. David Lanzer und Christian Odekerken

Ihr Meisterbetrieb für Dach-, Wand- & Abdichtungstechnik

EGERTSHAMMER 1, 61276 WEILROD, TEL.: 06083/3123015

WWW.DIE-DACHMANUFAKTUR.DE

ALLES AUS EINER HAND: STEILDACH – FLACHDACH – HOLZBAU – TERRASSENBAU – KLEMPNEREI – GERÜSTBAU – FASSADENBAU – BLITZSCHUTZ – PLANUNG – DACHBEGRÜNUNG



Ihr Partner für

**Kaltband • Spaltband
Edelbandstähle • Aluminium**

61276 Weilrod • Tel: 06083-2791-2793
www.melcher-stahl.de • info@melcher-stahl.de

Mittelalterliches Treiben auf Burg Altweilnau



Altweilnau. Graf Heinrich von Weilnau alias Harald Heberling hieß am Sonntag zahlreiche Besucher auf Burg Altweilnau willkommen. Sein Trompeter (Hans-Joachim Zumkeller) kündigte sein Erscheinen mit einer Fanfare an, sein Herold (Frank Nork) reichte ihm die vorbereitete Begrüßungsrede. „Dahergekommene von nah und fern, seid willkommen“, rief der Graf in die Runde. Und er ermunterte die Gäste, sich an Labsal gütlich zu tun, aber nicht zu viel an Ausschweifungen zu genießen. „Füllt die leeren Schatullen mit euren Talerstücken, damit ich mir weitere Bedienstete leisten kann“, forderte er die Besucher auf. Und die ließen es sich nicht zweimal sagen und langten an Würstchen- und Kuchentheke, bei der Waffelbäckerei und Rudeks Anamchara mit Apfelsaft und Met zu. Aber auch die Bogenmacherei, der Drechsler und der Messerschleifer zogen die Blicke auf sich, es konnte ausprobiert

und gefachsimpelt werden. Am Stand der Reifenberger Härmlins gab es nicht nur mittelalterliche Kleidung und Schmuck zu entdecken, die Kinder durften sich gegen einen kleinen Obolus auch lederne Beutel fertigen oder die Frauen das Dünteln lernen, eine Technik, mit der Schnüre hergestellt werden. Nebenan konnten die Besucher Lammfelle oder auch Seifen und Badekugeln erwerben. Für die Kinder hatte der Kultur- und Förderkreis Burg Altweilnau (KFK) als Veranstalter einfache Spiele wie Ringewerfen mitgebracht. Aber die Kleinen konnten auch in einer großen Kiste nach Edelsteinen suchen. Der Vorsitzende des KFK, Uli Graf, zog mit seinen bunt schillernden Riesenseifenblasen die Blicke auf sich, und die Mädchen und Jungen durften auch selbst ausprobieren, die kurzlebigen Wunderwerke durch die Luft fliegen zu lassen. Über dem ganzen Fest schwebten die Klänge mittelalterlicher





KANT-BIKE
Meisterbetrieb

Das Fahrradgeschäft am Bikepark Feldberg

Was Sie bei uns erwartet:

Fahrräder und Ausrüstung für alle Einsatzbereiche des Sports und des täglichen Lebens

Markenräder von Giant, Scott, Argon 18, Felt, Salsa, Fuji, Saraczen, Transition u.v.m

Große Auswahl an Ersatzteilen

Erstklassige Fachwerkstatt

Kant Bike
61389 Schmitten
Kanonenstraße 5

Öffnungszeiten:
Di bis Fr: 10 - 19 Uhr
Sa: 10 - 15 Uhr

Telefon: 06084 9498627
Email: info@kant-bike.de

www.Kant-Bike.de

RMB BAUZENTRUM
JÄGER + HÖSER

Mein Baustoff- und Fliesenhandel

- Große Ausstellungsflächen
- ausführliche Beratung
- Frischbeton auf Knopfdruck
- Lieferung zu ihrer Baustelle



Besuchen Sie uns in
Neu-Anspach • Löhnberg • Weilrod





WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG www.jaeger-hoeser.de/infos/jobs

