

Der Jahnbote

Mitgliederinformation

Herausgeber:

Turngemeinde Oberjosbach 1899 e. V.



Rückblick 2009 und Ausblick 2010

Jahreshauptversammlung
04. März 2010 um 20.00
Jahnhalle

www.tg-oberjosbach.de

Vorstand, Ansprechpartner für

1. Vorsitzender: Thomas Lieberum - Vereinsführung - Gesamtkoordination - Homepage der TGO	Im Hainfeld 1 65527 Niedernhausen 06127-703681 lieberum@t-online.de
2. Vorsitzende: Nikola Göß - Vertretung des 1. Vorsitzenden - Koordination Sport- und Übungsbetrieb (außer TT)	Elsternweg 39 65527 Niedernhausen 06127-969222 nikola.goess@t-online.de
Kassenwart: Klaus Ertner - Kassenverwaltung - Mitgliederverwaltung	Am Schäfersberg 62 65527 Niedernhausen 06127-98905 klaus.ertner@t-online.de
Schriftführer Martin Brömser - Pressearbeit - Schriftverkehr - Einladungen	Hohe Kanzelstraße 7 65527 Niedernhausen 06127-991511 martinbroemser@t-online.de
Jugendwartin: Bianca Behrens - Jugendwartin - Homepage der TGO	Heftricher Weg 11 65527 Niedernhausen 06127-993955 bbehrens@clogging.de
stellvertr. Jugendwart: Jens Boller - Vertretung der Jugendwartin	Fasanenweg 1b 65527 Niedernhausen 06127-78346 jens.boller89@web.de
Abteilungsleiter TT: Hubert Fay - Leitung / Koordination der TT- Aktivitäten	Am Tanzplatz 11 65527 Niedernhausen 06127-78517 hmnj.fay@t-online.de
2. Kassenwartin: Erika Raupach - Unterstützung/Vertretung des Kassenverwalters	Nesselweg 19 65527 Niedernhausen 06127-7619 erika.raupach@yahoo.de
Beisitzerin Annerose Boller - Vergabe / Belegung Jahnhalle	Fasanenweg 1b 65527 Niedernhausen 06127-78346 boller.a@freenet.de
Beisitzerin Regina Schmack	Taubenweg 5 65527 Niedernhausen 06127-3010 r.schmack@gmx.de
Beisitzerin Sabine Koepnick-Müller	Flachsweg 29 65527 Niedernhausen skoepnick-mueller@web.de

Die Adressen der ÜbungsleiterInnen findet Ihr unter Sportangebot in der Heftmitte

Liebe Mitglieder und Freunde der TGO

Erneut neigt sich ein Jahr zu Ende und in der vor uns liegenden Weihnachtszeit wünschen wir Euch zur Ruhe zu kommen, Kraft zu sammeln für das neue Jahr und sich in dieser ruhigeren Zeit vielleicht auch einmal an

das zurückliegende Jahr zu erinnern.

Für die TGO war 2009 ein Jahr mit vielen frohen Stunden, aber auch mit traurigen Momenten.

Wir trauern um den Tod von Marita Zörb, die jahrelang als Übungsleiterin die TGO aktiv unterstützte.

Viel Freude bereiteten uns die durchgeführten Veranstaltungen, angefangen mit der leider sehr nassen Winterwanderung über ein tolles Revival der Oberjochbacher Kinderfastnacht bis hin zu dem bewährten Familienfest Sport Spiel Spaß.

Unseren Auftritt im Internet haben wir erneuert. Er zeigt, welches breites Übungsangebot die TGO für Euch bereit hält.

Die Tischtennisabteilung konnte erneut viele Erfolge feiern, stellvertretend sei der herausragende Erfolg der Schülerinnenmannschaft genannt, die bei der Südwestdeutschen Meisterschaft ungeschlagen Meister wurde.

Die vorliegende dritte Ausgabe des Jahrboten berichtet von den Höhepunkten des Jahres 2009 und es lohnt sich, zu notieren, wann im nächsten Jahr die Höhepunkte unseres Vereinslebens anstehen.

Danke allen, die die TGO unterstützt haben und die uns im Jahr 2010 unterstützen werden.

Eine ruhige Vorweihnachtszeit, gesegnete Feiertage und für 2010 alles Gute und Gesundheit für Euch und eure Familien wünscht.

Euer Vorstand

Winterwanderung

Auch im kommenden Jahr sind wieder alle Vereinsmitglieder und Freunde der TGO zur traditionellen Winterwanderung eingeladen.

Am Sonntag, den 17. Januar, treffen wir uns um 10 Uhr am Friedhofsparkplatz.

Von dort geht es in den Oberjosbacher Wald, wo die Wanderer wie immer eine Stärkung erwartet. Am Großen Lindenkopf, Nickel und Wolfskopf vorbei führt der Weg nach Norden. Beim ehemaligen römischen Kastell Alteburg kreuzen wir den Limeswanderweg. Dann geht es am Schlabach entlang hinunter nach Heftrich, wo wir in der Gaststätte ZUM TAUNUS einkehren.



