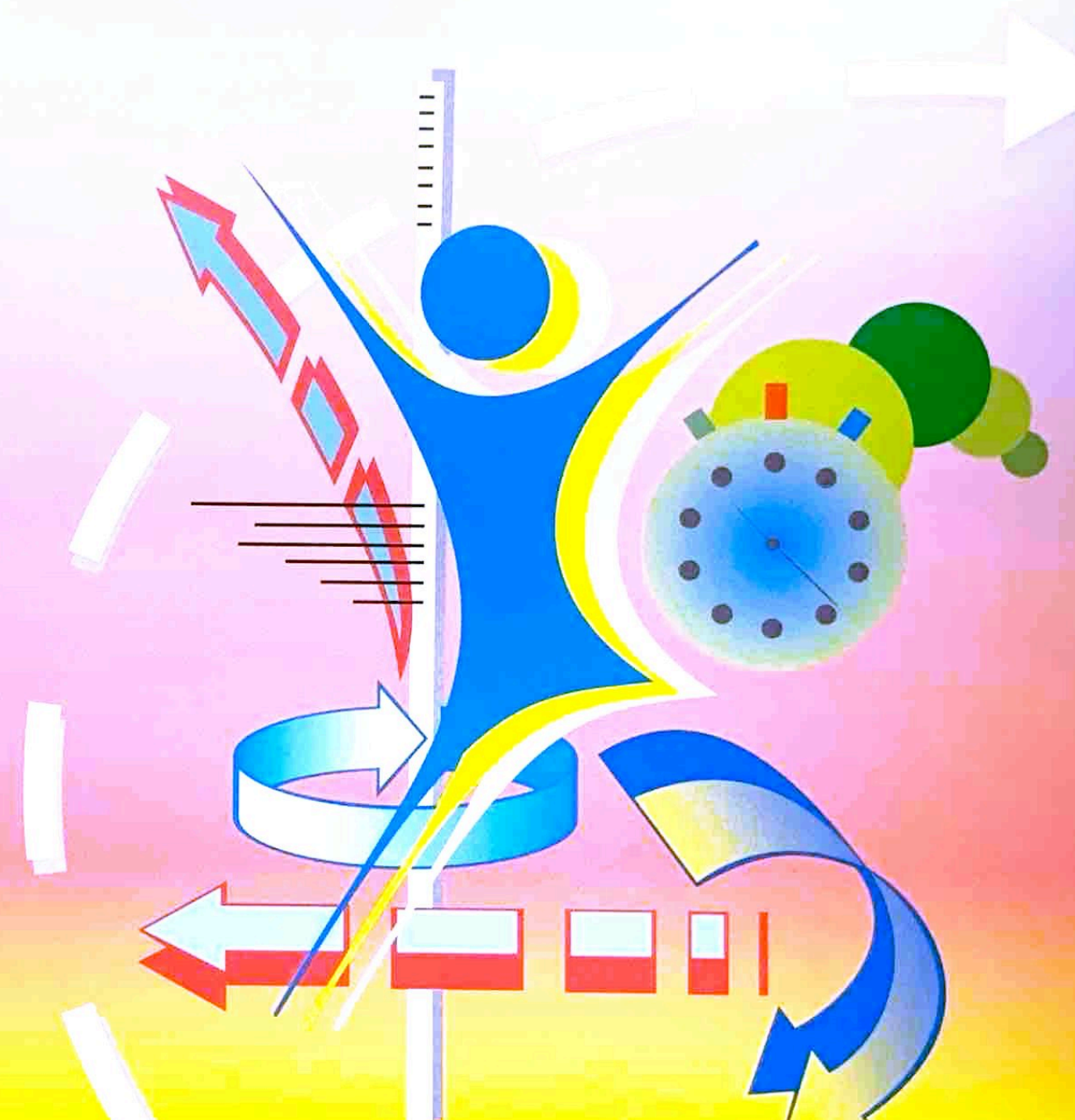




TG

TG-Vereinszeitschrift

Heft 1/Januar '99

SPORTPARK

Bürstenlose Fahrzeugwäsche
mit Motor- und Unterbodenwäsche
schnell • schonend • sauber



waschen + pflegen + saugen

Jetzt: 7 - 22 Uhr



SB Auto-Waschtreff
Werner

Konzerbrück • 54329 Konz

SB-Waschtreff
Autohaus Werner

54439 Saarburg • Tel. 0 65 81/9 16 50
Tel. 0 65 01/1 60 08

Für alle Aktiven die ideale Anlaufstation

Für Sport-Ausrüstungen und Sportbekleidung

Sport Simons
- an der Basilika -

54290 TRIER • KONSTANTINSTRASSE • TELEFON (06 51) 7 58 79



**Wann erlebt der Keller seinen
zweiten Frühling?**



erdgas

Alte Heizkessel im Keller: Sie verschwenden Platz und Energie und belasten die Umwelt zu sehr. Darum ist die Zeit reif für ein umweltschonendes, energiesparendes Gasgerät. Es findet fast überall sein Plätzchen, nicht nur im Keller. Der blüht dann auf – wie unsere Umwelt.

Erneuern Sie Ihren Heizkessel, wenn er älter als zehn Jahre ist.



STADTWERKE
SWT TRIER GmbH

Ihr Partner in allen Energiefragen

winfried
raum

porn
ausstattermeister

54329 konz.
karthäuser straße 61,
tel. (0 65 01) 39 98
fax (0 65 01) 41 76

Ihr Fachmann für:

Gardinen-Sonnenschutz-Bodenbeläge

Aufarbeiten u. Neubezug von
Polstermöbel.

Anfertigen u. ändern von Gardinen
u. Dekorationen im eigenen Atelier.

Anruf genügt,

wir messen aus, beraten Sie,

auch nach 18 Uhr,

erstellen ein kostenloses
Angebot.



Wir wollen, daß Sie rundum zufrieden sind...

...denn vorher sind wir mit uns nicht zufrieden

MOBEL MARTIN

Am Moselufer 7 (An der B51)
Tel.: 0 65 01 / 9 61-0

Konz



Die TG

Inhalt Seite

VORSTAND / GESCHÄFTSSTELLE / DIE TG

Vorstand der TG Konz	2
Impressum	2
Liebe Mitglieder, liebe Sportfreunde!	2
Einladung zur Mitgliederversammlung	3
Bilanz 1998	4
Neue Kurse bei der TG Konz	5
Super TG Fete für Ehrenamtliche und Übungsleiter	6
Personelles • Vereinsarbeit	7
So landen Sie im richtigen Kurs	35
Fitness - eine Frage des Alters?	36

BASKETBALL

Damen Abstiegskampf • Herren II: Der Klassenerhalt ist gesichert	8
Beim Einstand wacker geschlagen!	10

BOGENSPORT

Bezirksmeisterschaften 1999 eröffnet	11
Nachlese zur ausgelaufenen Saison	12
Dirk Nober holt sich souverän den Titel	14

BREITENSORT

4. Aerobic-Marathon am 28. November 1998	15
--	----

KARATE

Eifelpokal 1998 in Mayen	
--------------------------	--

LEICHTATHLETIK/LAUFTREFF

LEICHTATHLETIK:	
LVR-Bestenliste 1998	21-22
Rheinland-Pfalz-Meisterschaften: Gregg Vizemeister über 60 m!	24
Bezirks-Crossmeisterschaften in Trier	26
LAUFTREFF	
Lange Trainingseinheit • TG Lauftreff in neuem Outfit	26

SCHWIMMEN

Aktuelles in Kürze	27-29
--------------------	-------

TISCHTENNIS

Tischtennisspielerin Heike Hartmann auf den Spuren von B.B. • Heike Hartmann Rheinlandmeisterin • "Studendeköpp" messen	30
TG-ler mischen bei Tischtennis-Bezirksmeisterschaften gut mit	32

TURNEN

Weihnachtsfeier 1998	33
----------------------	----

TANZSPORT

Winterfest 1998 • Termine 1999	34
--------------------------------	----

MITTELTEIL: Übungsplan

Liebe Mitglieder und Sportfreunde!