Musik, für die Musica Panacea verantwortlich zeichnete. Mit Schäferpfeife und Drehleier verzauberten die beiden Musiker den Nachmittag. Und die Tänzerinnen und Tänzer der Reifenberger Härmlens und die Tanzerey Burg Weilnau freuten sich, zu Live-Musik tanzen zu können. Der „Branle de Chevaux“, die „Specknerin“ oder auch der „Hausmeister“ standen auf dem Programm. Und schließlich trauten sich sogar einige Kinder und Jugendliche mitzutanzten. Denn Herbert Götz und Kerstin Pauly leiteten die Neulinge gerne an. Vier Schritte nach vorne, Ferse aufsetzen, vier Schritte zurück, Zehen aufsetzen, so beginnt einer der Tänze. Oft wird dann das Gegenüber gewechselt, die Partnerbörse der damaligen Zeit. Und dafür erhielten Musiker und Tänzer auch reichlich Handklapper von den Zuschauern. Viele Blicke zogen auch die Mitglieder des Wolfscans in ihren verwegen wirkenden Gewandungen auf sich. Die jungen Leute sind sonst gerne beim Live Action Role Pla-



ying zum Thema Mittelalter unterwegs, freuen sich aber auch immer wieder über eine Einladung zum Burgfest.

sn

Kultursommer in Neuweilnau

Himmlische Bilder aus Wüstensand

Die Sandkünstlerin Anne Löper illustriert Bibelszenen in der Neuweilnauer Kirche

Neuweilnau. Manchmal geht es weniger um das Ergebnis, sondern mehr um den Weg dorthin. „Das Faszinierende ist nicht die fertige Szenerie, sondern ihre Entstehung“, sagt Anne Löper über ihre Werke, für die sie ein ganz besonderes Material verwendet. Die Künstlerin und Illustratorin erschafft Bilderwelten und Geschichten mit Sand. Geschichten, die ohne Worte erzählt werden und „viel Raum für Fantasie lassen“. Mit einem der großen Themen in der Schatulle kommt sie Ende September nach Neuweilnau und stellt in der Kirche unterhalb des Schlosses Auszüge aus der Bibel in Sand dar. Ob der Baum der Erkenntnis, die Arche Noah, die Heilige Nacht oder die Kreuzigung Jesu: Anne Löpers feinsinnige und humorvolle Sicht und die Unmittelbarkeit ihrer Kunst lassen Motive und Episoden aus dem Alten und Neuen Testament lebendig werden. Die Sandillustrationen sind teilweise angelehnt an Gemälde alter Meister, zum Beispiel an Leonardo da Vincis „Das letzte Abendmahl“ oder an Pieter Bruegels „Turmbau zu Babel“, und eröffnen neue Perspektiven auf die biblischen Texte. Die Bilder sind nicht statisch, sondern dynamisch, alles bewegt sich, rieselt, ist im Fluss, fast wie in einem Film. „Sand ist ein sehr fließendes Material“, sagt Anne Löper. Das Publikum könne zuschauen, wie sich ein Bild allmählich in das nächste verwandelt, wie sich die Szenen überlagern und ineinander übergehen, wie der Turm zu Babel groß und größer wird und am Ende in sich zusammenstürzt. „Spannend sind nicht die fertigen Szenen, sondern die Metamorphosen dazwischen.“ Spannend ist auch, wie

sie ihre Sandwelten zum Leben erweckt: Das, was sie mit ihren Händen in Sand auf einer von unten mit Licht beschienenen Glasplatte gestaltet, „wird simultan auf eine Leinwand übertragen“, erläutert die in Nordhessen lebende Künstlerin, die schon in Filmprojekten mitgewirkt hat und mit großem Orchester auf der Bühne stand. Musik und Rhythmus unterstreichen stets „die meditative, fast spirituelle Stimmung“, sogar Lokalkolorit kann sie mitunter einstreuen. So wird jede ihrer Vorführungen zu einer einzigartigen Live-Performance. Der feine Sand, den sie für ihre Kunst benötigt, kommt aus der Wüste Gobi in der Mongolei.

Am Samstag, 30. September, wirbelt Anne Löper ihn unter dem Motto „Genesis – Ich male nicht in Sand, befreie nur das Licht“ in der schmucken kleinen Dorfkirche in Neuweilnau auf, die Plätze für 110 Gäste bietet. Die Veranstaltung, die vom Kulturinvest der Gemeinde für den Weilroder Kultursommer ermöglicht wird, beginnt um 19 Uhr, eine Stunde zuvor gibt es einen Sektempfang mit Brezeln vor der Kirche. Karten kosten 5 Euro, der Vorverkauf startet in der letzten Augustwoche in Neuweilnau im Lokal „Zum Louis“ am Minigolfplatz und in der Mappesmühle sowie ab 20. September auch in der Espabar. Ein Hinweis noch zum Schluss: Leider sind direkt vor Ort kaum Parkmöglichkeiten vorhanden, die Gäste werden daher gebeten, ihre Autos am Minigolfplatz oder unten im Dorf an der Parkstraße abzustellen.