Für alle, die den Rückweg nicht zu Fuß machen wollen, empfiehlt es sich dort zuvor ein Auto abzustellen oder, sich von einem netten Menschen abholen zu lassen.

Wir hoffen auf rege Teilnahme und vor allem auf gutes Wetter, denn

.....

bei der Winterwanderung 2009
hat es der Wettergott nicht gut mit

der TGO gemeint. Ausgerechnet an dem Tag endete eine längere Schönwetterphase mit fiesem kaltem Regen.

Da auch noch die Wiederholung der hessischen Landtagswahl auf den Termin fiel, fanden sich nur gut ein Dutzend mutige Wanderer ein, um in Richtung Kellerskopf zu starten. Man machte sich gegenseitig Mut und geschützt durch Schirm und/oder Regenjacke ging es über den Schäfersberg, hinunter ins Tal und wieder bergauf zu den Pfeilern der Theißtalbrücke.

Die aufmunternden Zurufe der vorbeihastenden Wähler gaben den Wanderern zusätzliche Motivation.

In der kleinen Gruppe kam jeder mal mit jedem ins Gespräch und so wartete man unter der Brücke gut gelaunt und vor der Nässe geschützt auf den Glühweinkurier.

Gut gestärkt und bei nachlassendem Regen marschierten die Teilnehmer durch den Wald zum Kellerskopf hinauf. Dort lag noch genügend Schnee, um der Wanderung doch noch echten Wintercharakter zu verleihen.

In der wohligen Wärme der Gaststube saß man bei Speis und Trank noch lange zusammen. Für die Heimfahrt wurden die abgestellten Autos auch von ehrgeizigen Wanderern gern in Anspruch genommen.

von Erika Raupach

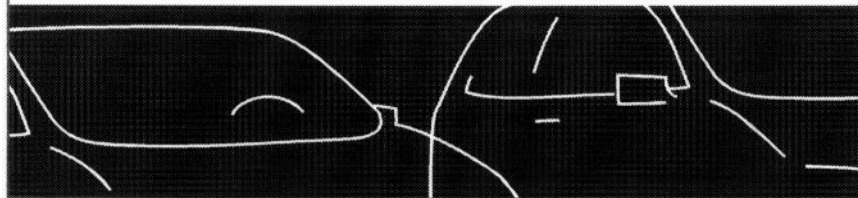


KFZ - MEISTERBETRIEB HARALD JOST

- **Reparaturen – alle Fabrikate**
- **Unfallinstandsetzung und Lackierung**
- **TÜV + AU**
- **Klimaservice**
- **Autoradio - Einbau**
- **Altautoentsorgung**
- **Ersatzteilbeschaffung**
- **Hol- und Bringservice**
- **Autopflege**
- **Autoglas - Service**

An der Queckenmühle 2
65527 Niedernhausen
gegenüber Tennishalle

Tel. 06127 / 99 22 00
Fax 06127 / 99 22 01
Email: info@kfzjost.de
www.kfzjost.de



Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen

Am Donnerstag den 04. März um 20.00 Uhr steht unsere nächste Jahreshauptversammlung an. Nach zwei Jahren ist der Vorstand wieder neu zu wählen.

Erstmals stellen sich der erste Vorsitzende Thomas Lieberum und die zweite Vorsitzende Nikola Göß zur Wiederwahl. Ebenfalls zur Wiederwahl stellen sich der Kassenwart Klaus Ertner, Erika Raupach als zweite Kassenwartin und die Beisitzerin Annerose Boller. Ausscheiden werden nach vielen Jahren im Vorstand Sabine Koepnick-Müller, Regina Schmack und Martin Brömser. Den Dreien gebührt großer Dank dafür, dass sie lange Jahre ehrenamtliches Engagement gezeigt und neben ihrem Berufsleben und dem Familienleben auch noch das „Leben der Turngemeinde“ mitgestaltet haben. Durch ihr Ausscheiden sind die Posten des Schriftführers und zweier Beisitzer neu zu besetzen. Weiterhin gesucht wird ein Gerätewart.

Wer also im Vorstand der TG Oberjosbach mitwirken möchte,

kann sich bitte bei Thomas Lieberum, Nikola Göß oder Klaus Ertner melden.

Neben den Vorstandswahlen stehen Ehrungen auf der Tagesordnung. In diesem Jahr freut sich der Vorstand über 8 Mitglieder, die der TGO seit nunmehr 25 Jahren die Treue halten. Dies sind:

Nicole Ernst, Renate Ettrich, Andreas Gommermann, Franz Mahner, Liesel Malkus, Manfred Racky, Ingrid Seeger und Ursula Wagner.