Nach einigen ereignisreichen Wochen im Neuen Jahr 1999, kurz vor der Jahrtausendwende, sind wir in der Lage, eine durchaus positive Bilanz des vergangenen Jahres zu ziehen.

Wie schon in Heft 4/98 angedeutet, erholt sich der Finanzbereich ganz allmählich. Hier müssen wir vor allen Dingen den Abteilungsleitern und den Abteilungsvorständen ein großes Lob zollen. Durch ihre gute Haushaltsführung sowie durch viele einschneidende Maßnahmen des neuen Vorstandes konnten wir in vielen Bereichen positive Ergebnisse erzielen.

Trotzdem gibt diese erstmalige Beruhigung der Finanzen keinerlei Anlaß zu euphorischen Ausgaben bzw. Investitionen.

Alle Abteilungsleiter haben von uns ihre Mittelzuweisung für das Jahr 1999 erhalten. Diese Summe ist absolut bindend und darf nicht überschritten werden.

Auch in den Haushaltsbereichen des Hauptvereins gilt die Direktive "sinnvolles Sparen", wobei notwendige Investitionen nicht außer Acht gelassen werden dürfen. Dies betrifft insbesondere unsere alte PC-Anlage. Die neuen Programme der Sparkasse nehmen ein solches Volumen ein, daß die Geschäftsstelle nicht mehr arbeitsfähig wäre. Hier muß dringend Abhilfe geschaffen werden.

TG Bistro

Ein neuer Vertrag mit Ingrid Kern sowie neue Öffnungszeiten, Sportevents über Premiere-

decoder stellen die Änderungen im Bereich des TG Bistro dar. Inwieweit auch die reduzierten Preise für nichtalkoholische Getränke und Bier weitere Kundschaft ins Bistro locken, muß abgewartet werden. Jedenfalls werden auch weiterhin die Topspiele der Bundesliga und der Champions League als "Happy-Hour Zeit" festgelegt.

Für die Abteilungen gilt natürlich folgende Devise: Gestalten wir das Ergebnis der Gaststätte wesentlich positiver als in den letzten Jahren, so profitieren auch die Abteilungen von diesen verbesserten Umsätzen.

1. Übungsleiter- Abteilungsleiter-Fete im TG Sportpark

Endlich ist es vollbracht. Ca. 120 Funktionäre und Übungsleiter feierten in einer gemütlichen Atmosphäre in der Gymnastikhalle des TG Sportpark. Diese äußerst positive Resonanz unserer vielen ehrenamtlichen Helfer hat uns von dieser Maßnahme absolut überzeugt. Wir werden auch im nächsten Januar eine solch gemütliche Zusammenkunft durchführen.

Weitere Informationen und Eindrücke im Heftinnern.

Bilanz 1998 - Generalversammlung

Die Bilanz des Jahres 1998 wird erstmalig seit einigen Jahren von schwarzen Zahlen bestimmt. Diese schwarzen Zahlen basieren vor allen Dingen auf einen einmaligen freiwilligen Gehaltsverzicht der hauptamtlichen Mitarbeiter.

Auch haben wir 1998 auf fast alle investiven Maßnahmen verzichtet, um eine genaue

Übersicht der finanziellen Möglichkeiten zu erhalten.

Weiterhin wurden alle Finanzbereiche genauestens überprüft und beobachtet, so daß mögliche finanzielle Auswüchse sofort angegangen werden konnten. Ein äußerst positiver Faktor war das Einhalten der Budgets der Abteilungen. Hier möchten wir uns nochmals recht herzlich bei unseren ehrenamtlichen Mitarbeitern bedanken.

Am Freitag, den 26. März 1999 um 19.00 Uhr, findet unsere 1. Generalversammlung statt. Wir werden diese Versammlung im TG Sportpark abhalten. Alle Mitglieder sind natürlich herzlich zu dieser Veranstaltung eingeladen.

Leider ist Herr Gruchey, unser Finanzbuchhalter, an der Sitzung nicht anwesend. Sollten differenzierte Fragen von Mitgliedern gestellt werden, besteht die Möglichkeit eines separaten Termines mit Herrn Gruchey.

Veranstaltungen des Gesamtvereins

Neben den zahlreichen Einzelveranstaltungen der jeweiligen Abteilungen richten wir, in Zusammenarbeit mit der VG Konz, das Landesjugendsportfest 1999 aus. Diese große Veranstaltung findet am Freitag, den 17. September 1999 im gesamten Schul- und Sportzentrum statt. Von 19.00 - 20.30 Uhr führen wir eine große Sportshow durch, die teilweise auch von unseren Gruppen gestaltet wird.

Weiterhin suchen wir noch Interessenten (Fußgruppen), die beim 50 jährigen Jubiläum des Heimat- und Weinfestes mitmachen.

Marlies, Werner, Burkhard

Vorstand TG

Geschäftsführender Vorstand

Ehrenvorsitzender:

Walfried Heinz,
Postfach 1151, 54321 Konz
(06501) 83-132 (dienstl.)
(0651) 29158 (privat)

Vorsitzender:

Werner Schulz
(06501) 2061

Stellvertr. Vorsitzender:

Burkhard Disch
(06501) 2061

Stellvertr. Vorsitzende:

Marlies Frick
(06501) 2061

Sportlicher Leiter:

Werner Schulz,
(06501) 2061 (dienstl.)

Außerdem gehören dem Gesamtvorstand an:
Jugendwart:
zur Zeit nicht besetzt

Vertreter für Verwaltungs- und Rechtsangelegenheiten:

Willi Bartholome,
Möwenweg 3, 54329 Konz
(06501) 3044

Frauenbeauftragte:

Elvira Philippi
Sebastianusstr. 6, 54329 Konz
(06501) 5313

Geschäftsstelle:

Helga Reinsbach,
(06501) 2061/2062

Studio:

Werner Schulz,
(06501) 2061
Marlies Frick,
Am Sprung 18, 54329 Konz
(06501) 2061
Burkhard Disch
(06501) 2061

TG Sportpark, Schul- und Sportzentrum,
54329 Konz
(06501) 2061 • Fax (06501) 6331

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo., Di., Mi. und Fr.: 9.00-12.00 Uhr
Do.: 17.00-20.00

Impressum:

Herausgeber:

Der Vorstand der
Turngemeinde Konz 1885 e.V.,
Hermann-Reinholz-Straße, 54329 Konz

Redaktion:

Vorstand und Abteilungsleiter
Anzeigenverwaltung:

Schommer
Granstr. 96, 54329 Konz
Druck: Paulinus Druckerei GmbH, Trier
Auflage und Erscheinungsweise:
2200 Exemplare/Vierteljährlich

Der Bezugspreis ist mit dem Mitgliedsbeitrag abgegolten.

Einladung

zur Mitgliederversammlung
der Turngemeinde Konz
1885 e.V.

am Freitag, 26. März 1999,
19.00 Uhr, im TG Sportpark
(Schul- und Sportzentrum)
in Konz

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kinder und Jugendliche,
wir laden Sie, unsere Mitglieder, hiermit alle zu unserer Mitgliederversammlung 1999 ein. Für zahlreiches Erscheinen wären wir dankbar. Auch Gäste sind uns sehr willkommen.