Meike Kolodziejczyk (myk)

Alles, was Ihr Fahrzeug begehrt - von Ihrem Kfz-Meisterbetrieb!

- Reparatur und Inspektionsservice für alle Fahrzeuge mit Mobilitätsgarantie
- Professioneller Reifenservice mit Einlagerung
- TÜV und AU durch autorisierte Prüforganisationen
- Karosseriearbeiten und Instandsetzung
- Klimaanlage-Reparatur und Wartung
- Autoglasreparatur
- KFZ-Diagnose und Elektrik
- Werkstatt-Ersatzwagen



dreyer
automobile technik

Lauker Weg 2b
61276 Weilrod-Altweilnau
Telefon 06083 - 95 95 10
E-Mail info@dreyer-kfz.de
www.dreyer-kfz.de

Alltagtrainingsprogramm im Weilpark



Rod an der Weil. Da stehen zehn Schilder im Weilpark in Rod an der Weil. Vor etwa einem Jahr wurden sie aufgestellt. Darauf werden zehn einfache, aber effektive Übungen des Alltagtrainingsprogramms (ATP), zusammengestellt von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, gezeigt. Unter dem Motto „Älter werden in Balance“ wurden sie entwickelt. Mit den Schultern kreisen, auf einem Bein stehen, den Oberkörper seitlich drehen oder auch sich mit Schwung von unten nach oben strecken sind dabei. Seit einiger Zeit verabreden sich die Teilnehmer der Senioren-Gesundheitssportgruppe der SG Weilrod immer mal dort, um unter Anleitung von Übungsleiterin Inge Heinisch die Übungen zu absolvieren. Am Montag gesellte ich mich auch dazu. Ich fühle mich zwar noch nicht „seniorenhaft“, aber wenn ich in meinen Personalausweis schaue, stelle ich fest, dass ich mit meinen 63 Jahren wohl doch dazu gehöre. Bei der zurückliegenden Seniorenbeiratswahl durfte ich auch schon mitmachen. Die Idee zu dem Bewegungspfad kam von Seiten des Roder Ortsbeirates. Er fand sogar einen Sponsor für die Schilder, so blieb das Budget des Ortsbeirats unangetastet, der Bauhof der Gemeinde Weilrod übernahm die Aufstellung. Außer dem Willen zur und der Freude an Bewegung muss man wei-

ter nichts mitbringen, jeder kann die Übungen nach der Beschreibung durchführen. Aber in der Gruppe und mit fachlicher Anleitung macht es mehr Spaß. Denn Inge Heinisch ergänzt das Übungsprogramm meist noch durch weitere Übungen. Entsprechend ging es mit einer kleinen Joggingrunde durch den Weilpark zum Aufwärmen los. Spontan schlossen sich der kleinen Gruppe aus drei Senioren plus mir plus Übungsleiterin noch drei Jugendliche mit Migrationshintergrund an, die sich dort aufhielten und langweilten. Die erste Übung „Kopf nicken“ ergänzte Heinisch noch um seitliches Senken des Kopfes zur Schulter, jeweils zehnmal zu jeder Seite zur Mobilisierung der Halswirbelsäule. Schultern kreisen, vor und zurück, dient der Mobilisierung der Schultern. Bei der nächsten Übung Arme mit der Einatmung über den Kopf strecken und sich leicht zurücklehnen, da zog es doch schon etwas im Bauch. Und wenn ich die Arme weit auf Schulterhöhe öffnete, dann war die Dehnung gut im Brustkorb zu spüren. Dann ging es weiter mit den Oberkörper nach beiden Seiten drehen, dabei das Becken stabil halten, da wurde mir doch schon etwas warm und irgendein Muskel an der Seite krampfte etwas. Wo man doch überall Muskeln hat! Da kam dann die seitliche Dehnung der Rumpfmuskulatur gut. Becken-

HEINISCH
Schreinerei

Fenster und Türen in Kunststoff, Aluminium und Holz

Hochwertiger Innenausbau

Unsere Qualität hält einfach länger!