Für das leibliche Wohl wird wieder gesorgt, so dass sich mit der Jahreshauptversammlung auch die Gelegenheit bietet, sich während einiger weniger Stunden auszutauschen und den ein oder anderen Schoppen zu sich zu nehmen. Der Vorstand freut sich auf zahlreiches Kommen!

Der Vorstand bittet Euch zu beachten dass:

- über Änderungen des Namens, der Anschrift, des Kontos der Kassenverwalter zu informieren ist, da dadurch zusätzliche Kosten und Aufwand vermieden werden.
- die Kündigung der Mitgliedschaft in schriftlicher Form, auch per Mail, beim Vorstand, zu erfolgen hat und nur zum Jahresende möglich ist.

Bankverbindung der TGO:

- Nass. Sparkasse Niedernhausen (BLZ 510 500 15) Konto-Nr. 238 019 176



Wir laden Euch herzlich zur
Jugendversammlung 2010
der Turngemeinde Oberjosbach
und zum anschließenden
Filmabend
ein.

- Wann? **Samstag, 06. Februar 2010, um 17.00 Uhr**
Wo? **Jahnhalle in Oberjosbach**
Wer? **alle Mitglieder der TGO
zwischen 7 und 27 Jahren**
Was? **1) Änderung der Jugendordnung**
- Änderungsentwurf siehe
www.tg-oberjosbach.de
2) Wahl der Jugendvertretung
- Jugendwart/in + Stellvertreter
- Jugendsprecher/in + Stellvertreter
**3) Bericht zum vergangenen und
Planungen für das kommende Jahr**

Eure TGOJugend - Vertretung

Jugendwart:
Bianca Behrens
Heftricher Weg 11
65527 Niedernhausen
06127 - 99 39 55
bianca@clogging.de

Inliner Tour der TGOJugend

Nach einem ersten Versuch im September 2008, der leider ins Wasser gefallen war, hatten wir den zweiten Versuch unserer TGOJugend-Inliner-Tour im Frühjahr 2009 geplant und am 26. April`09 war es soweit.



Bei sonnigem Wetter ging es vom Biebricher Schloss am Rhein entlang bis nach Walluf und wieder zurück. Dabei waren Andreas, Bianca, Christina, Katja, Sonia und Tobias. Da wir so wenige waren fuhren wir nicht wie geplant mit der Bahn und mit dem Bus, sondern mit dem Auto. Um 12.30 Uhr startete die Tour am Biebricher Schloss und gleich stellte sich heraus, dass einige noch etwas unsicher auf den Skates waren. Doch nach ein paar Kilometern rollte es schon viel besser. Vorbei ging es an den Rheinwiesen und am Schiersteiner Hafen

und in der Schiersteiner Aue konnten wir am Wegesrand sogar einige Störche beobachten. Unterwegs hielten wir an einem Skatepark neben der Strecke an. Die ganz Mutigen fuhren die Rampen rauf und runter und prompt ist eine Betreuerin gestürzt. Als sich alle vom Schrecken und dem ärgsten Schmerz erholt hatten fuhren wir weiter nach Walluf. Dort gab es dann für alle ein leckeres Eis. Um ca. 15:30 Uhr machten wir uns wieder auf den Rückweg. Nach anstrengenden 15 km kamen wir gegen 17.30 Uhr geschafft aber glücklich wieder in Biebrich an und aßen dort am Rheinufer noch mal ein Eis. Trotz der kleinen Gruppe hatten wir sehr, sehr viel Spaß.

von Andreas Schlögl
und Tobias Rehberg

Rücken-Fit für Sie und Ihn

Regelmäßiges und präventives Bewegungstraining dient der Erhaltung unserer Gesundheit.

Der Schutz der Wirbelsäule durch Kräftigung der gesamten Rumpfmuskulatur ist dafür von besonderer Bedeutung. In einer Trainingseinheit werden alle relevanten Muskelgruppen des Körpers gestärkt.

Das Gymnastikprogramm soll durch eine spezielle Auswahl an Mobilisations-, Koordinations-, Dehn- und Entspannungsübungen die muskulären und koordinativen Voraussetzungen für eine gute Haltung und Beweglichkeit schaffen. Die Wirbelsäule wird stabilisiert,

der Rücken gestärkt und die Problemzonen effektiv trainiert.

Es steht eine Vielzahl an Trainingsgeräten, wie z.B. Hanteln, Langhanteln, Gummibänder und vieles mehr zur Verfügung. In Verbindung mit Musik ist die Übungsstunde abwechslungsreich und kurzweilig.

Gemeinsames Bewegen in der Gruppe fördert die Motivation. Die Übungsstunde ist für Einsteiger und Geübte aller Altersklassen geeignet.

