



Der37er



Sport!
Unvergessliche
Momente

Liebe Mitglieder, Freunde und Leser unseres 37er



Finanzen und Steuern: Mein Engagement für den Verein.

Liebe Mitglieder, Freunde und Leser unseres 37er, seit der letzten Ausgabe unseres Vereinsmagazins hat sich in unserer Geschäftsstelle einiges getan. Besonders freue ich mich, dass wir mit Sarah Emme und Ensar Berber zwei junge Auszubildende für den Beruf des Sport- und Fitnesskaufmanns gewinnen konnten. Sie werden unser Team mit frischen Ideen und Tatendrang bereichern und einen wichtigen Beitrag dazu leisten, unseren Verein in den kommenden Jahren noch zukunftsfähiger zu machen.

Darüber hinaus habe ich selbst im Juli dieses Jahres die Aufgabe des Vorstands für Finanzen und Steuern übernommen und bin seitdem ehrenamtlich mit vollem Engagement in die finanziellen Geschicke unseres Vereins eingebunden. Vor der Aufgabe habe ich noch immer großen Respekt, es überwiegt aber die Freude, die Zukunft der TGH aktiv mitgestalten zu können.

Unser Umzug in den neuen Sportcampus bringt viele spannende Möglichkeiten, aber auch neue Aufgaben mit sich. Der Campus ist ein Meilenstein in der Entwicklung unseres Vereins und bietet unseren Mitgliedern und der gesamten Gemeinde viele neue Sport- und Begegnungsmöglichkeiten. Meine Hauptaufgabe wird es sein, gemeinsam mit dem Vorstand und dem Präsidium den Verein strukturell weiterzuentwickeln und auch weiterhin finanziell auf eine solide Basis zu stellen, damit wir diesen großartigen Ort mit Leben füllen und unseren Verein fit für die Zukunft machen können.

Ich freue mich auf die Zusammenarbeit und den Austausch mit euch. Gemeinsam können wir etwas bewegen!

Euer Matthias

INHALT

News & Highlights

Editorial	2-3
TGH News – Aus dem Verein	4-5
Kontakte & Programm	6-7

Neues aus dem Hauptverein

Veranstaltungen und Glückwünsche	30-31
Impressum	31

Abteilungs-News

Aikido	8-10
Bogensport	12-14
Boxen	16-17
Gymnastik & Fitness	18-19
Rope Skipping	20-22
Schwimmen	24
Volleyball	25
Turnen	26-28
Ju-Jutsu	29



**24
Medaillen-
regen**
bei den
Schwimmern!



**16
2x Gold**
bei den Südwest-
deutschen Meister-
schaften!



**26
Platz 1**
beim Gau-
turnfest!



**21
Europa
Meister-
innen!**

Für euch da – Unser Service Point-Team

Seit Anfang September ist unser Service Point im neuen Campus mehr als nur ein Anrufbeantworter. Wir haben ein kleines Team zusammengestellt,

dass Eure Fragen rund um das breite Sportangebot der Turngemeinde 1837 Hanau sowohl telefonisch wie auch persönlich vor Ort im neuen

Campus entgegennimmt und beantwortet. Für persönliche Gespräche vereinbart Ihr bitte einen gesonderten Termin.

Sterne des Sport 2024



Öffnungszeiten:

Montags, Dienstags und Donnerstags:

10:00 bis 13:00 Uhr und
15:00 bis 19:00 Uhr

Mittwochs und Freitags:

09:00 bis 13:00 Uhr und
15:00 bis 18:00 Uhr

Telefon: 06181 - 131 22

E-Mail: info@tg-hanau.de

Euren Almut, Eren, Lennie,
Sarah und Ensar

Bei den diesjährigen „Sternen des Sports“ am 12. September war die TGH stolz vertreten. Elahe Hajatifarmani durfte den Stern entgegennehmen – eine verdiente Auszeichnung für ihren beeindruckenden Integrationsweg als Trainerin bei der TG Hanau. Begleitet wurde sie von Tanja Finken, unserer Vorstandsvorsitzenden und Elahes Unterstützerin der ersten Stunde. Herzlichen Glückwunsch, Elahe, zu dieser großartigen Anerkennung! Wir sind stolz auf dich und dein Engagement für unsere Gemeinschaft!

JACOB

Die Glaserei

■ schnell ■ engagiert ■ kreativ

Glas und Spiegel · Fenster · Türen · Rollläden
Reparatur-Service · Insektenschutz
Einbruchschutz

Brüningstraße 1 · 63457 Hanau
Tel. 0 61 81.1 28 36 · Fax 0 61 81.1 79 91
E-Mail: info@glaserei-jacob.de
www.glaserei-jacob.de

Vorstellung unserer Auszubildenden



Hallo,

ich heiße Ensar und bin 19 Jahre alt. Am 01. August habe ich meine Ausbildung zum Sport- und Fitnesskaufmann bei der TGH begonnen – ein neues Kapitel in meinem Leben. Wenn ich nicht vor Ort bei der TGH bin, findet man mich in einem Dojo, wo ich leidenschaftlich Muay Thai ausführe. Ich habe tatsächlich kein Lebensmotto.

Für diese Ausbildung habe ich mich bewusst entschieden, weil ich schon mein Leben lang Sport mache und in verschiedenen Vereinen unterschiedliche Sportarten ausgeübt habe. Und ich möchte auch herausfinden, wie es ist, selbst in einem Verein zu arbeiten. Ich bin stark davon überzeugt, dass mir meine Ausbildung und die damit verbundene Trainerlizenz sehr viele Türen in der Zukunft öffnen werden. Mein Ziel ist, eines Tages ein eigenes Fitnessstudio oder eine eigene Kampfsportschule zu eröffnen und anderen Leuten zu helfen, fitter zu werden und Spaß zu haben.

Ich bin sehr gespannt und neugierig, wie die Zukunft aussehen wird.

Herzliche Grüße,
Ensar



Hallo zusammen,

mein Name ist Sarah Emmel. Ich bin 18 Jahre alt und seit dem 01. August

mache ich meine Ausbildung zur Sport- und Fitnesskauffrau bei der Turngemeinde Hanau.

Ich bin sehr sportbegeistert und turne seit ich drei Jahre alt bin. Dazu bin ich Kinder-Turntrainerin und verbringe so einen Großteil meiner Freizeit in verschiedenen Turnhallen. Mittlerweile aber auch super gerne beim Eishockey in den verschiedensten Stadien.

Für mich war schon immer klar, dass ich später auch in der Berufswelt etwas mit Sport und Kindern machen möchte. Das habe ich vor allem während meines Au-pair-Jahres in Cambridge im Vereinigten Königreich gemerkt.

Ich freue mich, viele von Euch kennenzulernen und später auch meine eigenen Kurse hier leiten zu können.

Liebe Grüße,
Eure Sarah

Ehrenmedaille für TGH Boxerin Sarah Bormann



Der Deutsche Boxverband zeichnete die mehrfache Weltmeisterin Sarah Bormann für ihre Weltklasseleistung mit der Ehrenmedaille aus.

TGH Geschäftsstelle – Wir sind für Euch da!

Auf alle Fragen rund um die TGH gibt es in der Geschäftsstelle fast immer die richtige Antwort. Wir freuen uns auf Euch und helfen Euch gerne weiter. Einfach anrufen, mailen oder vorbeischaun, dann lernt Ihr uns auch persönlich kennen.