TAGESORDNUNG

- 1.) Eröffnung und Begrüßung
- 2.) Berichte des Vorstandes
- 3.) Geschäfts- und Kassenberichte für 1998
- 4.) Berichte des Kassenprüfers für 1998
- 5.) Aussprache über die Berichte 2. bis 4.
- 6.) Ehrung für langjährige Mitgliedschaft
- 7.) Wahl eines 2. Kassenprüfers
- 8.) Sonstige Anträge
- 9.) Verschiedenes

gez. Werner Schulz, Vorsitzender

Allgemeine Hinweise:

Alle Mitglieder der Turngemeinde Konz können an der Generalversammlung teilnehmen. Stimmberechtigt sind die Mitglieder ab vollendetem 16. Lebensjahr. Bitte Mitgliedsausweise zur Feststellung des Stimmrechts mitbringen. Mitglieder, die erst in den letzten Tagen vor der Mitgliederversammlung dem Verein beigetreten sind und noch keinen Ausweis besitzen, sind selbstverständlich ebenfalls stimmberechtigt. Diese Mitglieder mögen sich bitte am Eingang des Versammlungsraumes melden. Beim Betreten des Sitzungsraumes tragen Sie sich bitte in dort offenliegende Anwesenheitslisten ein. Die Einladung in diesem Heft, das jeder Familie nur einfach zugeht, gilt für alle Mitglieder der TG Konz.

Erläuterungen zur Tagesordnung

Zu 2. bis 4.) Diese Berichte werden in der Mitgliederversammlung mündlich vorgetragen. Eine Kurzfassung des Jahresabschlusses 1998 ist in diesem Heft enthalten.

Zu 6.) Hier werden wir langjährige Mitglieder der TG für ihre Vereinstreue ehren.

Zu 7.) Da es in unserer letzten Mitgliederversammlung am 10.7.98 nur zur Wahl eines Kassenprüfers kam, werden wir einen 2. Kassenprüfer wählen müssen.

Zu 8.) Über sonstige Anträge kann in der Mitgliederversammlung nur abgestimmt werden, wenn diese Anträge mindestens eine Woche vor der Versammlung schriftlich beim

Vorsitzenden oder in der Geschäftsstelle eingegangen sind und der Gesamtvorstand die Aufnahme in die Tagesordnung beschlossen hat. (§ 10 Ziff. 8 der Vereinssatzung).

Bezugnehmend auf den Beschluß der Mitgliederversammlung vom 28.6.1995 finden Sie auf der folgenden Seite das Ergebnis des Jahres 1998.

Wärmepumpe - die Sonnenheizung: Vorteile, die Sie nutzen sollten



- Geringe Heizkosten
- Zuverlässiger Betrieb
- Nutzung von Sonnenwärme
- CO₂-Reduktion
- Einfache, kostengünstige Installation
- Förderung durch uns mit bis zu 2000 DM

Lassen Sie sich von uns über die vielen Vorteile, auch für Ihr Haus, beraten

Unsere Fachberater Rainer Pütz (0651) 812-2289
und Klaus Heinen (0651) 812-2493
beraten Sie gerne.

Eurener Straße 33
54294 Trier
Tel. (0651) 812-0

RWE Energie
Regionalversorgung Trier

Dank an alle Inserenten

Wir danken allen Inserenten in dieser und den folgenden Ausgaben unseres Vereinsheftes für die Unterstützung unserer Arbeit. Sie allein ermöglichen es uns durch Ihre Inserate, dieses Heft herauszugeben.

Die Zahl unserer Mitglieder und damit der Leser dieses Heftes ist weiter angestiegen, so daß die Inserate einen noch größeren Empfängerkreis als bisher erreichen.

Wir bitten alle Mitglieder, unsere Inserenten bei ihrem Einkauf zu berücksichtigen.

Ermittlung des Gesamtergebnisses der TG Konz in der Zeit vom 01.01.1998 - 31.12.1998

Einnahmen:	1998
Beiträge	536.432,32 DM
Aufnahmegebühren	90,00 DM
Spenden	10.917,50 DM
Zuschüsse	67.727,97 DM
Kursgebühren	9.728,20 DM
Eintrittsgelder	142,99 DM
Startgelder	6.319,50 DM
Erlöse Gaststätte	60.276,07 DM
TG Heft/ Bandenwerbung	47.183,47 DM
Erlöse Verein	46.198,15 DM
Erlöse Getränke Studio	5.539,40 DM
Erlöse Getränke Rollo fit	6.343,93 DM
Erlöse Sonnenbank	10.762,78 DM
Erlöse Vermietung	1.583,93 DM
Erlöse Sonstige	320,00 DM
Zinsen	3,07 DM
Sonstige Einnahmen	1.406,40 DM
	810.975,68 DM
Ausgaben:	1998
Übungsleiter/Gehälter/Aushilfen	354.410,87 DM
Ausbildungskosten	390,00 DM
Fahrt- und Reisekosten	23.773,00 DM
Büromaterial	4.146,69 DM
Rechts- und Beratungskosten	2.091,84 DM
Porto/Telefon	7.690,10 DM
Miete Einrichtung	1.620,60 DM
Strom/Wasser/Heizung	18.000,00 DM
Reparaturen , Reinigung	27.475,08 DM
Sonstige Raumkosten	1.458,75 DM
Beiträge an Verbände / SBR	7.366,09 DM
Nebenkosten Geldverkehr	2.348,21 DM
Sonstige Kosten	4.280,68 DM
Aufwand Wettkämpfe/Veranstaltungen	7.075,08 DM
Mitgliederzeitschrift/	23.576,41 DM
Wareneinkauf Gaststätte	21.392,65 DM
Wareneinkauf Studio	6.184,25 DM
Wareneinkauf Rollo fit	5.383,00 DM
Wareneinkauf Verein	25.994,93 DM
Personalkosten Gaststätte	2.029,31 DM
Provisionen Gaststätte	28.035,28 DM
Mieten	772,50 DM
Umsatzsteuer Eigennutzung Halle	2.768,85 DM
Aufwendungen Computer	519,26 DM
Zinsaufwendungen	61.704,77 DM
Geschenke, Abzeichen	2.736,07 DM
Abschreibung	25.810,00 DM
Versicherung	7.903,10 DM
Berufsgenossenschaft	14.000,00 DM
Zeitungen	372,72 DM
Betriebsbedarf	1.398,02 DM
Allgemeine Kosten Abteilungen	92.059,76 DM
Reparaturen Betriebs-u Geschäftsausst.	1.001,40 DM
Auszahlungen an Abteilungen	181,67 DM
Werbekosten	225,00 DM
Sonstige Abgaben	405,81 DM
	786.581,75 DM
Gesamtbilanz 1998	
Einnahmen	810.975,68 DM
Ausgaben	- 786.581,75 DM
	24.393,93 DM

Neue Kurse bei der TG Konz

TAI CHI CHUAN

Chinesische Gymnastik

Ein chinesischer Volkssport, der die sehr sanften und fließenden Bewegungen der TAI-CHI-Elemente und Figuren in ständigem Wechsel aneinanderreihet - ähnlich einem Tanz.

TAI CHI fördert die physische Stabilität, trägt zur besseren Streß- und Problembewältigung bei, verleiht mehr Ausgeglichenheit und ein besseres Körperbewußtsein.

TAI CHI ist für jede Altersgruppe geeignet.

TAI CHI weist den Weg, der zur Harmonie von Körper, Geist und Seele führt.

Es sind keine Vorkenntnisse, aber bequeme Kleidung nötig.

Leitung: Herr Griese
Freitags: 18.30 - 20.00 Uhr
TG Sportpark-Spiegelsaal

Stressbewältigung durch Entspannungsgymnastik (Die fünf Tibeter)

Harmonie von Geist und Körper

Diese Gymnastik setzt sich aus 5 Hatha-Yoga-Übungen zusammen, welche ganz langsam mit bewußtem Atemrhythmus ausgeführt werden. Durch die Übungen werden hohe positive Einflüsse erzielt auf

- Wirbelsäule (Elastizitätssteigerung und Blockadelösungen)
- Stoffwechsel und Zellen
- Figur (Straffung des ganzen Körpers und jugendliche Ausstrahlung)
- Abbau von nervöser Unruhe und depressiven Verstimmungen
- Immunsystem
- Herz-Kreislaufsystem

Leitung: Frau Mechthild Schneider
Montags: 18.00 - 19.00 Uhr
TG Sportpark-Seminarraum 3



Orthopädische Rückenschule für Erwachsene

Leitung: Frau Dagmar Erdmann, Krankengymnastin
Dienstags: 20.00 - 21.30 Uhr
TG Sportpark

Orthopädische Rückenschule für Kinder

Die durch die tägliche Belastung in der Schule auftretenden Rückenprobleme verursachen schon bei Kindern und Jugendlichen gravierende Schäden. In der Orthopädischen Rückenschule werden abwechslungsreiche Übungen zur Mobilisation und Kräftigung des Rumpfes angeboten.