Von Trude Schiffers-Jansen



raum & design

WOLANA
Tapeten, Gardinen
Teppichböden
Sonnenschutz

Wolfgang Ernst
Raumausstattermeister

Niederjosbacher Straße 1
65527 Niedernhausen/Oberjosbach
Telefon: (0-61-27) 81-28

Unser Sportangebot im Überblick
immer aktuell unter www.tg-oberjosbach.de

Dance Clogging				
Clogging & Co for Kids mit Bianca Behrens	mittwochs	17.15 – 18.30	Jahnhalle	06127-993955 bbehrens@clogging.de
Clogging mit Bianca Behrens	mittwochs	18.00 – 20.45	Jahnhalle	
Entspannung				
Yoga mit Klaus Polzer	montags	10.00 – 11.15	Gem. Zentrum	06127-7039859 conradi.polzer@t-online.de
	dienstags	20.00 – 20.15	Jahnhalle	
	dienstags	20.15 – 22.30		
Fitness im Trend				
Walking mit Annerose Boller	montags	16.00 – 17.00	Parkplatz Hammersberg	06127-78346 boller.a@freenet.de
	dienstags	8.30 – 9.30	Börnchen	
Step-Aerobic mit Berta Denes	donnerstags	18.00 – 19.00	Gem. Zentrum	06127-1855 bertadenes@t-online.de
Nordic Walking mit Angelika Glowinski	donnerstags März - Okt.	19.00 – 20.00	Gem. Zentrum unterer Parkplatz	06127-3156 d65527AGQ@aol.com
Fit mit Reni mit Verena Sauer	donnerstags	20.00 – 21.00	Gem. Zentrum	06127-91098 reni.sauer@freenet.de
Aquagymnastik mit Verena Sauer	montags nach An- kündigung	09.30 – 10.15	Waldschwimmbad Niedernhausen	

Gesundheitstraining				
Rücken-Fit für Sie u. Ihn mit Trude Schiffers-Jansen	montags	20.00 – 21.00	Gem. Zentrum	06127-1593 trude.jansen@t-online.de
Rückengymnastik mit Berta Denes	donnerstags	19.00 – 20.00		06127-1855 bertadenes@t-online.de
Rücken, Bauch, Beine, Po mit Berta Denes	dienstags	17.00 – 18.00	Gem. Zentrum	06127-1855
	donnerstags	17.00 – 18.00	Gem. Zentrum	bertadenes@t-online.de
Rückenfitness 50+ mit Verena Sauer	mittwochs	09.30 – 10.30	Gem. Zentrum	06127-91098 reni.sauer@freenet.de
Turnen				
Kinderturnen (5 - 6 Jahre) mit Nikola Göß	dienstags	15.00 – 16.00	Gem. Zentrum	06127- 969222 nikola.goess@t-online.de
Kinderturnen (7 - 8 Jahre) mit Nikola Göß	dienstags	16.00 – 17.00		
Kinderturnen (3 - 4 Jahre) mit Annerose Boller	mittwochs	14.45 – 15.45	Gem. Zentrum	06127- 78346 boller.@freenet.de
Mutter–Kind-Turnen mit Annerose Boller	mittwochs	15.45 – 16.45	Gem. Zentrum	
Männnergymnastik mit Helmut Hapke	freitags	18.30 – 20.00	Gem. Zentrum	06127 – 5121 helmut.hapke@t-online.de
Sonstiges				
Fußball für Kinder mit Jens Boller	donnerstags	15.30 – 16.30	Sportplatz Jahnstraße	06127- 78346 jens.boller89@web.de
Tischtennis				
Haupttrainings- und Spieltage sind Dienstags und Freitags in der Aulahalle. Details zu den Trainingszeiten und weitere Informationen zum Tischtennis unter www.sg-oo.de				

Fußballturnier

Im Juni fand das dritte Jugendfußballturnier der TGO statt. Es wurde wie immer von der Jugendvertretung der TGO geplant und durchgeführt.

Neu war, dass die Mannschaften in zwei Alterklassen eingeteilt wurden. Es spielten die Kinder von 6-13 Jahren und die 14-21 Jährigen gegeneinander.

Es waren acht Mannschaften gemeldet, die auch alle rechtzeitig erschienen.

Das Wetter spielte auch mit und viele Eltern kamen auf eine Bratwurst vorbei um sich die Spiele ihrer Kinder anzuschauen.

Genau zum Wetterumschwung endete das Turnier und alle

Spieler wurden von Jugendvertretung der TGO geehrt.

Um 15 Uhr sollte das Turnier der 14-21 Jährigen stattfinden. Doch da einige Teams noch nicht vollständig waren und ein Team gar nicht kam, wurde das Turnier mit Verspätung begonnen und das Spielsystem kurzfristig umgestellt. Es regnete fast ununterbrochen, so dass kaum Zuschauer blieben. Trotzdem wurde das Turnier durchgespielt und gegen ca. 18 Uhr mit der Siegerehrung durch die Jugendvertretung beendet. Wir bedanken uns bei allen Helfern, die zu dem reibungslosen

Ablauf des Jugendfußballturniers beigetragen haben.