Tanja Finken

Vorstandsvorsitzende
Geschäftsführung
tanja.finken@tg-hanau.de



Petra Jacob

Leitung Geschäftsstelle
petra.jacob@tg-hanau.de



Imran Uyar

Assistent des Vorstandes
imran.uyar@tg-hanau.de



Klaus Dreifürst

Mitgliederverwaltung
klaus.dreifuerst@tg-hanau.de



Maria Müller

Kursverwaltung/
Schule und Verein
maria.mueller@tg-hanau.de



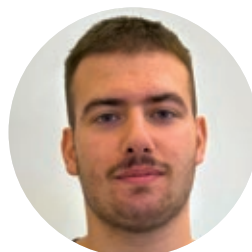
Marcel Böhm

Praktikant 2023/2024
marcel.boehm@tg-hanau.de



Sarah-Sophie Emmel

IHK-Auszubildende



Ensar Berber

IHK-Auszubildender

TGH Geschäftsstelle:

Turngemeinde 1837 Hanau a.V.
Philipp-August-Schleißner-Weg 4 · 63452 Hanau
Tel.: 0 61 81.1 31 22 · Fax: 0 61 81.18 14 59
E-Mail: info@tg-hanau.de, Internet: www.tg-hanau.de
f /Turngemeinde Hanau 1837 a.V.
i /Instagram: @tg1837hanau

Öffnungszeiten:

Montag 10:00 - 13:00 Uhr
Dienstag 09:00 - 13:00 Uhr
Mittwoch 09:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag 09:00 - 13:00 Uhr + 17:00 - 18:00 Uhr
Freitag 09:00 - 13:00 Uhr + 14:00 - 16:00 Uhr

TGH Service Point



Eren Yildiz

Praktikant 2024/2025
eren.yildiz@tg-hanau.de



Lennie Döhring

Praktikantin 2024/2025
lennie.doering@tg-hanau.de



Almut Knebel

Empfangsmitarbeiterin
almut.knebel@tg-hanau.de

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag + Donnerstag 10:00 - 13:00 Uhr + 15:00 - 19:00 Uhr
Mittwoch + Freitag 09:00 - 13:00 Uhr + 15:00 - 18:00 Uhr

H(i)it the Dancefloor

TGH – das volle Programm

Dass die TGH überraschend vielseitig ist, beweisen diese Zahlen:
In 28 aktiven Abteilungen bieten wir Sport & Bewegung zu über 50 Themen!
Von jung bis alt, von sportlich bis entspannend. Übrigens bieten wir eine Vielzahl von Kursen an, die auch Nicht-Mitglieder nutzen können.

Familien & Kinder

- Kinder-Aerobic
- Familien in Bewegung
- Kindertanzen
- Babyschwimmen
- Krabbeltreff
- Purzelgruppe
- Kinderturnen
- Seepferdchen-Kurs
- Bronze-Kurs
- Yoga-Kids
- Gymnastik für Kinder
- Ballschule
- Kunterbunte Bewegung für Kids
- Kids in Action
- Hobby-Horsing
- FitKids

Turnen & Akrobatik

- Cheerleading
- Turnen
- Rope Skipping
- Inklusions-Sport

Kampfsport

- Aikido
- Boxen
- Hapkido
- Ju-Jutsu

Gymfit & Fitnesskurse

- Gesundheitskurse
- Latin-Dance
- Aroha
- Functional-Training
- Pilates
- Body-Workout
- Indian Balance
- Yoga
- Bauch-Beine-Po
- Langhantel-Training
- Balance-Training
- Jumping
- Faszien Training
- Gedächtnistraining
- Spaziergeh-Gruppe
- Entspannt in die Woche
- Fit und aktiv 60+
- Fit und aktiv 70+
- Stretch & Relax
- Fitness für Männer
- Fit in den Tag
- Line Dance
- Brisk Walking
- Step Workout
- Achtsamkeitstraining

- Rückenfitness
- Fitness für Frauen
- Gymnastik Mix
- Mama Workout
- Naturalflow
- Calisthenics
- Step
- H(i)it the Dancefloor
- Fit-Mix
- Twerkfiness

Ball & Mannschaft

- Badminton
- Basketball
- Handball
- Hockey
- Tennis
- Tischtennis
- Volleyball

Individualsport

- Bogensport
- Fechten
- Leichtathletik
- Schwimmen, Aqua-Fitness
- Triathlon
- Ski
- Tanzen
- Wandern

Sport

Freunde

Spiel

Spaß

Ansprechpartner

Wenn es um Fragen zum konkreten Sportangebot geht, stehen Euch zu jeder Sportart und Abteilung die richtigen Gesprächspartner gerne Rede und Antwort.

Aikido	Peter Heurich	0 61 81.57 42 95	Ju-Jutsu	Silke Loscher	0 61 87.2 19 36
Badminton	Claudia Ritter	0 61 81.14 20 4	Leichtathletik	Sebastian Merx	0 160.1815446
Basketball	Patrick Eggert	01 73.71 76 53 4	Rope Skipping	Sindi Sina	01 75.56 79 00 16
Bogensport	Jeannette Kühn	0 61 81.4 34 83 13	Schwimmen	Viola Kojahn	01 60.97 76 57 66
Boxen	Benjamin Romero	01 73.66 60 62 3	Ski	Klaus Kraushaar	0 61 81.72 21 8
Cheerleading	Monique Ansmann	01 72.66 30 62 7	Tanzen	Karl-Heinz Becker	0 61 83.71 68 4
Fechten	Sieglinde Kobberger	0 61 81.86 85 9	Tennis	Sven Rügner	0 61 81.43 54 70 2
Gymnastik, Fitness, Gesundheitssport	Jutta Kipper	0 61 83.91 95 26	Tischtennis	Kai Fattah	0 61 81.90 06 17
Handball	Jörg Brandt	0 60 55.93 32 10	Triathlon	Holger Fronek	0 61 81.12 76 4
Hapkido	Silke Loscher	0 61 87.2 19 36	Turnen, Integrationssport	Miriam Wolff	0 61 81.13 12 2
Hockey	Alfred Liskén	01 72.62 15 51 1	Volleyball	Jakob Grzesik	01 76.64 12 71 08
			Wandern	Dieter Metz	0 61 81.50 70 55 5

Mehr Informationen in der Geschäftsstelle:

Tel.: 0 61 81.1 31 22 · Fax: 0 61 81.18 14 59 · E-Mail: info@tg-hanau.de



Verleihung der Dan Urkunden im Rahmen eines Dan Iwai Lehrgangs



Am Samstag, dem 23. März, war es endlich soweit: In Schwickartshausen im Zentral-Dojo des Bundesverbandes Takemusu Aikido Deutschland fand ein besonderer Dan Iwai Lehrgang statt, geleitet von einer neuen Generation an Dan Trägern. In einem historischen Moment für das Takemusu Aikido in Deutschland wurden gleich vier 6. Dan und zwei 5. Dan Träger mit ihren verdienten Urkunden ausgezeichnet, und die hatten die Möglichkeit, im Rahmen des Lehrgangs ihr Können unter Beweis zu stellen.

Besonders hervorzuheben ist Peter Heurich, Dojo-Cho des Aiki-dojo Hanau in der TG Hanau, der nach stolzen 40 Jahren intensiver Aikido-Praxis an verschiedenen Orten - zuletzt seit über 30 Jahren in der Turngemeinde Hanau - die wohlverdiente Urkunde zum 6. Dan entgegennehmen durfte. Eine beeindruckende Leistung, die seinen unermüdlichen Einsatz und seine Leidenschaft für diese Kampfkunst widerspiegelt.

Nach einem inspirierenden Lehrgang folgte schließlich der feierliche Höhepunkt: Die Übergabe der Dan Urkun-

den durch Ute und Mark van Meeren-donk. Ein bewegender Moment für alle Beteiligten, der die Bedeutung und Wertschätzung dieser hohen Auszeichnung nochmals unterstrich. Wir sind stolz auf unsere Dan Träger und freuen uns auf viele weitere gemeinsame Erfolge im Takemusu Aikido!

"Always practice the art of peace in a vibrant and joyful manner" - Übe die Kunst des Friedens immer auf lebendige und freudige Weise.

Morihei Ueshiba
Begründer des Aikido



Aikido am Tag der offenen Türen der TGH

Am 27. April war es endlich soweit: Die Turngemeinde Hanau öffnete ihre Türen für einen 'Tag der offenen Türen' auf dem brandneuen Vereinsgelände des Sparkasse Hanau-Sportcampus. Sechs engagierte Deshi (Lernende) der Aikido-Gruppe waren mit von der Partie, angeleitet von Sensei Peter Heurich. An diesem besonderen Tag wurden den interessierten Zuschauern zwei spannende Trainingseinheiten geboten: Im Kursraum wurden Körpertechniken präsentiert, während draußen auf der Wiese das Waffentraining stattfand.

Die Besucher hatten die Möglichkeit, die faszinierenden Körpertechniken hautnah im Kursraum zu beobachten, während diejenigen, die das Waffentraining verfolgten, von der gut besuchten Terrasse des Freizeitraums aus zuschauten. Sensei Peter Heurich erklärte geduldig die verschiedenen Angriffe und Techniken und demonstrierte Übungen sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene - von statischen Techniken (Kihon) bis hin zu fließenden Bewegungsabläufen (Ki-no-nagare). Er betonte dabei, dass im Aikido mit Festhaltetechniken, Hebeln und Würfen auf

Angriffe reagiert werde. Der Ablauf der Trainings spiegelte das reguläre Training wider, mit dem gemeinsamen Angrüßen zu Beginn und dem Abgrüßen zum Ende der Einheiten. Es war eine großartige Gelegenheit, die Faszination des Aikido hautnah zu erleben und die Ernsthaftigkeit, Begeisterung und Leidenschaft der Deshi für diese einzigartige Kampfkunst zu spüren.