Stephan Heinisch
Waldstraße 1
61276 Weilrod
Tel.: 060 83 - 94 03 28
info@schreinerei-heinisch.de
www.schreinerei-heinisch.de

Eine Werkstatt – alle Marken!

KFZ-Meisterbetrieb

- KFZ-Reparaturen aller Fabrikate
- Scheibenreparatur
- Unfallinstandsetzungsarbeiten
- Achsvermessungen
- Klimageservice
- Reifen- und Felgenservice sowie Zubehör
- Räder waschen
- KFZ-Teile

TÜV und AU jeden Freitag ab 14 Uhr!

Öffnungszeiten:

Mo.–Fr. 8:00 Uhr–12:00 Uhr, 14:00 Uhr–17:30 Uhr
Weitere Termine nach Absprache



Autoservice
Jung

Autoservice Jung
Weilstraße 41a | 61276 Rod an der Weil
Tel. 06083/910240 | Fax 06083/910241
info@autoservice-jung.de

kreisen, sanfte Kniebeugen, auf einem Bein stehen, sich auf die Ballen heben und die Dehnung der Oberschenkelrückseite ergänzen den Parcours. Und damit das Ganze richtig wirkt, joggten wir zum Ausgangspunkt zurück und begannen einen zweiten Durchgang. Die Jugendlichen machten weiterhin fleißig mit, auch ihnen schien mittlerweile etwas warm zu werden. Und auch der einsetzende leichte Regen hielt keinen davon ab weiterzumachen. Und so schafften wir sogar noch eine dritte Runde. An anderen Tagen mit besserem Wetter seien acht bis zehn Teilnehmer dabei, berichtete Heinisch. Beim Seniorensport

am Donnerstagvormittag werde immer abgesprochen, ob man sich am kommenden Montag treffen wolle. Und es kam die Idee auf, nach dem Sport im Weilpark dort einmal gemeinsam zu frühstücken. Übungsleiterin Inge Heinisch, Telefon 06083 959938, oder Abteilungsleiterin Andrea Hill, Telefon 06083 28331, geben gerne Auskunft. Der Seniorengesundheitssport wird in Kursform zu zehn Einheiten angeboten, wer Mitglied in der SG Weilrod oder einem der anderen Vereine der Sportkooperation ist zahlt eine geringere Gebühr. sn



Ziegelhütte - Sommerfrische!

Wenn es Einen schon raus zieht - dann doch am Besten in die Ziegelhütte:

- frische Sommer-Küche mit jungem Taunuswild
 - hausgemachten Kuchen
 - knackige Salate
- und auf einen großen Schluck Glück im eisgekühlten Steinkrug:
- frisch gezapftes Bier der Glaabsbräu aus Seligenstadt

... bei sonnigem Wetter auf »Der Gartenterrasse im Weital«. Ausgezeichnet von Hessen à la carte*.

Auf ein glückliches Wiedersehen!

Freitag bis Sonntag ab 11:00 Uhr.
Reservierung erbeten - gerne online unter ziegelhuette.de.



Landgasthof

Ziegelhütte

Landgasthof Ziegelhütte | Rod an der Weil | 61279 Weilrod | 06083-95800 | ziegelhuette.de



Dienstag bis Sonntag 11 - 22 Uhr
durchgehend warme Küche, Kaffee und Kuchen

Nicht nur für Golfclub Mitglieder!



Wanderer, Radfahrer, Motorradfahrer...
Herzlich Willkommen
Geburtstage, Hochzeiten, Weihnachts-, Firmenfeiern und Events

Tel.: 06083 950 512
www.golfclub-weilrod.de/clubrestaurant
facebook.com/RaimondisRistorante

FOTOSTUDIO SCHIFFER

06083 - 958 188 0173 - 3112100

WWW.FOTOSTUDIO-SCHIFFER.DE

TECO: SUN

AUS FREUDE AM ENERGIESPAREN.

- Heizungsbau - Sanierung sowie - Optimierung
- Erneuerbare Energie vom Holzkessel bis zur PV-Anlage
- Trinkwasserhygiene und Trinkwasseruntersuchungen
- Reparatur und Wartung

Ein serviceorientierter Fachbetrieb in Ihrer Nähe

Lauker Weg 14 // 61276 Weilrod// Tel. 06083/9599-945
info@tecosun.de // www.tecosun.de