Auch 2010 werden wir Euch wieder zum TGO Jugend Fußballturnier einladen.

Am Sonntag 23. Mai, habt Ihr dann die Möglichkeit euch in Teams zusammen zu finden und gegeneinander anzutreten. Ihr



bekommt also eine neue Chance den Turniersieg zu erringen und dem Titelverteidiger den Wanderpokal abzuluchsen. Wir freuen uns auf eure Teilnahme und ein weiteres spannendes Turnier!

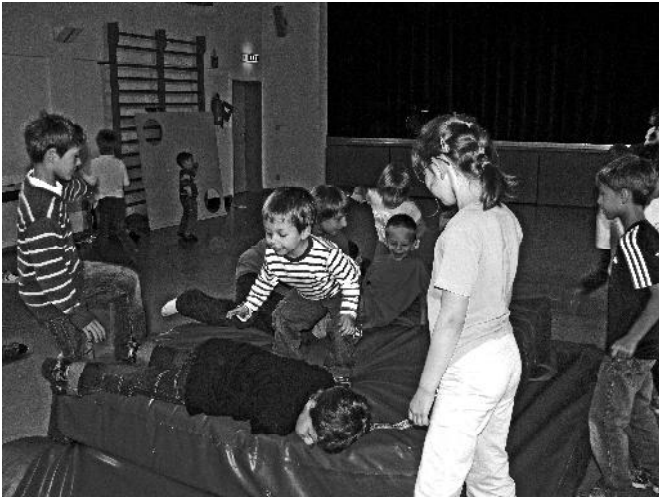
Ihr bekommt noch eine Information, wie Ihr euch anmelden könnt. Zur Erinnerung und Motivation die **Bilder vom letzten Fußballturnier unter: <http://sg-oo.de/A/BilderVeranstaltungen/FB2009/index.html>**

von Jens Boller

Sport Spiel und Spaß

In diesem Jahr konnte die Veranstaltung aufgrund des Regenwetters nicht wie geplant auf dem Gelände der Jahnhalle stattfinden, so dass das Fest kurzfristig ins Gemeinschaftszentrum Oberjosbach verlegt wurde. Trotz der etwas ungewohnten Umgebung hatten alle ihren Spaß und viel Freude.

Ganz herzlich möchten wir den



zahlreichen Helfern und großzügigen Sponsoren danken, die zum Gelingen der Veranstaltung einen wesentlichen Beitrag geleistet haben. Für jedes Kind, das teilgenommen hatte, gab es eine Teilnehmerurkunde und einen kleinen Preis, den es sich selbst aussuchen durfte. Die Erwachsenen, die sich den sportlichen Herausforderungen gestellt hatten, erhielten eine Teilnehmerurkunde einen Preis in Form eines Gutscheines.

Die Turnkinder der TGO hatten lange für das Sportfest geübt und begeisterten die Zuschauer mit ihrer Sportshow. Mit musikalischer Untermalung sprangen sie über Kasten und Bock und zeigten ihr Können beim Bodenturnen. Für ihre Leistungen bekamen alle Turnkinder als Anerkennung das Maskottchen des Internationalen Deutschen Turnfestes 2009

„Struwel“, als Anstecker, verliehen. Ein weiterer Höhepunkt war die erstmalig in diesem Jahr durchgeführte Tombola. Fortuna verteilte für Sportler und Zuschauer viele schöne Preise. Das Kuchenbuffet lud mit leckerem Kuchen und Kaffee ein und wer Lust auf

etwas Herzhaftes hatte, stärkte sich mit Bratwurst und Grillsteaks.

Zur Erinnerung an diese Veranstaltung findet Ihr unter dem nachfolgenden Link noch mal die **Bilder der letzten Veranstaltung**:
<http://sg-oo.de/A/BilderVeranstaltungen/SSS2009/index.html>

Am Samstag den 22. Mai 2010 um 15.00 Uhr findet wieder Sport-Spiel-Spaß statt, hoffent-

lich bei gutem Wetter auf dem Gelände der Jahnhalle. Das Ende wird gegen 19.00 Uhr sein.

Was wird geboten? Sicherlich wird es die sportlichen Klassiker geben. Denn in jedem Jahr finden sich zu Bobby-Car-Slalom, Büchsenwerfen, Torwandschießen und Co. begeisterte junge Sportler ein. Aber es wird auch einige Überraschungen geben, denn im Jahr der Fuß-

ballweltmeisterschaft in Südafrika, werden wir diesem Ereignis gebührende Aufmerksamkeit auch bei Sport Spiel Spaß schenken. Wie? Das wird noch nicht verraten.

Ist uns der Wettergott nicht hold, findet die Veranstaltung wieder im Gemeinschaftszentrum Oberjochbach statt.

von Nikola Göß

Schülerinnen Südwestdeutsche Mannschaftsmeister

Die Schülerinnen der Turngemeinde gewinnen die Südwestdeutsche Mannschaftsmeisterschaft im Tischtennis und belegen bei den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften einen hervorragenden fünften Platz.