Ansprechpartnerin Aikido:
Peter Heurich
aikido@tg-hanau.de

Vorwerk Deutschland Stiftung & Co. KG, Mühlenweg 17 - 37, 42270 Wuppertal

Ganz nach deinem Geschmack!

Erlebe jetzt den Thermomix®!

Andrea Hegermann

Für dich da in Bruchköbel und Umgebung

0162 6444080

andrea.hegermann

@thermomix-kundenberatung.de

Einfach.
Selbst.
Gemacht.



Impressionen vom Tag der offenen Türen – Aikido Keiko



Wir bauen.
Und schaffen Raum und
Platz für Sport und Freizeit.



SCHICK

wirbauen.de



Eine treffsichere Eröffnungsfeier der Bogensportanlage



Am Samstag, den 22. Juni, eröffneten die geladenen Gäste mit den Abteilungsmitgliedern offiziell die neue Bogensport-Außenanlage des Sparkasse Hanau-Sportcampus.

Nicht nur das neue Gebäude sollte feierlich eröffnet werden, dachten sich die Bogner, denn auch die Außenanlagen wurden fast alle neu gestaltet. So eine tolle Investition und soviel Arbeit muss gewürdigt werden und als Dank planten die Bogner die offizielle Eröffnung der Bogensportanlage - auch stellvertretend für das gesamte Außengelände.

Bei durchwachsenem Wetter wurde den Besuchern ein kurzweiliger Nachmittag geboten, an dem sich ein wunderbares Grillfest anschloss. Gäste, wie Herr Bürgermeister Dr. Bieri oder Herr Martin Hoppe, konnten es kaum erwarten, sich selbst einmal am Bogen zu versuchen. Nach

der Begrüßung und den Festreden gab es dazu Gelegenheit, und es bildete sich schnell eine Schlange, denn viele der Gäste wollten die Gelegenheit nutzen, um in diesen Sport reinzuschnuppern.

Jeannette Kühn, die Abteilungsleiterin Bogensport der TGH, eröffnete kurz nach 16 Uhr das Fest mit einer kleinen Ansprache. Anlass des Festes war vor allem, der TGH und allen, die diesen schönen Platz ermöglicht haben, zu danken. Sie erklärte kurz, was genau Bogensport erfordert und fördert und wofür Bogensport in der Turngemeinde Hanau 1837 a.V. steht.

Nach einem kurzen Blick zurück freute sich Frau Kühn, über die Zukunftsaussichten berichten zu können. Es wird u.a. ein Angebot für Therapeutisches Bogenschießen geben, bei dem traumatisierte Menschen ebenfalls eine Hilfestelle finden können.

Ein Mitglied in der Abteilung ist Imker und auch hier hat sich Frau Kühn zusammen mit der Vorstandsvorsitzenden der TGH, Frau Finken, stark gemacht, dass ein paar Bienenstöcke aufgestellt werden. Daraus soll dann der Sportbienenhonig generiert werden.

Die Zielsetzung der Bogensportabteilung ist, die Jugend zu stärken und Menschen zurück in die Bewegung holen. Besonders wichtig ist Frau Kühn, einen Ort für jeden zu schaffen, Gemeinschaft zu leben und auf andere zu achten. Weniger steht die Abteilung für Wettkämpfe; es gibt nur interne Turniere. Feste Programmpunkte im Jahr sind u.a. Nachtschießen, Trick'r Treat Halloween Turnier sowie Weihnachtskugelschießen zum Jahresausklang. In diesem Jahr fand auch ein Feriencamp vom 15.-19. Juli statt.



Frau Finken übernahm das Wort, bedankte sich herzlich bei Jeannette und René Kühn für ihr ehrenamtliches Engagement und erzählte, dass sie am Anfang geglaubt habe, die TGH bestünde nur aus Bogensport, da diese eine der Abteilungen gewesen sei, die sie als erste und besonders herzlich empfangen habe.

Herr Dr. Bieri ließ es sich nicht nehmen, ebenfalls ein paar Grußworte auf diesem schönen Gelände an die Teilnehmer zu richten. Nachdem er sich für die Einladung und die tolle Organisation bedankt hatte, bezog er sich auf einen Nebensatz aus Frau Kühn's Rede, den er noch einmal betonen wollte. Jeannette Kühn hat-

te vor dem ersten harten Lockdown die Abteilung übernommen. Trotz einer nicht „so kleinen Pandemie“ habe sie mit ihrem Engagement die Abteilungsstärke mehr als versechsfacht. Das sei bemerkenswert und so auch kein Wunder, dass ein großer Teil der Stadtprominenz zu dieser Feier gekommen ist – Frau Funck, Frau Rosi Thiel und Herr Axel Weiß-Thiel, Herr Ritter, Herr Hoppe und noch viele weitere. Dieses Außengelände stehe gemeinsam mit dem Gebäude für eines der größten öffentlichen Bauvorhaben dieses Jahrhunderts – Stand jetzt. Als TGH Mitglied kennt Dr. Bieri diesen Ort aus Volleyballzeiten und bat die Bogner, ihn genauso zu hegen und Spaß darauf zu haben wie es seine Mannschaft jahrelang hatte.

Danach ging es in den sportlichen Teil über. Wer wollte, konnte sich unter Anleitung der Trainer im Bogenschießen ausprobieren. Dieses Angebot wurde gerne angenommen, und wer nicht schießen wollte, hatte die Gelegenheit, den Rest der Außenanlage zu erkunden, bis das Grillbuffet um 17:00 Uhr eröffnet wurde.

Wer Interesse an einem Feriencamp oder Probetraining hat, der kann gerne Kontakt aufnehmen.



Ansprechpartner Bogensport:
Jeannette Kühn
bogensport@tg-hanau.de





Feriencamp der Abteilung Bogensport



Vom 15.-19. Juli gab es für Jugendliche die Möglichkeit, eine ganze Woche lang ein Bogensportcamp zu besuchen. Auch für die Bogensportabteilung war diese Campwoche eine ganz neue Erfahrung.

Durch die Förderung des Jugendsportkreises, für die sich Abteilungs-

leiterin Jeannette Kühn stark gemacht hatte, konnte das Camp einmalig günstig angeboten werden. Sogar Petrus schien mit den jungen Bognern zu sein und gab an Sonne alles, was er zu bieten hatte.

Da waren die Willkommenspräsente genau richtig. Für jeden Teilnehmer

gab es Kleinigkeiten zu essen, genügend zu trinken und eine personalisierte Trinkflasche, die die Teilnehmer auch selbst auffüllen konnten und an das Camp erinnern soll.

Vom ersten Tag an lernten die Jugendlichen alles über das Bogenschießen mit Visier. Bereits am dritten Tag konnten die ersten Spiele mit dem Bogen beginnen. Am letzten Tag fand ein kleines Abschlussturnier statt und die Teilnehmer freuten sich über ihre persönliche Urkunde.

Danach wurde bis in den späten Abend gegrillt und gechillt. Eine einmalige erste Ferienwoche bei den Bognern ging so mit vielen Eindrücken, Grillen, Zirpsen und vollen Mägen zu Ende.



Ansprechpartner Bogensport:
Jeannette Kühn
bogensport@tg-hanau.de



[sparkasse-hanau.de](https://www.sparkasse-hanau.de)

Wenn man einen Finanzpartner an der Seite hat, mit dem man Höchstleistungen erreichen kann.

So gehört das Engagement für den Sport seit jeher zum Selbstverständnis der Sparkassen und bildet einen Schwerpunkt ihres gesellschaftlichen Einsatzes. In ganz Deutschland profitieren die Menschen von sportlichen Angeboten, die von Sparkassen unterstützt werden.

Wenn's um Geld geht
Sparkasse Hanau



Zwei Goldmedaillen bei den Jugend U19 Südwestdeutschen Meisterschaften



Die amtierenden Jugend-Hessenmeister Sahedolla Safi (links) und Lemar Sakhizada (rechts) gewinnen auch Gold bei den Südwestdeutschen Meisterschaften in Speyer.