Leitung: Frau Monika Meyer
Montags: 16.15 - 17.15 Uhr
Beginn: 12.04.1999
TG Sportpark

Lust am Haar?

Mit frechen Schnitten,
frischen Farben,
verspielten Locken
und einer fachlichen Beratung
sind Sie bei uns
genau richtig!!



Ecke Goethe-Schiller Str. • 54329 Konz • ☎ 0 65 01 21 38

Öffnungszeiten:

Di. + Mi. 9.00-18.00, Do. 9.00-20.00

Fr. 9.00-19.00, Sa. 8.00-14.00 Uhr

Neu in unserem Kursprogramm für alle Tanzbegeisterten !!!

Jazz-Tanz

Leitung: Herr Kostov
Ballettmeister
Dienstags: 18.45 - 20.15 Uhr

Die TG versucht noch an folgenden Terminen weitere Gruppen einzurichten:

Montags: 16.00 - 17.15 Uhr
für Jugendliche
Montags: 18.00 - 19.30 Uhr
für Erwachsene

Mitglieder der TG Konz bezahlen für die oben aufgeführten Kurse DM 60,- Nichtmitglieder DM 80,-. Die Kurse werden allgemein ausgeschrieben. Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

Nähere Informationen erhalten Sie unter Tel. TG Konz 06501/2061

Super TG Fete für Ehrenamtliche und Übungsleiter im TG Sportpark

Eine hoffentlich dauerhafte Veranstaltung wurde am 8.1.'99 geboren

Die erste Übungsleiter- und Helferfete im TG Sportpark war eine rundum gelungene Veranstaltung. Zu diesem Fest hatte der Vorstand alle Funktionäre, Übungsleiter und Helfer in den TG Sportpark eingeladen, um sich für die geleistete Arbeit und für das Vertrauen zur TG im vergangenen Jahr zu bedanken.

Als wichtigen Punkt in der Weiterentwicklung unseres Vereines sehen wir die Kommunikation untereinander. Zwischen Hauptamtlichen, Ehrenamtlichen und den Mitgliedern der TG muß eine ständige Kommunikation kreuz und quer möglich sein.

An diesem tollen Abend wurde Kommunikation bis spät in die Nacht betrieben. In gemütlicher Runde, bei bester Getränke- und Essensversorgung wurde an allen Tischen viel gelacht und geredet (siehe Bilder).

Herzlich bedanken wollen wir uns bei allen Helfern, allen Salat- und Kuchenspendern und vor allem unserer Köchin Ingrid, die an diesem Abend wieder einmal hervorragend für uns gekocht hat.

Wir würden uns freuen, wenn wir für das nächste Fest viele Anregungen bekommen würden, um diesen Abend noch besser zu gestalten.

Im Laufe dieser Veranstaltung wurde für die "Villa Kunterbunt" gesammelt. Es kam ein stolzes Sümmchen von insgesamt 450,00 DM zusammen, das dann auch entsprechend weitergeleitet wurde.

Recht herzlichen Dank an alle Spender!

Bilder, die die Kommunikation

im Verein bestätigen



Auch Läufer trinken Wein und Bier
Aber alles in Maßen!



Rotweindrunde am Tresen mit Gunter, Volkmar,
Ingrid, Gundolf und Johannes

Ein gelungenes Treffen!

Für die Einladung zum Treffen der Übungsleiter und Helfer am 8. Jan. 1999 möchte ich es nicht versäumen, den Initiatoren für diesen gelungenen Abend von Herzen zu danken. Seit über 25 Jahren bin ich als Übungsleiterin für die "TG" tätig und habe dabei viele nette, gleichgesinnte Menschen kennen- und schätzen gelernt. Gerade deshalb habe ich es als etwas Wunderschönes empfunden, mit Menschen, mit denen man gemeinsam alter wird, in geloster Atmosphäre zusammen zu sein. An alle, die sich um diesen Abend mit Essen und Trinken bemüht haben, spreche ich meine hohe Anerkennung und Dank aus. Solche Treffen spornen an und dienen dem Gemeinschaftssinn eines Vereins.

Ise Fuchs



Unsere Damen wie immer gut gelaunt.
Und mitten drin Herr Gruchey mit seiner
Gattin (ganz links), der sich in
dieser Runde sichtlich
wohl fühlt.

Personelles

Wir gratulieren....

Herrn Hubert Piana zum 70. Geburtstag
am 11.1.99;

Frau Marika Koch zum 50. Geburtstag
am 5.3.99;

Frau Irma Wiczorek zum 60. Geburtstag
am 10.3.99;

Herrn Volker Hermann zum 50. Geburtstag
am 28.3.99.

Herzliche Glückwünsche
und alles Gute im neuen Lebensjahr!

VEREINSARBEIT



Wenige Mitglieder sorgen dafür, daß etwas geschieht,



einige Mitglieder reden stets energisch vom Mitmachen,



gar manche Mitglieder sehen zu, wie andere etwas tun,



und die überwältigende Mehrheit hat leider überhaupt
keine Ahnung, wieviel Arbeit für sie geleistet wird.

Café Wintergarten

Wußten Sie schon ?

daß wir neben unseren meisterhaften
Konditorspezialitäten auch eine große
Auswahl herzhafter Gerichte für die
Mittagszeit anbieten, z.B. verschiedene
Quiches, Suppen, belegte Baguettes,
Pastetchen, Gemüseteller, Hühnerfricassé
und vieles mehr.

Natürlich gilt auch hier unser Motto

“Wir freuen uns,
Sie verwöhnen zu dürfen!“

Aber das werden Sie selbst feststellen.

CAFÉ WINTERGARTEN

Inh. Faßbender GmbH & Co. KG Schillerstr. 37-39 54329 Konz

- Kein Ruhetag - Parkplatz für Kunden am Haus -





Damen im Abstiegskampf

Spannend geht es zur Zeit in der Landesliga Rheinland zu. Sowohl der TV Zell als auch die TG Konz konnten bisher den Klassenerhalt noch nicht sichern. Obwohl die Konzer gegen fast alle Mannschaften mithalten konnten, schafften sie es nicht, die wichtigen Spiele zu gewinnen. Gegen den direkten Mitkonkurrenten Trimmelter SV verlor man das Rückspiel und zwei sehr wichtige Punkte wanderten auf das Konto der Trierinnen. So wird der Abstiegskandidat zwischen Zell und Konz ausgemacht. Das direkte Aufeinandertreffen der beiden Mannschaften steht noch aus. Der Leistungsstand der Konzer spricht für einen Sieg. Halten sie dem Druck psychisch stand, wäre der Klassenerhalt gesichert.



Herren II: Der Klassenerhalt ist gesichert



Wir möchten Ihr Partner für's Büro sein!