Nikola, Paulina, Katrin, Susanne und Laura waren bei den Südwestdeutschen Mannschaftsmeisterschaften nicht zu stoppen und hol-



ten sich nach der Hessischen Mannschaftsmeisterschaft überlegen mit vier Siegen (6:0, 6:2, 6:0,

6:2) auch die Südwestdeutsche Mannschaftsmeisterschaft bei den Schülerinnen.

Verantwortlich für die beste Platzierung in der Vereinsgeschichte waren: Katrin Kreidel, Paulina Hauf, Nikola Fell, Laura Dederding und Susanne Weil (Foto v.l.n.r.). Betreut wurde die Mannschaft bei den Südwestdeutschen und Deutschen Meisterschaften von Josef Fell und

dem Tischtennis-Jugendleiter Stefan Hauf.

Einen Monat später schnitten die Schülerinnen mit dem fünften Platz unter den acht besten Deutschen Schülerinnenmannschaften sehr gut ab, und es wäre sogar mit etwas Glück auch mehr drin gewesen. Aus einer

tollen Mannschaft ragte besonders Paulina Hauf heraus, die in allen Einzeln und Doppeln mit Partnerin

Nikola Fell keinen einzigen Satz abgab

Der Start bei den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften verlief nicht sehr verheißungsvoll. Am ersten Tag verlor das Team dreimal äußerst knapp und teilweise sehr unglücklich mit 4:6, und durfte damit am zweiten Tag "nur" um die Plätze 5 bis 8 spielen.

Da lief es dann wesentlich besser. Der erste Gegner wurde mit 6:4 bezwungen. Im folgenden Spiel um Platz 5 sah es zunächst nach einer Niederlage aus. Doch zur Freude aller wuchs das ganze Team, und besonders Katrin Kreidel über sich

hinaus und gewann mit 3:1 zum umjubelten 6:3 für die TG Oberjosbach.

Letztlich haben die Schülerinnen einen erfreulichen fünften Platz belegt und damit ihr Minimalziel erreicht, eine bessere Platzierung als die männliche Jugendmannschaft der Saison 2005/2006 zu schaffen, die damals einem siebten Platz errang. Somit konnte das Team müde, aber recht zufrieden die Heimreise antreten.

von Stefan Hauf

Wir trauern um unsere Übungsleiterin Marita Zörb

Bei der Absage der beliebten Kurse Rückenschule und Pilates Anfang März 2009 ahnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer noch nicht, dass die von allen hoch geschätzte Übungsleiterin im Krankenhaus bereits mit dem Tode rang.

Wenige Tage später war es traurige Gewissheit, dass Marita Zörb im Alter von nur 54 Jahren ganz überraschend gestorben war.

Sie hinterlässt im Übungsbetrieb der TGO eine große Lücke. Gut gelaunt motivierte sie die Teilnehmer sich bei unbeliebten Übungen auch mal zu quälen. Mit dem Versprechen: „Gleich wird es aber gemütlich“ überbrückte sie den einen oder anderen Durchhänger der Erschöpften bis zum Ende der Stunde.

Mit der Zeit entstand eine persönliche Verbundenheit, und für alle, ob schon jahrelang dabei oder neu dazugekommen, ist ihr Tod ein großer Verlust.

von Erika Raupach



Udo
Podmelle

Ihr Maurerfachbetrieb in Oberjosbach

Weidenstr. 5b , 65527 Niedernhausen

Tel.: 06127 / 70582-50

Fax.: 06127 / 70582-51

Mob.: 0174 / 74 01 773



E-Mail: Udo.Podmelle@T-Online.de

Neue Kurse: Pilates und Taijiquan (Tai Chi Chuan)

Pilates ist eine Übungsmethode, die nach ihrem Begründer Joseph Pilates benannt wurde.

Diese Übungsmethode ist aus der Überzeugung entstanden dass eine Verbindung zwischen Körper, Geist und Seele besteht.

Die Bewegungen werden langsam, bewusst und konzentriert ausgeführt. Das Körperbewusstsein wird geschult, die Koordination der Bewegung gefördert und zudem die Tiefenmuskulatur gestärkt. Der Körper wird straffer und geschmeidiger bei regelmäßiger Übung.

Der Kurs richtet sich sowohl an Menschen, die mit Pilates noch nicht in Berührung gekommen sind oder nur geringe Vorkenntnisse haben als auch an Fortgeschritte-

ne, die ihre Kenntnisse und Erfahrungen vertiefen möchten.

Ein selbstständiges Üben zuhause soll so ermöglicht werden. Die Teilnehmer erhalten ein Handout mit den Übungen und zu den wichtigsten Grundlagen der Theorie des Pilates.