Sahedollah Safi gewann im Finale mit einem spektakulären TKO Sieg gegen Ivan Mann (TuS Landstuhl). Lemar Sakhizada konnte sich ebenfalls im Finale nach einem hochklassigen und spannenden Kampf gegen den Favoriten Tim Dshoraew (BC Emmelshausen), Rheinlandpfalz-Meister und Bronzemedailien-Gewinner der Deutschen Meisterschaft, nach Punkten durchsetzen.

Ansprechpartner Boxen:
Benjamin Romero
boxen@tg-hanau.de



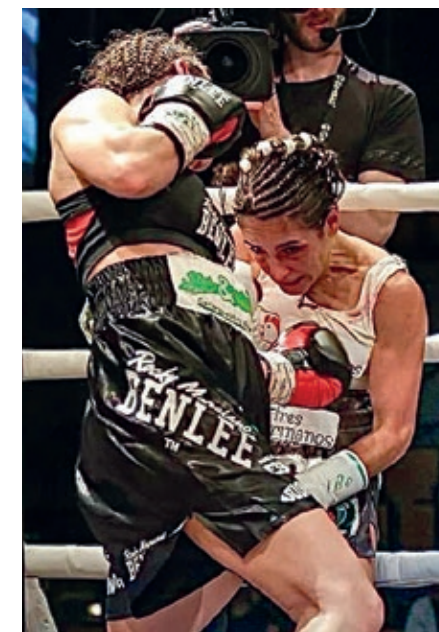
Sarah Bormann ist wieder Weltmeisterin



Im Mai kehrte Sarah Bormann eindrucksvoll auf die WM-Siegerstraße zurück, nachdem sie im Dezember 2023 eine knappe Punktniederlage in einer höheren Gewichtsklasse gegen die mexikanische Super-Doppelweltmeisterin Yesica Nery Plata hinnehmen musste.

Diesmal ließ Sarah nichts anbrennen und dominierte mit herausragendem technischen Boxen die ehemalige Weltmeisterin aus Argentinien, Támara Elisabet Demarco, nach Belieben.

Mit einem klaren Sieg durch einstimmige Entscheidung holte sich Sarah den vakanten Weltmeistertitel im Minimumgewicht zurück.



Ansprechpartner Boxen:
Benjamin Romero
boxen@tg-hanau.de



Spaziergeh-Gruppe – Jeden Dienstag von 10:00 – 11:00 Uhr

Vorteile für den ganzen Körper: einfach beim Spazierengehen unser Leben verlängern!



Forschungen haben nachgewiesen, dass das Molekül Interleukin-6 tatsächlich den Alterungsprozess bremst. Durch Bewegung bilden unsere Muskeln dieses Wunder-Molekül von ganz allein. Am einfachsten und schnellsten wird die Interleukin-6-Produktion gestartet, wenn wir einfach nur gehen.

Und was die Studien noch beweisen: Wer mindestens 30 Minuten am Tag

geht, verringert sein Infarktrisiko um rund 40 Prozent und lebt im Schnitt 6 Jahre länger. Beim Gehen bleiben im Vergleich zum Joggen die Gelenke unbelastet, und der gesamte Körper wird gleichmäßig und gesund beansprucht. Der Organismus wird trainiert, die Sauerstoffversorgung um das Zehnfache (!) gesteigert, Herz und Kreislauf werden gestärkt, die Durchblutung sowie die Lungenkapazität verbessert und die Blutfettwerte gesenkt. (Da wird vielleicht die eine oder andere Tablette hinfällig.)

Und der sportliche Aspekt: jeder Schritt führt zu einer Rotation zwischen Schulterachse und Becken. Das massiert die Bandscheiben. Zusätzlich wird die umliegende Tiefenmuskulatur gestärkt

und verschafft damit Wirbelsäule und Bandscheiben einen besseren Halt.

Die beste Umsetzung für regelmäßiges Gehen (zumindest 1x pro Woche) bietet die Spaziergeh-Gruppe immer dienstags von 10:00 – 11:00 Uhr mit Christa Gräßer.

Mit an die Gruppe angepasstem Tempo findet Christa immer wieder interessante und für den Einen oder Anderen unbekannte Wegestrecken in und um Hanau. Und die Teilnehmer freuen sich obendrein auf den "Schnack am Morgen" untereinander.

Wer Lust hat, gemeinsam mit der Gruppe spazieren zu gehen, kontaktiert Christa Gräßer im Vorfeld, um Treffpunkt und evtl. weitere Fragen abzustimmen.



Zuwachs im Trainer-Team

Unser Trainer-Team wächst und wächst. Mit 34 Trainern haben wir eine stattliche Team-Größe erreicht. Und darauf sind wir sehr stolz!

Seit August haben wir Verstärkung im Jumping Bereich:



Jane Weber

Ich war schon immer sportbegeistert, weshalb ich die Freude an Bewegung gerne teile und weitergebe. Mittlerweile gebe ich viele verschiedene Sport- und Fitness-Kurse und bin seit 2018 auch Jumping Trainerin. Ich freue mich, die TGH bei ihrem vielseitigen Kursprogramm unterstützen und euch motivieren zu können. Man sieht sich auf der Matte oder dem Trampolin.

Abteilungsversammlung

am 29. Oktober

Am Dienstag, den 29.10.24 findet die GymFit-Abteilungsversammlung erstmalig in den neuen Räumen des Sport Campus statt. Seit dem Umzug im Februar ist viel passiert. Von 19:00-21:00 gibt es einen Rückblick, ein paar News zum aktuellen Stand und eine kurze Zukunftsprognose der Abteilung. Außerdem stehen Wahlen an.



Tag der Gesundheit

**Am 3. November
im Sparkasse Hanau
Sportcampus**

Sportlich und gesund bis ins hohe Alter. Kostenfreies Schnuppern mit Vorträgen und Mitmachangeboten.



77 Kurse die Woche! Was ist neu?

Neue Kurse ab September in der Abteilung Gymnastik und Fitness

Fit Kids ab 6 Jahre

Fit halten wie die Großen

Auf spielerische Art trainieren die Kinder Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination.

Dabei stehen immer der Spaß am Sport und ein sportliches Miteinander im Vordergrund und sollten niemals verloren gehen. Da bei gutem Wetter auch die Außenanlage des Sport Campus genutzt wird, gehören immer Sportschuhe für die Halle und zusätzlich für draußen in die Kids-Sporttasche.

**Montag 16:00 - 17:00
Kursraum 4
Trainer: Ensar Berber
Mittwoch 16:00 - 17:00
Kursraum 3
Trainerin: Yeli Keppke
Freitag 16:00 - 17:00
Kursraum 4
Trainerin: Sarah Emmel**

Functional Training

Jetzt auch dienstags



Ein Ganzkörpertraining für jedes Fitness Level mit und ohne Kleingeräte, in dem sowohl Kraft und Ausdauer als auch Koordination gefördert werden.

**Dienstag 20:00 - 21:00
Kursraum 3
Donnerstag 20:00 - 21:00
Kursraum 4
Trainerin: Nicole Roth**

Langhantel Training

Zusätzlicher Kurs am Montag



**TGH Kursangebot
Langhantel
Training**
Steigerung von Ausdauer und Muskelkraft
Montags 20:00-21:15
Mittwochs 19:00-20:15
Weiterer Infos unter www.tg-hanau.de/gymnastik-und-fitness

Power für die Kraftausdauer!

Ein kraftbetontes und funktionelles Workout. Hier vereinen sich Technik und Kraft zu einer Einheit und lassen die Muskeln brennen. Der Trainingsschwerpunkt liegt auf den großen Muskelgruppen wie Rückenstrecker, Delta, Bauch, Beine und Arme.

**Montag 20:00 - 21:15
Kursraum 4
Trainerin: Marisa Ludwigs
Donnerstag 19:00 - 20:15
Kursraum 4
Trainer: Andreas Schmidtke**

Achtsamkeitstraining & Meditation

Wir praktizieren sanfte Körperübungen und Meditationen in Ruhe und Bewegung aus dem MBSR-Programm. MBSR steht für "Mindfulness-Based Stress Reduction". Dieses Training wurde von Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn entwickelt, um einen achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen zu erlernen. Zahlreiche Studien belegen die gesundheitsfördernde, stressreduzierende und die Lebensqualität steigernde Wirkung von MBSR.