BÜROPARTNER
R. Reincke H. Neibecker

Büromöbel - Bürotechnik

Beratung - Planung - Einrichtung - Vor-Ort-Service

Karthäuser Strasse 83
Telefon: 06501/998864

54329 Konz
Telefax: 06501/998828



Bierstraße
Getränkemarkt



**Konzerbrück 27 • direkt neben
neuer ALDI-Filiale**
54329 Konz • Telefon 0 65 01 / 9 96 83
**Bequemer Getränke-Einkauf
unterm Dach mit dem PKW
inkl. Kofferraum-Service**

*In harmonischer und entspannter Atmosphäre
pflegen wir Haut, Körper und Schönheit durch
fachgerechte Behandlung.*

*Medizinische Fußpflege und Behandlungen
mit ätherischen Ölen runden unser Angebot ab.*



Im Hause der Post • Am Markt 3 • 54329 Konz
Tel. 06501 600680



- laufende Unterhalts- und Glasreinigung
- Krankenhausreinigung und Desinfektion
- Industrie- und Fassadenreinigung
- Wasserschadensanierung

**GREISLER GEBÄUDE
SERVICE GMBH**

Bahnhofstraße 68 • 54338 Schweich
Tel.: 0 65 02 / 48 48 + 48 49
Fax: 0 65 02 / 79 09

Chinarestaurant „Peking“



Große und kleine Räumlichkeiten
für Familien-, Vereins- und Betriebsfeiern

Wir wünschen unseren Gästen ein frohes Osterfest
und bitten an diesen Tagen um Tischreservierung

Auf Ihren Besuch freut sich Familie Chan

Taglich geöffnet von 11.30 - 15.00 + von 17.30 - 24.00 Uhr
Saarstraße 1 • 54329 Konz • Tel. 0 65 01/ 28 29



Erich Weber GmbH
Bedachungen

Sabatierstraße 9 54329 Konz-Könen
Telefon 06501-2165 Telefax 06501-5836

Redaktionsschluss

für Heft 2/99
ist der
3. Mai 1999



Beim Einstand „wacker geschlagen“ !

(Bar) Beim 1. Miniturnier des Basketballbezirk Trier nahmen auch die „Youngster“ der TG Konz in der Besetzung William Kickert, Andrew Wiggins, Stefan Braun, Alexander Herget, Maximilian Bartholome und Philipp Schwarzenbart teil. Durch eine vor einigen Monaten erfolgte Neuaufstellung des Teams konnten die beiden Trainer Dieter Rose und Christian Reuter keine Wunder von ihren Schützlingen erwarten. Dies stellte sich zu Beginn der ersten Begegnung gegen den sowohl technisch als auch körperlich überlegenen Trimmelter SV besonders dramatisch dar. Erst in den letzten beiden Spielvierteln fanden die Konzer „Minis“ im Bereich der Verteidigung allmählich zusammen und ließen so manchen Angriff des zuvor fast störungsfrei agierenden Gegners ins Leere laufen. Für den Konzer Ehrentreffer sorgte William Kickert kurz vor Spielende. In der zweiten Begegnung gegen den TVG Trier setzte sich dieser Positivtrend fort, wobei die immer stärkere Verteidigung einige „Rebounds“ erkämpfte, die sowohl Kickert als auch Andrew Wiggins in Treffer umwandelten.

Neben der mangelnden Spielpraxis ist nach einhelliger Meinung der beiden Trainer auch die relativ schwach besetzte Reservebank der TG Konz ein Problem, dem dringend Abhilfe geschaffen werden muß. Aus diesem Grund können Interessierte jeden Mittwoch zwischen 16.00 - 17.30 Uhr in der Turnhalle der St. Nikolaus-Grundschule, Konz, an einem Probetraining teilnehmen.

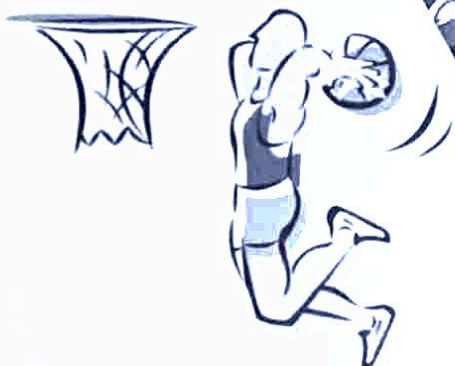
Fotos: A. Bartholome



Basketball - „Minis“ mit ihren Trainern



„Geranger“ um den Ball, Kickert (rechts) setzt nach



Geschäftspassage AM MARKT

KONZ-AM MARKT-17



TRIER-SIMEONSTR-17



Buchhandlung Kolibri

Inh. Angelika Hellwig

Maria Kasseböhmer

Am Markt 16 • 54329 Konz

Telefon 06501 99230 • Telefax 99231

IHR REISEBÜRO AM RATHAUS IN KONZ



Blue Sky Reisewelt

Tel. 0 6 5 0 1 / 9 9 2 6 6 • Fax 0 6 5 0 1 / 9 9 2 6 5

LBS

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause!

- **LBS-Bausparen: "Der Weg ins eigene Heim!"**
- **Machen Sie beim Sparen und Finanzieren doch einfach was Sie wollen!**
- **Der LBS-Vario richtet sich ganz nach Ihren Wünschen!**
- **Freie Wahl bei Zinsen, Zeiten und Renditen!**

Bezirksleiterin: Elfriede Ott

Tel: (0 65 01) 30 16 / FAX (0 65 01) 79 61
Marktplatz 15 - 54329 Konz



Abteilungsleiterin: Jutta Weyand
Beethovenstraße 29 • 54329 Konz
Tel. 0 65 01 / 51 70

BOGENSPORT

Bezirksmeisterschaften 1999 eröffnet

Ende November fanden die Bezirksmeisterschaften in der Saar-Mosel-Halle in Konz statt. Mit rund 80 Teilnehmern aus sieben Vereinen ist diese Meisterschaft am besten besetzt. So konnten auch diesmal spannende Wettkämpfe erwartet werden. Obwohl andere Vereine inzwischen leistungsmäßig auf die TG aufgeschlossen haben, setzte doch wieder ein Konzer Schütze das Highlight: Dirk Nober.

In seinem letzten Jahr in der Juniorenklasse schraubte er den von ihm selbst gehaltenen Bezirksrekord auf 579 Ringe. Damit ist er unumstritten weiterhin die Nummer Eins der Schützenrangliste im Bezirk. In der Schützenklasse reichten Norbert Speder, PSV Wengerohr, 547 Ringe zum Sieg. Der Konzer Martin Mischo belegte mit 534 Ringen Platz 3.

Weitere Plazierungen:

Ruth Mischor: 2. Platz Damenklasse
Dr. Manfred Dony: 1. Platz Alterklasse
Dr. Ursula Dony: 3. Platz
Damenaltersklasse
Gunther Scherf: 1. Platz Compound
Schützenklasse
Jens Nober: 3. Platz Compound
Schützenklasse

Boris Cammisar:	1. Platz Junioren B
Fabienne Reinert:	1. Platz Jugend w
Stephanie Müller:	2. Platz Jugend w
Ruben Cammisar:	1. Platz Schüler A
Kevin Gansen:	2. Platz Schüler A
Lars van Voixem:	3. Platz Schüler A

So waren diese Meisterschaften ein gelungener Einstieg in die Neue Saison.





Nachlese zur ausgelaufenen Saison

Recht erfolgreich konnten die TG-Schützen die vergangene Freiluftsaison beenden. Immer wieder waren sie für Überraschungen gut.

Kurz vor den Deutschen Meisterschaften ging man zur Vorbereitung nach Leichlingen. Dort fand wie jedes Jahr eine Doppel-Fita Runde statt, die besondere Anforderungen an Kondition und Konzentration stellte. An zwei Tagen nacheinander mußten 144 Pfeile auf 4 verschiedenen Entfernungen geschossen werden. Hier konnten sich alle Konzer Schützen durch gute Ergebnisse unter den ersten Drei platzieren. Herausragende Ergebnisse waren an diesem Wochenende die 1216 Ringe für Dirk Nober und 1172 Ringe für Manfred Dony. Sie ließen schon den ersten Tag zu einem Fest werden.