Die Wirkungen von Pilates sind: Streckung der Wirbelsäule, Stärkung der Rückenmuskulatur, Vertiefung des Atems, Konzentration nach innen, Aufrechte Körperhaltung, Beweglichkeit der Gelenke, Stärkung der Bauchmuskulatur und Stressabbau

Wer Lust hat, diese Bewegungskunst kennen zu lernen, kann sich gerne bei mir (06127-7039859, e-mail: conradi.polzer@t-online) oder bei Nikola Göß, 2. Vorsitzende

der TGO (06127-969222) melden. Bei entsprechendem Interesse werden wir einen Kurs für Mitglieder der TG Oberjosbach einrichten.

vorgesehen ab dem 24. April 2010, Uhrzeit und Ort wird noch festgelegt

von Klaus Polzer

Taijiquan ist eine aus China stammende Bewegungskunst, die innere Kampfkunst, Meditation in Bewegung und Selbstverteidigung vereint.

Es werden verschiedene Figuren erlernt, die zu einer so genannten „Form“ zusammengefügt werden.

Die Figuren werden langsam und fließend ausgeführt, so dass nicht nur der Körper trainiert wird, sondern auch der Geist zur Ruhe kommt. Beim Taijiquan wird u.a. das Gleichgewicht und die Koordination geschult und es stellt damit auch eine hervorragende Sturzprophylaxe dar.

Besonders schön beim Praktizieren von Taijiquan ist, dass es für jedes Alter und jede Kondition geeignet ist und so die Gruppen Jung und Alt verbindet.

Der Unterricht wird mit Entspannungs-, Wahrnehmungs- und Qi-gong Übungen ergänzt.

Wer Lust hat, diese Bewegungskunst kennen zu lernen, kann sich gerne bei mir (Tel.: 06192/24021) oder bei Nikola Göß, 2. Vorsitzende der TGO (06127-969222) melden.

Bei entsprechendem Interesse werden wir einen Kurs für Mitglieder der TG Oberjosbach einrichten. Ich würde mich darüber freuen.



STRICKER
HAUS DES BUCHES

Dr.-J.-Wittemann-Str. 9
65527 Oberjosbach
Tel. 06127 78680
Fax: 06172 5538

An den Adventsamstagen
im Dezember
haben wir bis 16 Uhr geöffnet.

Wer noch etwas mehr über mich und über Taijiquan wissen möchte findet weitere Informationen auf meiner Homepage: www.annette-bernjus.de

vorgesehen ab dem 11 Februar 2010, donnerstags von 17:00 bis 18:15 Uhr in der Turnhalle Jahnstrasse.

von Annette Bernjus



square Dance Intro



Wir haben es geschafft!

Auf vielfachen Wunsch haben wir einen jungen, dynamischen, footballspielenden Square Dance Caller eingeladen, der uns in die Welt des Square Dance entführen wird und uns allen sicherlich einen bewegenden Nachmittag bereitet.

... aber ... was ist Square Dance?

X mal 4 Paare² = X mal 8 Tänzer
X mal 8 Tänzer + 1 Caller + Musik – Stress = Super viel Spaß

Wer kann mitmachen?

Die gesamte TGOjugend und alle jung gebliebenen und tanzbegeisterten TGO-Mitglieder unter 111 Jahren sind eingeladen.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Am Samstag, dem 12.12.2009,
um 14:30 Uhr starten wir in der
Jahnhalle in Oberjosbach!**

Wir freuen uns auf Eure zahlreiche Teilnahme!



**Eure
TGOjugend-Vertretung**



Weitere Infos beim Jugendwart: bianca@clogging.de

Wer darf die „Fanny“ küssen?

Diese Frage stellen sich seit Sommer diesen Jahres jede Woche die Teilnehmer beim Boule auf dem Sportplatz an der Jahnstraße. Nach alter Tradition dieses aus Frankreich stammenden Spiels, muss der Verlierer eines Spieles, welcher im Laufe des Spiels keinen einzigen Zähler erreicht, die „Fanny“, eine kleine mollige Französin, küssen.

Bis heute jedoch ging noch jeder mit mindestens einem Punkt vom Feld und so warten die mittlerweile bis zu 16 Spieler und Spielerinnen, die sich jeden Sonntag ab 10:00 Uhr auf dem Sportplatz treffen, auf den „Ersten“ oder die „Erste“.

Bestärkt durch den großen Erfolg und die rege Teilnahme wird nun im Rahmen des Dorferneuerungsprogrammes auf dem Gelände des Sportplatzes in Kooperation der Gemeinde Niedernhausen und der TG Oberjosbach eine Bouleanlage entstehen. Die zwei versetzt zu einander angeordneten 4 m breiten Bahnen mit einer Länge von je 15 m liegen auf dem südlichen Bereich des Sportplatzes

Um die Nutzung der Boulebahnen auch abends und im Winter bei früher Dunkelheit zu ermöglichen,

erhalten beide Bahnen eine Beleuchtung. Auf der zwischen den Bahnen liegenden Fläche werden zwei Sitzgruppen, bestehend aus je zwei Bänken und einem Tisch, angeordnet, sodass während und nach dem Spiel ein geselliges Miteinander, welches beim Boule nicht zu kurz kommen darf, gepflegt werden kann. So konnte manch einer sich in den letzten Wochen von der Qualität der mitgebrachten Rot- und Apfelweine überzeugen.