**Sonntag 12:00 - 13:00
Kursraum 5
Trainerin:
Claudia Isabell Scholz**

H(i)it the Dancefloor

In tänzerische Bewegungssequenzen werden Koordinations-, Kraft- und Gleichgewichtsübungen integriert. Unterstützt von rhythmischen Beats trainierst Du damit sowohl Deine Ausdauer wie auch Deine gesamte Muskulatur

**Dienstag 19:00 - 20:00
Kursraum 3
Trainerin: Doris Ludwig**

Purzelgruppe 2-4 Jahre

Aufgrund der hohen Nachfrage, haben wir eine 2. Gruppe eröffnet



**TGH Kursangebot
Purzel-
gruppe**
Bewegungsspiele für Kinder
Dienstags 16:00-17:30
Donnerstags 16:30-18:00
Singen, Spielen, Hüpfen
Weiterer Infos unter www.tg-hanau.de/gymnastik-und-fitness

Es wird gesungen, gespielt und gehüpft. Die Kinder können sich nach Herzenslust austoben. Dabei wird die gesamtmotorische Entwicklung gefördert und unbewusst der soziale Umgang mit anderen Kindern trainiert.

**Dienstag 16:00-17:30
Sporthalle 1
Trainerin: Gosia Stepski
Donnerstag 16:30-18:00
Kursraum 1
Trainerin: Julia Horst**

**Ansprechpartner
Gymnastik und Fitness:
Jutta Kipper
gymfit@tg-hanau.de**



Hanaus EM-Aufstellung komplett



Am ersten Mai-Wochenende komplettierten die Rope Skipper ihre Aufstellung für die Europameisterschaft in Ungarn. Chance dazu bot der TV Rorigen aus Göttingen bei den Deutschen Teammeisterschaften. Hatten sich bereits fünf Starter aus Hanau bei den Deutschen Meisterschaften im Einzel qualifiziert, galt es nun, sein Können im Team zu beweisen und sich mit seiner Mannschaft zu qualifizieren – so nimmt nun Max Weber seine Schwester Julia mit. Julia sicherte sich mit ihren Teamkameradinnen Ece Kizgin, Nisa Babaoglu und Amina Yousif hervorragende Einzelwertungen. Insgesamt dreimal Platz 1, zweimal Platz 2 und jeweils einmal Platz 3, 4 und 5 machten es spannend – am Ende gab es den Gesamtsieg für das Hanauer 4er Gespann und die freudige Gewissheit, dass sie in vier Disziplinen Team Deutschland vertreten dürfen. Ebenfalls trat Tami Methner mit Freundin und Jumping-Swans Kameradin Liliana Pavlovic bei dem

Wheelwettkampf an. Ein recht neuer Wettkampf, in dem sich das Hanauer Duo mit einem fast fehlerfreien Freestyle in der Altersklasse III behaupten konnte. Freudestrahlend und glücklich standen Tami und Liliana ganz oben auf Platz 1, wohl wissend, dass sie nicht nur Deutscher Meister sind, sondern sich ebenfalls für die EM qualifiziert haben. So konnten die Jumping Swans ihre EM-Teilnehmerzahl verdoppeln, neben fünf Einzelstärkern gehen nun weitere fünf Top-Skipperinnen in Teamkonstellation in Ungarn an den Start. Ebenfalls beim Deutschen Teamwochenende vertreten war das Team Nika Methner, Lena Härtel, Lara Klawitter, Lysanne Junker, Melissa Warmut und Liliana Pavlovic. Sie mussten sich im stärksten Teilnehmerfeld, der Altersklasse II, behaupten. Stark in den Speeddisziplinen holten die diesjährigen Hessenmeister gleich zu Beginn dreimal Silber. Leider klappten schwierige Elemente im weiteren Verlauf des Wettkampfes,

besonders im Double Dutch, nicht reibungslos, sodass einige Punkte verloren gingen und das Team in der Gesamtwertung Platz 5 erreichte.

Am darauffolgenden Wettkampftag, dem Deutschen Bundesfinale, zeigten die Hanauer Rope Skipper ebenfalls ihre Können auf dem Parket und waren ausschließlich auf dem Treppchen zu sehen.

Tami Methner und Lea Pierucci sowie Melisa Kocdemir und Max Weber starteten in der Disziplin 2x30 Sekunden Double Under und dem Single Rope Pairfreestyle. Für beide Duos gab es jeweils in jeder gesprungenen Disziplin Silber. In weiterer Teamkonstellation, unterstützt durch Elina Krill und Leyla Kocyigit, holten sie in der Disziplin 4x30 Sekunden Speed Sprint und 1x60 Sekunden Double Dutch Speed jeweils Gold.

Ansprechpartner Rope Skipping:
Sindi Sina
rope-skiipping@tg-hanau.de



Europameistertitel gehört Hanau



Die diesjährige Rope Skipping-Europameisterschaft in Eger (Ungarn) brachte die Elite der Seilspringer Europas zusammen. Vom 14. bis 20. Juli erlebten Zuschauer und Teilnehmer spannende Wettkämpfe, in denen Athleten aller Altersklassen ihre Schnelligkeit, Ausdauer und Kreativität unter Beweis stellten. Über 300 Athleten aus 10 Ländern reisten nach Eger, um in verschiedenen Disziplinen anzutreten.

Besonders beeindruckend war der Auftritt der beiden Rope Skipperinnen der Turngemeinde 1837 Hanau a.V., Tami Methner und Liliana Pavlovic, die bei der Jugendeuropameisterschaft in der Kategorie Wheel Freestyle den Titel der Europameisterinnen nach Hanau holten. Mit einem fehlerfreien Freestyle und perfekt synchronisierten Sprüngen setzten sie sich gegen eine starke Konkurrenz durch und sicherten sich den Sieg. Besonders groß war die Freude bei Familien, Freunde und Trainer, als die deutsche Nationalhymne ertönte und Tami und Liliana ganz oben auf dem Podest standen.

Ebenfalls sehr erfolgreich liefen die Wettkämpfe für Lilith Schultheis. Sie wurde im Overall sowie in der Disziplin drei Minuten Speed Vize-Euro-

pameisterin. Lilith gelang es sogar, ihren eigenen Deutschen Rekord zu knacken und setzte diesen von ursprünglichen 481 Zählern auf 488 Zähler hoch. Mit ihrem Einzel-Freestyle qualifizierte sie sich für das begehrte Finale und holte hier einen fantastischen 6. Platz. In der Disziplin Single Rope Speed belegte sie Platz 10.

Gleichmaßen qualifizierte sich Lea Thiel in der Disziplin Tripple-Under fürs Finale. Hier gilt es, so viele Dreifachsprünge wie möglich zu springen. Lea gelang es hier, sich Platz 6 zu sichern. Bei den Speed Disziplinen lief es leider nicht ganz rund, trotzdem gab es für Lea am Ende Platz 6 bei den drei Minuten Speed und Platz 8 bei den 30 Sekunden Speed. Julia Hegemann, die ebenfalls in der Disziplin 30 Sekunden Speed an den Start ging, belegte Platz 16, Tami Methner holte Platz 7. Unser einziger männlicher Teilnehmer, Max Weber schrammte ganz knapp am Treppchen vorbei. Er erreichte bei den Männern Platz 4 bei den 30 Sekunden Speed und Platz 5 bei den drei Minuten Speed. Sein Einzelfreestyle wurde bei der Jugendeuropameisterschaft mit dem 7. Platz belohnt.



In Teamkonstellation ging es erstmalig international für unsere jüngsten Hanauer an den Start. Amina Yousif, Nisa Babaoglu, Ece Kizgin und Julia Weber schafften es hier, immer in den Top Ten zu sein. Sie starteten bei der Jugend-EM und holten in den Teamdisziplinen jeweils einmal Platz 6, 7, 8 und 10.

Die Europameisterschaft war nicht nur ein sportliches Highlight, sondern auch ein Fest der Freundschaft und des internationalen Austauschs. Die Athleten tauschten Erfahrungen aus, knüpften neue Freundschaften und feierten gemeinsam ihre Erfolge. Wie immer, war auch hier die Abschlussparty Highlight der Meisterschaft. Es wurde viel getanzt, gefeiert und gelacht. Mit spannenden Wettkämpfen und vielen unvergesslichen Momenten geht somit die Rope Skipping Saison 2024 zu Ende. Die Hanauer Rope Skipper kehrten mit Medaillen, neuen Rekorden und vielen positiven Erinnerungen nach Hause zurück, bereit für die Herausforderungen der nächsten Saison.