1.Tag

Dirk Nober: 1. Platz Junioren
Stephanie Müller: 2. Platz Jugend weiblich
Fabienne Reinert: 1. Platz Schüler A weiblich
Dr. Ursula Dony: 3. Platz
Damen-Alterklasse
Dr. Manfred Dony: 3. Platz Alterskasse
Mannschaftswertung
(Dirk Nober, Jens Nober, Manfred Dony):
3. Platz Schützenklasse

2. Tag

Dirk Nober: 1. Platz Junioren
Stephanie Müller: 3. Platz Jugend weiblich
Fabienne Reinert: 1. Platz Schüler A weiblich
Dr. Ursula Dony: 2. Platz
Damen-Alterklasse
Boris Cammisar: 2. Platz Jugend männlich
Mannschaftswertung
(Dirk Nober, Jens Nober, Manfred Dony):
3. Platz Schützenklasse

Im September fanden schließlich noch zwei bedeutende Ereignisse statt.

Bei den Deutschen Meisterschaften in Hamburg gab es wieder eine Überraschung. Mit 617 Ringen gewann Fabienne Reinert Bronze in der Schülerklasse A. So das Ende ihrer Schülerzeit feiern, davon träumt wohl jeder Nachwuchsschütze. Dirk Nober und Ruth Mischo konnten zwar keine Medaille mit nach Hause nehmen, konnten sich aber immerhin für das Finale der Besten qualifizieren.

Nach 10 Jahren Pause wurden im vergangenen Jahr zum ersten Mal wieder Rheinland-Pfalz-Meisterschaften ausgetragen. Ausrichter war der Pfälzer Schützenbund in Ludwigshafen. Auch dort präsentierten sich die TGler

von ihrer besten Seite. Für die große Sensation sorgte hier Erwin Brewer, der schon seit fünf Jahren als C-Trainer die erwachsenen Schützen im Training betreut. Er wollte es an diesem Tag genau wissen. Durch eine bravouröse Leistung von 587 Ringen setzte er sich an die Spitze des stark besetzten Feldes der Schützenklasse und nahm zum ersten Mal in seiner Schützenlaufbahn selbst einen Titel mit nach Hause. Herzlichen Glückwunsch!

Weitere Plazierungen:

Ruth Mischo: 2. Platz Damenklasse
Dr. Manfred Dony: 2. Platz Altersklasse
Dr. Ursula Dony: 3. Platz
Damenaltersklasse
Fabienne Reinert: 1. Platz Schüler A weiblich
Stephanie Müller: 2. Platz Jugend B weiblich
Dirk Nober: 2. Platz Junioren männlich

Die erfolgreichen
Schützen
in Leichlingen v.l.n.r.:
hinter:
Dirk Nober,
Jens Nober,
Dr. Manfred Dony,
Dr. Ursula Dony
Vorne: Boris Cammisar,
Stephanie Müller,
Fabienne Reinert

Fabienne Reinert,
3. Platz DM Fita
in Hamburg



Haus der
Blumen

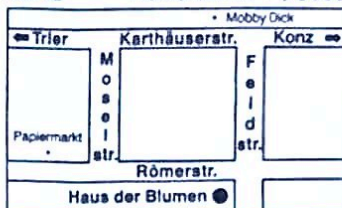


Kleinjohann

KONZ Römerstr. 45 • 06501/4251

Und so
finden
Sie uns:

Verkaufszeiten:
Do. + Fr.
9.30 - 18.00 Uhr
Sa.
9.00 - 13.00 Uhr



ESCH
E D S

Handel - Handwerk - Industrie

- Personal Computer
- Telefaxe
- Funktelefone
- Zubehör
- Beratung
- Schulung
- Service

Nikolausstr. 21 54329 KONZ

Telefon 06501-93610 Telefax 06501-936114



Bikes von
**CENTURION
STEVENS
SCOTT**

bei

Radsport Dietzen

Konstantinstraße 1 • 54329 Konz

Tel. 06501/3654

Montags geschlossen

Auslaufmodelle stark reduziert.



Geschäftsführer: Mario Reduch

Ihr Elektrofachgeschäft für:

- Hausgeräte-Kundendienst
- Elektroheizung
- SAT-Anlagen
- Planung u. Ausführung
- Elektroinstallationen
- Lichttechnik

54329 KONZ

Karthäuser Straße 81 (Ecke Moselstraße)

Telefon 0 65 01 / 2845 u. 59 36 • Fax 59 36

DIE Pizzeria in Konz

Wir liefern Ihnen die
gewohnt gute Qualität
auch zu Ihnen nach Hause



**Pinocchio -
Heimservice**
Rufen Sie an
06501/5058 & 998140
Fax 998141

Granastraße 90
Konz

Mittwochs Ruhetag
Alle Gerichte zum Mitnehmen

Tarkett

Schöne Böden

Tarkett GmbH & Co. KG Konz

Wir haben den richtigen Service für Sie.

- Sofort-Reparaturen
für alle Kfz-Typen
- Karosserie- und
Lackierarbeiten
- TÜV-Abnahme • AU
- 24-Std.-Abschleppdienst
- Waschanlage ab 4,90 DM



Ihr freundlicher OPEL-Partner

AUTOHAUS GREIF

Willingen • Telefon 06501/94880

OPEL

Ihr Glasspezialist GLAS BÄR

- Fachbetrieb für:**
- Reparaturverglasungen
 - Bleiverglasungen
 - Spiegel • Dachverglasungen
 - Schleifarbeiten
 - Isolierverglasungen
 - Ganzglasanlagen, Ganzglastüren
und Duschkabinen



54329 Konz • Karthäuserstraße 112
Tel. 0 65 01 / 58 07 • Fax 0 65 01 / 44 50
54295 Trier • Im Avelertal 60a
Tel. 06 51 / 1 38 77 • Fax 14 03 99



Dirk Nober holt sich souverain den Titel

Landesmeisterschaften
der Bogenschützen in Bottrop

Die besten Bogenschützen des Rheinischen Schützenbundes trafen sich am vergangenen Wochenende in Bottrop, um dort in den verschiedenen Klassen die Meister zu ermitteln, aber auch um durch gute Ergebnisse die Qualifikation zur Deutschen Meisterschaft in Berlin zu schaffen. Unter den rund 480 Teilnehmern waren auch die besten Schützen der TG Konz.

Schon bei den Bezirksmeisterschaften Ende des vergangenen Jahres zeigte sich der Konzer Dirk Nober in bestechender Form. Bei seinem Auftritt in Bottrop setzte er wieder Akzente durch seine hervorragenden Leistungen. Im Vorkampf setzte er sich mit 570 Ringen deutlich an die Spitze des Feldes. Während des Finalschießens, das über drei weitere Runden ging, schaltete er unter anderem im Halbfinale seinen in den vergangenen Jahren stärksten Kontrahenten Sebastian Kwiatkowski aus Oberhausen deutlich mit 116 zu 104 Ringen aus. Auch im Schießen um Platz eins ließ er Christoph Lindner vom BSV Essen keine Chance und sicherte sich mit 113 zu 109 Ringen den Titel der Juniorenklasse. Bemerkenswert ist hierbei,



dass auch in der Schützenklasse keiner der Teilnehmer die Leistung von Dirk Nober überbieten konnte.

Weitere gute Ergebnisse und Plazierungen konnten die Nachwuchsschützen der TG Konz erzielen: Stephanie Müller belegte in der Jugendklasse weiblich mit 518 Ringen den zweiten Platz und legte damit das Funda-

ment für die überraschende Bronzemedaille der Jugendmannschaft, setzte man doch neben Fabienne Reinert den Neuling Matthias Gondring ein. Auch die Schülermannschaft mit Ruben Cammisar, Kevin Gansen und Lars van Volxem konnte sich in ihrer Klasse durchsetzen und siegte mit 1294 Ringen deutlich vor Oberhausen (1072 Ringe).



Frank Busemann

Zehnkämpfer aus Recklinghausen

»Fairneß ist die Grundvoraussetzung in meinem Sport, der Leichtathletik. Fair bedeutet für mich aber auch, den hungernden Menschen dieser Welt nach besten Kräften zu helfen. Daher unterstütze ich die Arbeit der Deutschen Welthungerhilfe.«

**Spendenkonto
Sparkasse Bonn:1115**



DEUTSCHE WELTHUNGERHILFE

Adenauerallee 134 53113 Bonn • Tel.: 0228-2288-0

Ich bin an der Arbeit der Deutschen Welthungerhilfe interessiert. Bitte senden Sie mir kostenloses Informationsmaterial.