Mit den Arbeiten hat die zuständige Projektgruppe unter der Leitung von Alois Ernst bereits begonnen. Teile der Anlage werden in Eigenleistung erstellt und eine tatkräftige Unterstützung ist hierfür immer willkommen. Aufgrund der ungünstigen Witterung ist der weitere Ablauf nicht genau planbar. Eine Fertigstellung bis März ist jedoch angestrebt.

Bis dahin wird weiter auf dem Sportplatz das „Schweinchen“ geworfen und jeder ist gerne willkommen sich das Ganze mal anzuschauen und ggf. mitzumachen. Kugeln werden gerne leihweise zur Verfügung gestellt.

von Thomas Lieberum

Überblick über die Veranstaltungen

• Square Dance Intro	Samstag, 12. Dezember 2009	14.30 Uhr
• Winterwanderung	Sonntag 17. Januar 2010	10.00 Uhr
• Jugendversammlung	Samstag 06. Februar 2010	17.00 Uhr
• Jahreshauptversammlung	Donnerstag 04. März 2010	20.00 Uhr
• Sport – Spiel – Spaß	Samstag 22. Mai 2010	15.00 Uhr
• Fußballturnier	Sonntag 23. Mai 2010	noch offen

*Ein schönes Weihnachtsfest und einen
guten Start in das neue Jahrzehnt*



*wünscht der Vorstand der Turngemeinde
Oberjosbach 1899 e.V. allen Mitgliedern
und Freunden.*

Herausgeber: Turngemeinde Oberjosbach

1. Vorsitzender: Thomas Lieberum

Layout/Schlussredaktion Martin Brömser und Klaus Ertnier

Druckerei: Offset-Druck Grunwald, Untergasse 2, 65527 Oberjosbach

Auflage: 600 – jährlich

Kein Beitrag, sondern Merkpunkte

Formatierungshinweise:

- Schrift Text: Schriftart Ariel Größe 10 Blocksatz
Überschrift Franklin Gothic Medium fett, Größe 12
- Seitenränder links 1,4
 - rechts 1,4
 - oben 1,6
 - unten 1,6 cm
- Spaltenbreite (2 spaltig) 5,6 cm
- Spaltenabstand (2 spaltig) 0,8 cm
- Bundsteg 0,0 cm

Sponsoren und wer wen anspricht:

1. Ernst – Klaus
2. Kauss – Thomas
3. Zeiger – Thomas
4. Jost – Klaus/ Thomas fragt nach Entscheidung
5. Stricker – Nikola
6. Lindenkopf – Nikola
falls positiv, frage in der Bauernstube
7. Bauernstube - ??
8. Friseur - Thomas??
9. Hubert für TT

Drucken 2 Seiten auf eine A4 Seite (Drucker ML 2010R):

auf Drucken Einstellen: 1 Seiten, skalieren auf A4
Auf Eigenschaften: 2 Seiten Pro Blatt,
links bei 1;20, rechts bei 2;19 (Rückseite) usw.
Reihenfolge 1;20 – 2;19 – 3;18 – 4;17 usw.
Tabelle: Blatt drehen 10;11 Querformat, ab,

Abschnittwechsel:

beendet das bis dahin benutzte Format

Art des Abschnittwechsels kann unter Datei/Seite Einrichten/Layout geändert werden.

Restliche Seiten

füllen mit „für Notizen“ und/oder Sudoku - Klaus

Verteilung Jahnbote:

- Straßenweise – Erstellen der Straßenverzeichnisse aus V2000 und sortieren nach den folgenden Gebieten durch Klaus
- Insgesamt zu verteilen 485 (Rest für Weihnachtsmarkt und Neueintritte)
 - Königshofen und N'hausen (hinter der Bahn)
 - Hubert
 - 19 zu verteilen
 - Niedernhausen (außer hinter der Bahn)
 - Erika
 - 47 zu verteilen
 - Oberjosbach – weitere Aufteilung durch Nikola
 - Nikol
 - Annerose
 -
 -
 -
 - 278 zu verteilen
 - Schäfersberg weitere Aufteilung durch Klaus
 - Markus Lämmermann
 - Klaus
 -
 - 64 zu verteilen
 - Ober-, Niederseelbach
 - Martin
 - 14 zu verteilen
 - Nicht Niedernhausen
 - über Kursleiter
 - Klaus
 - 63 zu verteilen