Ansprechpartner Rope Skipping:
Sindi Sina
rope-skiipping@tg-hanau.de



Neuer Teilnehmerrekord beim Rope Skipping Nachwuchslandeswettkampf



Der diesjährige Rope Skipping Nachwuchslandeswettkampf verzeichnete einen neuen Teilnehmerrekord. Mit über 240 jungen Athleten aus 19 Vereinen aus ganz Hessen, war das Event ein voller Erfolg.

Die TGH war mit insgesamt 22 Athleten am Wettkampf vertreten und konnte gute Platzierungen erzielen. Das Trainer- und Kampfrichterteam rund um Nachwuchstrainerin Maren Bär sorgte für einen reibungslosen Ablauf und für einen unvergesslichen Wettkampftag bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Maßgebend für den schnellen und reibungslosen Ablauf des Wettkampftages war ebenfalls Marko Fediv, der aktuell mit seiner selbstentworfenen App das Wertungs- und Kampfrichterwesen im Rope Skipping revolutioniert.

Die Hanauer Ergebnisse im Überblick:

Wettkampf Compulsory

AK III

Mila Kahrman
Jette Schmidt
Hidaya Qissabi
Lina Briki
Ciara Sophie Klumb

Platz 14
Platz 17
Platz 19
Platz 29
Platz 32

AK IV

Maala Elise Rössel
Thea Albitar
Mathilda Friedrichs
Valentina La Verde

Platz 10
Platz 25
Platz 26
Platz 31

AK V

Letizia Vivienne Novellis
Sandra Bandyk
Safiya Messaoudi
Nova Lou Krupop
Lea Nora Schwab

Platz 22
Platz 23
Platz 25
Platz 37
Platz 38

45 Sekunden Freestyle:

AK II

Mina Leißner

Platz 10

AK III

Nele Leißner

Platz 19

AK IV

Emely Arnold
Larina Müller
Selena Maria Balsamo

Platz 12
Platz 14
Platz 18

AK V

Lena Sophie Romainczyk
Lilly Walter

Platz 4
Platz 5

Ansprechpartner Rope Skipping:
Sindi Sina
rope-skipping@tg-hanau.de

FIT DURCH BEWEGUNG! MIT DEN E-BIKE EXPERTEN VON E-MOTION HANAU

- professionelle & individuelle Beratung
- riesige Auswahl
- Firmenleasing
- Werkstatt für alle Bikes



e-Bikes | Dreirad | Lastenrad | Service



Scanne den QR-Code und buche jetzt
einen persönlichen und kostenlosen
Beratungstermin bei uns im Shop!

e-motion e-Bike Welt Hanau

Tel.: 06181 9911990

Johann-Carl-Koch-Straße 7 | 63452 Hanau
hanau@emotion-technologies.de
emotion-technologies.de/hanau

≡ **e-motion** ≡
DIE E-BIKE EXPERTEN



TGHler starten mit zwei neuen Gesichtern bei den Hessischen Mastersmeisterschaften



Am Samstag, dem 8. Juni, trafen sich bei herrlichem Wetter 255 Teilnehmer aus 42 Vereinen im Seedammbad Bad Homburg, um auf der 50 m Bahn ihre Kräfte zu messen. Mit in die Wettkampffolge der Masters war der Bezirkskindervergleich integriert. Von der TGH gingen Marianna Schneider (AK 45), Jennifer Kojahn (AK 25), Willi Dorn (AK 70) und Werner Kahl (AK 60) an den Start.

Marianna startete nach 20 Jahren Wettkampfpause das erste Mal für die TGH. Bei drei Einzelstarts erschwamm sie gleich zwei Medaillen: Silber über 100 m Rücken und Bronze über 50m Schmetterling. Jennifer ging mit vier Einzelstarts in den Wettkampf. Sie belegte über 50 m Brust den 2. Platz und über 50 m Freistil Platz 3. Willi erkämpfte sich in zwei Einzelstarts zum einen den In-

ternationalen Hessenmeistertitel über 50 m Brust und einen 2. Platz über 50m Freistil.

Werner hat sich in seinem allerersten Wettkampf überhaupt super geschlagen. Über 50 m Brust belegte er Platz 3.

Alle zusammen schwammen in der 4 x 50 m Lagenstaffel zu Gold und wurden Internationaler Hessischer Stafelmeister. In der 4 x 50 m Freistilstaffel belegten sie nach hartem Kampf den 4. Platz.

Für alle vier Teilnehmer war es ein erfolgreicher Tag und sie wollen gemeinsam weitere Schwimmerfolge im November bei den Hessischen Mastersmeisterschaften Kurzbahn erzielen.



Ansprechpartnerin Schwimmen:
Viola Kojahn
schwimmen@tg-hanau.de



Deutsche Meisterschaften Ü35 m Dresden



Nach erfolgreicher Titelverteidigung des Landesmeistertitels in Hessen, der Vize-Meisterschaft im Verband Südwest und dem Qualifikationssieg gegen den Zweiten aus Baden-Württemberg, trat die TG Hanau mit Verstärkung aus anderen Teams aus der Region zur Ü35m Deutschen Meisterschaft in Dresden am Wochenende des 25./26. Mai an. Gleichzeitig fanden hier in 11 weiteren Altersklassen (männlich und weiblich) die nationalen Meisterschaften verteilt über verschiedene Hallen und mit mehr als 120 Teams und über 1000 Athleten und Athletinnen statt.

Trotz großen Kampfes und viel Einsatz wurde in der Vorrunde nur ein Satz gewonnen, sodass eine besse-

re Platzierung schon Samstagmittag nicht mehr möglich war. Trotz der verletzungsbedingten Ausfälle von Tobias Herms und Florian Baumecker schaffte es die dezimierte Hanauer Mannschaft am Nachmittag im letzten Spiel des Tages, alle Kräfte zu mobilisieren und den ersten Sieg einzufahren. Somit konnte man sich für das Spiel um Platz 9 qualifizieren. Den Abend ließ man gemütlich beim gemeinsamen Abendessen ausklingen und einige Spieler nutzten später noch die Möglichkeit, bei der Players Night das Tanzbein zu schwingen.

Das Platzierungsspiel am Sonntag gegen das Team aus München war spannend bis zum Schluss, wurde

aber trotz zwischenzeitlich größerer Führungen im Tiebreak leider knapp verloren. Motivation genug für das gesamte Team, in 2025 wieder anzugreifen und mit noch mehr Erfahrung eine Top 8 Platzierung in Angriff zu nehmen. Den Sieg holte sich das Team aus Dresselndorf gegen die Westerwald Volleys, welche beide mit einer Reihe von ehemaligen Erst- und Zweitligaspielern gespickt waren.

Wir bedanken uns bei den Ausrichtern für ein tolles Turnier und freuen uns auf das nächste Jahr!

Ansprechpartner Volleyball:
Jakob Grzesik
volleyball@tg-hanau.de



Gauturnfest und Gaukinderturnfest in Jügesheim



Am letzten Juni-Wochenende wurden zwei der größten Turnfeste in Jügesheim ausgetragen.



Am Samstag gingen die jüngsten Turnerinnen und Turner an den Start, hier traten für die TG Hanau 36 Kinder an. In drückender Hitze zeigten sie auf dem Außengelände der JSK Rodgau in zwei Durchgängen ihr Können. Es wurden reine Turnwettkämpfe angeboten, aber auch Disziplinen der Leichtathletik und aus dem Rope Skipping konnten in den Wahlwettkämpfen dazugewählt werden.

In den verschiedenen Alters- und Wettkampfklassen haben die TGH Kinder viele tolle Plätze erreicht, unter anderem drei erste und vier zweite Plätze sowie 23 weitere Platzierungen in den Top Ten. Zum Abschluss wurden die Vereinsstaffeln ausgetragen. Hier konnten die "TGH Running Swans" das Rennen gewinnen und den Pokal mit nach Hause nehmen.

Für die vielen Kinder reisten unzählige Trainer, Helfer und Kampfrichter mit, ohne die ein solches Turnfest undenkbar ist. An dieser Stelle gilt es, ihnen ein herzliches Dankeschön aus-

zusprechen, denn ihre Unterstützung im Vorfeld und über das gesamte Wochenende hinweg ist ehrenamtlich.