Name

Straße

PLZ Ort



Abteilungsleiter: Toni Scheer
54329 Konz
Tel. 0 65 01 / 28 38

Gisela Frank
54329 Konz
Tel. 0 65 01 / 1 56 73

BREITENSport

4. AEROBIC-MARATHON am 28. November 1998

Ein riesiger Erfolg war der 4. AEROBIC-Marathon 1998 mit Sabine Frick und Felicia Toure.

In den letzten Tagen vor dem MARATHON gingen noch so viele Anmeldungen ein, so daß bei Marlies die Vorbereitungen auf Hochtouren liefen. Eine Musikanlage wurde beim Haus der Jugend, 20 zusätzliche STEP-Bretter bei der UNI Trier ausgeliehen. Letztendlich wurde noch eine kleine Bühne im Sportzentrum organisiert. Auch an die 100 Bananen und jede Menge Mineralgetränke standen am Fitness-Stand zum Durchhalten bereit.

Marlies möchte sich an dieser Stelle nochmals herzlich bei den Herren der Tanzsport-Abteilung und den Studio-Leuten bedanken, die ganz spontan beim Auf- bzw. Abbau

der Bühne mit halfen. Die Voraussetzungen stimmten also.

Nach einer herzlichen Begrüßung durch Sabine und Felicia wurden die rd. 50 Teilnehmerinnen mit einem Warm up "Let's move together" auf den MARATHON vorbereitet. Und jetzt ging's ohne Unterbrechung weiter. Felicia wußte gekonnt mit ihrer Funky-STEP-Kombination zu begeistern, wobei die Fitneßbegeisterten schon ordentlich ins Schwitzen kamen. Schnell ein Gang zum Verpflegungsstand und Sabine motivierte schon wieder zur "Total Body Condition", ein Intervalltraining mit Hanteln. Hier wurden im Wechsel mit tollen Schrittkombinationen Herz-Kreislauf und mit den Hanteln die Muskelausdauer trainiert.

Schnell wurde sich wieder etwas gestärkt, die STEP's wieder aufgebaut und Sabine startete ihr Bauch-Beine-Po-Programm.

Beim Laufen fangt der MARATHON bekanntlich erst bei "km 35" an. Beim AEROBIC-Marathon war die "Mauer" beim anschließenden "Kick-Boxen" zu überwinden. Hier forderte Sabine nochmals zum Durchhalten auf und mit viel Spaß und Bewegung im "Boxing" wurden die letzten Energiereserven verbraucht. Mit einem wohlverdienten "Stretch & Relax- Programm" mit Felicia ging der 4. AEROBIC-MARATHON zu Ende, und alle waren "ins Ziel" gekommen.

Ein herzliches Dankeschön an Felicia und Sabine, die dieses anspruchsvolle und schöne AEROBIC-Programm vorbereitet und uns vermittelt haben.

Übrigens: Freut Euch schon auf den nächsten AEROBIC-Marathon '99. Er ist schon fest geplant.

Marlies



Sabine beim letzten Warm up
Foto: Sandra Overwin

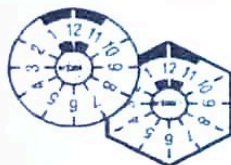


Eifelpokal 1998 in Mayen

Am 22. November 1998 fand in Mayen der Eifelpokal statt. Die TG Konz war mit insgesamt sechs Startern vertreten. Said Sadegh legte im Kata-Einzel, nachdem er sich bis ins Finale durchgekämpft hatte, einen hervorragenden Start an den Tag, was ihm dann schließlich auch den 1. Platz erbrachte. Unsere Kata-Mannschaft, welche aus Said Sadegh, Sebastian Walter sowie Markus Michels bestand, dominierte ebenfalls über ihre Gegner und belegte somit einen souveränen 1. Platz. Bei den Mannschaftskämpfen im Kumite hingegen kam zwar keine reine Konzer Mannschaft mehr zustande, jedoch bildeten Marco Heyde und Johannes Heck zusammen mit dem KC Wittlich noch ein Team. Marco Heyde führte in der Finalrunde die Entscheidung herbei, womit ein weiterer 1. Platz gewonnen war.



Kfz-Prüfstelle Konz-Könen



Ihr Partner für Abgas- und Hauptuntersuchung

Gewerbegebiet Konz-Könen,
in Nähe Fa. Zettelmeyer

Täglich von 9.00 - 12.00 u.

15.00 - 18.00 Uhr Tel. 99040

Alle Prüfungen entsprechend
Anforderungen der Bundesländer
Kfz-Prüfstelle Konz-Könen

Fahrschule MERTZ

K	Beethoven-Galerie	Di.+Do.
O	Karthaus	Mo.+Fr.
N	Roscheid	Mittw.
Z	Oberemmel	Mittw.