Am Sonntag waren dann die Jugendlichen und die Erwachsenen an der Reihe. Wegen des schlechten Wetters mussten die Wettkämpfe in die Halle verlegt werden. Der ausrichtende Verein gab sein Bestes, um dies mit einem großen Team aus Freiwilligen zu ermöglichen. Da jedoch nun auf kleinstem Raum unzählige Wettkämpfe ausgetragen werden mussten und zusätzlich die Technik streikte, wurde auch der Sonntag zu einem unerwartet langen Wettkampf. Für Lars Peter, der am Vortag noch als Trainer auf dem Feld stand und nun als einziger Teilnehmer der TGH antrat, lohnte sich der Aufwand am Ende trotzdem, denn er holte sich im Kür-Wettkampf den ersten Platz.

Ansprechpartner Turnen:
Miriam Wolff
turnen@tg-hanau.de



tgh_oldies aktuell auch im Turngau Offenbach-Hanau auf Platz 2

Am 26. Mai traten die Turn-Seniorinnen der TGH in Hausen beim Gau-Mannschaftspokal an.

In den letzten zwei Jahren konnten sich die Turnerinnen der TG Hanau den Pokal der Leistungsklasse LK 3 sichern. In diesem Jahr traten sie jedoch in der höchsten der ausgeschriebenen Leistungsklassen, der LK 2, an. In einem starken Teilnehmerfeld mit fünf Mannschaften konnten sich die Turnerinnen gut behaupten.

Trotz des großen Altersunterschiedes entschieden die Oldies am Sprung, Schwebebalken und Boden den Wettkampf für sich. Am Stufenbarren gab es viele Ungereimtheiten in den Wertungen der Kampfrichter. Da im Nachgang keine Beschwerden mehr bei der Wettkampfleitung eingereicht werden konnten, mussten sich die Turnerinnen der TGH mit dem zweiten Platz am Stufenbarren

und somit auch in der Gesamtwertung zufrieden geben.

Die Turnerinnen der Oldies, Miriam Wolff, Luisa Schmidt, Liane Herzig, Laura Wehrkamp und Luisa Stellwag, erreichten in den Einzelwertungen an den Geräten dreimal Platz 1, zweimal Platz 2 und einmal Platz 3 des gesamten Wettkampfes.

Begleitet wurden die Turnerinnen von Juliana Neumann, die in den Landesliga-Wettkämpfen Teil der Mannschaft ist. Außerdem wurden sie von Isabel Martin Rosa überrascht, die für den Wettkampf aus Spanien angereist war, um ihre Mannschaft zu unterstützen.

Am 23. Juni wird die finale Runde der Pokalwettkämpfe ausgetragen. Die Oldies hoffen hier auf fairere Wertungen der Kampfrichter an allen Geräten und damit auch auf eine weitere Verbesserung ihrer Platzierung.



Da der Vorsprung zu den nächsten Plätzen jedoch groß genug ist, können die Turnerinnen bereits jetzt auf den Qualifikationwettkampf für die Hessischen Meisterschaften hoffen.

Erst den Ring, dann den Wettkampf gerockt

Die tgh_oldies Turnerinnen starteten am 23. Juni in das Finale der Gaupokal-Wettkämpfe.

Zwei Wochen zuvor sollten die Turnerinnen eigentlich in der heißen Phase der Wettkampfvorbereitung stecken. Diese haben sie jedoch für fünf Tage

unterbrochen, um beim Festival am Nürburgring zu rocken. Ob auf dem Campingplatz oder auf dem Konzergelände, die Turnerinnen haben mit ihren Handständen für Aufsehen gesorgt!

Die Trainingspause hat ihrer Leistung für den Wettkampf aber keinen Abbruch getan. Beunruhigend war jedoch, dass Luisa Schmidt, Miriam Wolff und Annika Hollerbach mit Verletzungen zu kämpfen hatten, und Laura Wehrkamp wegen einer Reise nicht pünktlich zum Wettkampfbeginn vor Ort sein konnte. Miriam musste sogar bereits beim Aufwärmen wegen zu großer Schmerzen aufgeben. Dank Liane Herzig und Luisa Stellwag starteten die Oldies am Sprung trotzdem mit guten Punkten in den Wettkampf. Kurz vor dem Antritt am Stufenbarren konnte auch Laura dazustoßen und so gut wie nicht auf-



gewärmt die Mannschaft endlich unterstützen.

Am Barren wurden erstmals drei Übungen mit sogenannten Flugelementen von den Oldies gezeigt, die nicht nur mehr Punkte gaben, sondern auch ein deutlich höheres Risiko darstellten. Zu ihrer Freude glückten alle Übungen, und das Gesamtergebnis konnte um vier Punkte verbessert werden.

Nachdem auch Schwebebalken und Boden ohne große Fehler gezeigt werden konnten, haben die tgh_oldies ihren zweiten Platz der Vorrunde beibehalten und sind somit für den Regionallentscheid Ende September qualifiziert.

Ansprechpartner Turnen:
Miriam Wolff
turnen@tg-hanau.de



tgh_oldies – Gewinner der Herzen – turnen sich ins Finale



Am 7. Juli starteten die Turnerinnen der TG Hanau im letzten Wettkampf vor der Sommerpause. Geturnt wurde in der Landesliga V Süd in Wiesseck.

Als Zweitplatzierte der Vorrunde, jedoch mit sehr knappen Abständen zu den anderen Mannschaften, gingen die Oldies in den Wettbewerb. Nach tollen Übungen am Stufenbarren konnten sie das Gerät als beste Mannschaft abschließen. Am Schwebebalken zerschellten dann jedoch sämtliche Hoffnungen. Nach ungewöhnlich vielen Pannen und beschämenden Wertungen ärgerten sich die TGHlerinnen zunächst über sich selbst, konnten jedoch die Situation schnell mit Humor nehmen. Am Boden glänzten sie dann doch noch mit den höchsten Wertungen des

Tages, und auch am Sprung machten sie trotz ungewohnter Sprungbretter und sehr weicher Landematten einige Punkte gut.

Während die Mannschaften auf die Siegerehrung warteten, wurde bereits mit den Gegnerinnen auf einen verletzungsfreien Wettkampf angestoßen und neue Freundschaften geknüpft. Zur Siegerehrung konnten sich die Oldies unerwarteterweise über den zweiten Platz in der Tageswertung und insgesamt den dritten Tabellenplatz freuen.

Somit geht es für sie im Oktober nach Hofheim zum Aufstiegsfinale der Landesliga V. Verabschiedet wurden sie von den Gegnerinnen mit dem Satz: „Ihr seid zwar nicht Tagessieger geworden, aber auf jeden Fall Sieger der Herzen!“

tgh_oldies turnen ihr Come Back in der Landesliga

Zuletzt sind die Turnerinnen der TG Hanau 2020 in der Landesliga gestartet. Seitdem hat sich neben der Pandemie auch sonst viel getan, weshalb die Liga-Pause länger wurde. Nun schätzen sich die tgh_oldies glücklich, nach zwei Schwangerschaften und einer Hochzeit wieder in guter Form an der Landesliga teilnehmen zu können.

Aufgrund des damaligen Ausstiegs mussten die TGH Turnerinnen in diesem Jahr wieder ganz unten in der



Landesliga V Süd starten. Als älteste Mannschaft bewiesen jedoch die TGHlerinnen, dass sie immer noch Leistung zeigen können. Einige ihrer Gegnerinnen waren teilweise sogar bis zu 25 Jahre jünger.

Der Wettkampf begann für die Mädels am Sprung. Mit zufriedenstellenden Wertungen konnten sie danach zum Stufenbarren wechseln. Hier präsentierten sie saubere Übungen, über die Wertungen der Kampfrichter gab es jedoch viel zu diskutieren. Um am Schwebebalken turnen zu können, mussten die Oldies knapp zwei Stunden warten, und dann lief schief, was nur schief laufen konnte. Ein Sturz nach dem anderen vom Gerät kostete viele Punkte. Viele Verbindungen und Anforderungen wurden daher nicht anerkannt, was die Ausgangswertungen nochmal runter zog. Zusätzlich hatte das Kampfgericht beim Werten einen Fehler gemacht, den die Turnerinnen

zur Sprache brachten. Immerhin konnten so am Schluss nochmal 0,2 Punkte gutgeschrieben werden. Am letzten Gerät, dem Boden, glänzten die Oldies dann wieder mit Höchstwertungen.

Nach fünf Stunden Wettkampf fiel wieder einmal auf, dass die Oldies eine unverwechselbare Mannschaft sind. In jedem Wettkampf sorgen sie für mehr Gemeinschaftsgefühl als Konkurrenzverhalten unter den gegnerischen Mannschaften. So wird sich gegenseitig angefeuert und mitgefiebert. Denn alle nehmen aus demselben Grund teil: Sie lieben das Turnen! Geteilt haben die Oldies am Schluss nicht nur Freude und Trauer mit den anderen Teilnehmerinnen, sondern auch den tollen zweiten Platz mit dem SV Dreieichenhain.

Ansprechpartner Turnen:
Miriam Wolff
turnen@tg-hanau.de



Erfolgreicher Abschluss: Elf Ju-Jutsuka erwerben das DJJV-Sportabzeichen



Am 13. Mai war es soweit! Die Spannung war spürbar, als elf Ju-Jutsuka erstmals das Sportabzeichen des deutschen Ju-Jitsu Verbands erwarben. Vorangegangen waren zahlreiche Trainingseinheiten der Ju-Jitsu Erwachsenengruppe unter Anleitung von Markus Kircher (Trainer), der alle optimal und abwechslungsreich auf die Anforderungen vorbereitet hatte.

Dementsprechend motiviert und fit trafen alle pünktlich zum großen Finalabend im DoJo der Hessen-Homburg-Sporthalle ein, um die Anforderungen, die nach Altersstufen gestaffelt sind, zu erfüllen. Es galt, Leistungen innerhalb vorgegebener Zeit/Anzahl in verschiedenen Disziplinen zu erbringen, darunter Pratzen/Schlagpolster Ausdauer, Wurfausdauer und Verkettungen zum Beweis der koordinativen Fähigkeiten. Außerdem mussten Mindestanzahlen an Atemtechniken mit dem Bein gezeigt werden, die auf einem Bein auf einem Schlagpolster stehend ausgeführt werden mussten, ohne das Gleichgewicht zu verlieren,

den Fuß abzusetzen oder die Standfläche zu verlassen. Im Weiteren zeigten alle Teilnehmenden eine freie Darstellung aus mindestens fünf Ju-Jitsu Kombinationen sowie eine freie Auseinandersetzung im Bodenrandori.

Die erforderlichen Ausdauer-, Gleichgewichts-, Kreativitäts- und Konzentrationsübungen wurden von den Trainern Markus Kircher und Cem Eren Kumlu überwacht und gewertet. So konnten auch die Trainer selbst teilnehmen, da sie sich gegenseitig bewerteten. Erfreulicherweise überzeugten alle Teilnehmenden mit ihren Leistungen und erhielten das DJJV-Sportabzeichen in Bronze.

„Ich bin unglaublich glücklich, dass die Aktion so gut ankam und alle haben super mitgezogen. Das Sportabzeichen war eine tolle Abwechslung im Trainingsalltag“, betonte Trainer Markus Kircher.

Auch die Gruppe ist sich einig, dass dieser Erfolg im nächsten Jahr wiederholt werden soll! Über Ju-Jitsu:

Ju-Jitsu entstand in den 1960er und 1970er Jahren in Deutschland. Kampfkunstexperten kombinierten Elemente aus verschiedenen Kampfkünsten wie Ju-Jitsu, Judo und Karate, um ein effektives Selbstverteidigungssystem für moderne Bedrohungen zu schaffen. Der Fokus lag auf natürlichen Bewegungen und physikalischen Prinzipien, um effiziente Verteidigungstechniken zu entwickeln. Das Ergebnis war das Deutsche Ju-Jitsu, das sich als vielseitige und moderne Kampfkunst etablierte und stetig weiterentwickelt. Deshalb spricht man auch davon, dass die Ju-Jutsuka die Zehnkämpfer fernöstlich tradierter Sportarten sind.

Hast Du Interesse Ju-Jitsu selbst auszuprobieren? Einfach zu einem Schnuppertraining per Mail „ju-jitsu@tg-hanau.de“ anmelden.

Bericht: Kerstin Engel
Fotos: Markus Kircher

Ansprechpartner Ju-Jitsu:
Silke Loscher
kampfsport@tg-hanau.de



Veranstaltungen – immer gut informiert!

TGH immer aktiv! Hier findet Ihr eine Vorschau auf die aktuellen TGH Veranstaltungen im Überblick. Einfach mal vorbeischaun. Es lohnt sich!

TGH VERANSTALTUNGEN 2024

OKT.	12. Senioren Oktoberfest	Sportcampus-Cafeteria
	31. Halloween Turnier Bogensport	Sportcampus
NOV.	01. Halloween Turnier Bogensport	Sportcampus
	17. TGH Sportschau	August-Schärttner-Halle
DEZ.	07. Weihnachtsbaumverkauf, Tombola, Weihnachtsmarkt	Parkplatz Sportcampus
	14. Hapkido Gürtelprüfung	Sportcampus
	20. Traditionelles Weihnachtskugelschießen Bogensport	Sportcampus

Bitte beachten: Termine können sich jederzeit ändern! Alle Angaben ohne Gewähr.

Info und Anmeldung: TG Hanau, Philipp-August-Schleißner-Weg 4, 63452 Hanau, Tel. 0 61 81.131 22



Tue Gutes und sprich darüber. Die TGH sagt Danke für die Spenden und die Unterstützung des Vereins.

Privatpersonen

■ Klaus Jacob

Firmen

■ Sparkassen Sportstiftung



Wir sagen herzlichen Glückwunsch

und gratulieren nachträglich zum Geburtstag:

24.06. Gerlinde Erbe 85 Jahre

25.07. Gerhard Löffler ... 80 Jahre

09.08. Ilse Zeiger 90 Jahre

17.08. Heidi Ahner 82 Jahre

24.08. Hans Burster 86 Jahre

27.08. Inge Knebel 83 Jahre

27.08. Bernhard Klein ... 86 Jahre

12.09. Rudolf Bauer 84 Jahre

Möchten Sie Ihren Namen hier auch veröffentlicht wissen? Dann schreiben Sie uns und erteilen Sie uns Ihr Einverständnis.

VORANKÜNDIGUNG

BEITRAGS-EINZUG

Die Beitragseinzüge per SEPA-Lastschrift-Mandat erfolgen unter Gläubiger-ID:

DE34TGH00000525776

**am ersten Banktag
im Januar, April, Juli,
und Oktober 2024**

IMPRESSUM

Heft 3 – Sept./Okt. 2024 –
69. Jahrgang

Der 37er – Vereinsmagazin der
Turngemeinde 1837 Hanau a. V.
Philipp-August-Schleißner-Weg 4
63452 Hanau

www.tg-hanau.de

Telefon: 0 61 81.1 31 22

Telefax: 0 61 81.18 14 59

E-Mail: info@tg-hanau.de

Bankverbindung:

Sparkasse Hanau IBAN:
DE41 5065 0023 0000 0302 62
BIC: HELADEF1HAN

Spendenkonto:

Sparkasse Hanau IBAN:
DE63 5065 0023 0000 0882 60
BIC: HELADEF1HAN

DRUCK: DruckPunkt GmbH
Hauptstraße 218b, 63768 Hösbach

REDAKTION:
Maria Müller
und der Vorstand der TGH

Buchen Sie jetzt erfolgsversprechende Anzeigen im TGH Sportmagazin!

Es lohnt sich und Sie unterstützen einen Verein.

Alle Fragen zu Anzeigen, Formaten, Preisen und Erscheinungsweise beantwortet gerne:

Anzeigen-Verkauf

Telefon: 0 61 81.1 31 22

E-Mail: info@tg-hanau.de



REDAKTIONS-SCHLUSS

TGH MAGAZIN HEFT 4-2024

04.11.2024

Bis zu diesem Termin müssen in der Geschäftsstelle alle nötigen Texte, Bilder, Vorlagen und Anzeigen eingegangen sein.

Ansprechpartner:

Maria Müller
Telefon: 0 61 81.1 31 22
Email: maria.mueller@tg-hanau.de

Einlass ab
14:30 Uhr

Sonntag
17.11.
15:00 Uhr
Eintritt frei!

Spaß
für die ganze
Familie

Sportliches
Show-
Programm

präsentiert von

Take27
Werbeagentur

Großes
Kuchen-
buffet



TG HANAU

überraschend vielseitig

www.tg-hanau.de