■ Öl-Gasfeuerung ■ Wärmepumpen ■ Sanitäre Anlagen ■ Kundendienst ■

LANGE
Sanitär -
Heizungsbau

Brunostr.86 54329 KONZ Tel.06501-3730

»Konzer Saunabad«

und Massagepraxis
im Hallenbad • Inh. H. Schulte

- Bräunungsgeräte •
- Frischluftraum •
- med. Fußpflege

Telefon 1 61 61 • Parkplätze

TG Sportkompaß 1/99

Tel. 06501/2061

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: BALLETT/JAZZTANZ		Herr Kostov		
Dienstag	18.45- 20.15	Jazzdance	Herr Kostov	Spiegelsaal
Mittwoch	15.30- 16.30	Ballett Gruppe 1	Herr Kostov	Spiegelsaal
	16.30- 17.30	Ballett Gruppe 2	Herr Kostov	Spiegelsaal
Abteilung: BASKETBALL		Udo Frenzer	Tel. 06501/5735	
Montag	18.00- 19.30	Herren II	H.-P. Holbach	S.-M.-H.
	19.30- 21.00	Herren I	Holger Schlichte	S.-M.-H.
Dienstag	18.30- 20.00	Damen I	Dirk Mader	Gymn.Halle
Mittwoch	16.00- 17.30	MINIS / D-Jugend	St. Holbach	St.Nik.Halle
Donnerstag	18.00- 20.00	Damen I	Dirk Mader	S.-M.-H.
	20.00- 22.00	Herren II	H.P. Holbach	Gymn.Halle
Freitag	15.30- 17.00	weibl. B / A-Jugend	Christiane Holbach	S.-M.-H.
	15.30- 17.00	männl. C - Jugend	Stéphane Said	S.-M.-H.
	18.30- 20.00	Herren I + II + Damen I	Holger Schlichte	S.-M.-H.
Abteilung: BOGENSPORT		Jutta Weyand	Tel.06501 / 5170	
Montag	16.00- 18.00	Gruppe I	Jutta Weyand	Halle "Am Tunnel"
	18.00- 20.00	Gruppe II	Heri Jonas	Halle "Am Tunnel"
Mittwoch	16.00- 18.00	Gruppe I	Jutta Weyand	Halle "Am Tunnel"
	18.00- 20.00	Gruppe II	Erwin Biewer	Halle "Am Tunnel"
Freitag	16.00- 18.00	Gruppe I	Jutta Weyand	Halle "Am Tunnel"
An allen anderen Tagen freies Training für alle Erwachsenen: Im Sommer auf der Wiltinger Kupp.				
Abteilung : BREITENSport DAMEN UND HERREN		Toni Scheer Gisela Frank	Tel. 06501 / 28 38 Tel. 06501/ 15673	
Montag	10.00- 11.00	Aerobic Mix	Marlies Frick	TG Sportpark
	15.00- 16.00	Bodystyling E	Mechthild Schneider	TG Sportpark
	18.30- 19.30	Aerobic / Workout / Stretching	Beate Jochem	Gymn.Halle
	19.00- 20.00	Rhythmische Gymnastik Damen	I. Achtermann	TG Sportpark
	19.30- 20.30	Aerobic / Workout / Stretching F	Felicia Touré	Gymn.Halle
	20.00- 21.00	Rhythmische Gymnastik Damen	Ilse Fuchs	TG Halle
Dienstag	09.00- 10.00	Good morning workout "Bauch-Beine-Po"	Marlies Frick	TG Sportpark
	17.45- 18.45	Aerobic Mix	Felicia Touré	TG Sportpark
	19.30- 20.30	Bodystyling E	Mechthild Schneider	G.S.-M.-H.
Mittwoch	10.00- 11.00	Gymnastik / Stretching	Mechthild Schneider	TG Sportpark
	17.45- 18.45	Teen-Aerobic	Beate Jochem	Spiegelsaal/Sportpark
	19.00- 20.15	Skigymnastik, Konditionsgymnastik	Marion Erschens	Gymn.Halle
	19.30- 20.30	Rhythmische Gymnastik Damen	I. Achtermann	Kloster - K.
	20.30- 22.00	Rhythmische Gymnastik Damen	I. Achtermann	Kloster - K.
Donnerstag	9.00- 10.00	Aerobic Mix (Fatburner)	Marlies Frick	TG Sportpark
	17.45- 18.45	Bodystyling	Mechthild Schneider	TG Sportpark
	19.30- 20.30	Aerobic Mix F	Felicia Touré	G.S.-M.-H.
	20.30- 21.30	Aerobic Mix E	Ute Faber	G.S.-M.-H.
Freitag	20.00- 22.00	Breitensport Herren	Dieter Ehrlich	Gymn.Halle
	20.30- 22.00	Trimming für Sie und Ihn	Eckh. König	St.Nik.Halle
AEROBIC: Abwechslungsreiches Programm (High/Low-Impact, Intervall-Training, Heavy Hands) E=Einsteiger F=Fortgeschrittene				
Abteilung : GESUNDHEITSSPORT				
Montag	9.00- 10.00	Wirbelsäulengymnastik	Marlies Frick	TG Sportpark
Dienstag	18.45- 19.45	Wirbelsäulengymnastik	Marlies Frick	TG Sportpark
Mittwoch	18.45- 19.45	Wirbelsäulengymnastik	Marlies Frick	TG Sportpark
	19.45- 20.45	*WSG *Kraft-Aerobic	Marlies Frick	TG Sportpark
*Kraft-Aerobic: Übungen der WSG, integriert in ein Kraft-Ausdauer-Programm				

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung : HANDBALL		Gundolf Schmitt	Tel. 06501 / 83110	
Montag	16.00- 17.30	männl. C-Jugend, Jg. 1985-1986	Oliver Schneider	Saar-Mosel-Halle
Dienstag	17.15- 18.30	männl. B-Jugend, Jg. 1983-1984	St. Jahnhen	Sport-u. Fest-Halle
	17.15- 18.30	weibl. A-Jugend, Jg. 1981-1982	K.H. Hilt	Saar-Mosel-Halle
	18.30- 20.00	männl. A-Jugend, Jg. 1981-1982	K.H. Hilt	Saar-Mosel-Halle
	20.00- 22.00	Senioren I + II	Robert Pose	Saar-Mosel-Halle
Mittwoch	17.00- 18.30	männl. C-Jugend, Jg. 1985-1986	Oliver Schneider	Saar-Mosel-Halle
	20.00- 22.00	Damen	M. Chandony	Saarlautern
	20.10- 21.40	Senioren III	Peter Lauterborn	Sport-u. Fest-Halle
Donnerstag	17.15- 18.30	weibl. A-Jugend, Jg. 1981-1982	K.H. Hilt	Sport-u. Fest-Halle
	18.30- 20.00	männl. A-Jugend, Jg. 1981-1982	K.H. Hilt	Sport-u. Fest-Halle
Freitag	17.15- 18.45	männl. B-Jugend, Jg. 1983-1984	Stefan Jahnhen	Saar-Mosel-Halle
	18.30- 20.00	Damen	M. Chandony	Saar-Mosel-Halle
	19.30- 21.00	Senioren II	Gerd Riss	Saar-Mosel-Halle
	20.00- 22.00	Senioren I	Robert Pose	Saar-Mosel-Halle
Abteilung: KARATE		Christof Piskol	Tel. 0651 / 800 665	
Montag	19.00- 20.00	Krafttraining	Dietmar Spang	Kraftraum
	20.00- 20.30	Aufwärmtraining/Stretching	Spang	Gymn. Halle
	20.30- 22.00	Anfänger	Christof Piskol/H. Hohmann	Gymn. Halle
Dienstag		Leistungsgr. Sen. + Sen.	Spang	Gymn. Halle
	18.00- 19.30	Junioren	Spang/Matthieu	Gymn. Halle
	18.00- 19.30	Jugend	Piskol	Gymn. Halle
	18.00- 19.30	Kinder	E. Gerhartz	Gymn. Halle
Donnerstag	18.00- 19.30	Leistungsgruppe Junioren + Jugend	Spang/Mathieu/Kiefer	TG Sportpark
	19.30- 21.00	Senioren ab 35 J.	Spang/Gerhartz/Kiefer	TG Sportpark
Freitag		Junioren	Spang/Mathieu/Kiefer	Gymn. Halle
		Jugend	Piskol/Tschepe	Gymn. Halle
		Kinder	Gerhartz	Gymn. Halle
	19.45- 21.30	Anfänger	Piskol/Hohmann	Gymn. Halle
		Senioren	Spang/Mathieu	Gymn. Halle
		Leistungsgruppe Senioren	Kiefer	Gymn. Halle
Samstag	13.30- 15.30	Zusatztraining I. Leistungsgruppe	Dietmar Spang	Gymn. Halle
	15.30- 16.30	Zusatztraining I. Leistungsgruppe	Dietmar Spang	Kraftraum
Abteilung: LEICHTATHLETIK LAUFTREFF		Winfried Weires Uwe Lellinger	Tel. 06501/4235 Tel. 06501/4612	
Montag	16.00- 17.00	Leichtathletik 4-6 Jahre	Bianca Schmutz	Stadion/SMH
	17.00- 18.15	Leichtathletik 7-9 Jahre	Laudwein/Müller-Greis	Stadion/SMH
	17.00- 19.00	Leichtathletik ab 12 Jahre	Winfried Weires	Stadion
Dienstag	17.00- 19.00	Krafttraining	Michael Riehm	KSMH
	17.00- 18.30	Leichtathletik 9-11 Jahre	Marion Laudwein	Stadion/TG Sportp.
	17.30- 19.00	Stabhochsprung: alle Klassen	Josef Schmitt	Stadion/SMH
	17.30- 19.00	Lauftreff f. Fortgeschr.	Uwe Lellinger	Stadion/KSMH
	19.00- 20.00	Lauftreff f. Anfänger	Hans Burkholz	Stadion
Mittwoch	17.00- 19.00	Leichtathletik ab 12 Jahre	Weires/Kletke	Stadion
	18.00- 20.00	Krafttraining	M. Gerdtz	Kraftraum S.M.H.
Donnerstag	17.30- 19.00	Lauftreff f. Fortgeschrittene	Uwe Lellinger	Stadion
	19.00- 20.00	Lauftreff f. Anfänger	Hans Burkholz	Stadion
Freitag	17.00- 19.00	Leichtathletik ab 12 Jahre	Weires/Kletke	Stadion
Samstag	15.00- 17.00	Krafttraining	Thorsten Weires	Kraftraum S.M.H.
Sonntag	10.00- 12.00	Lauftreff für Fortgeschrittene	Uwe Lellinger	Stadion
	10.00- 12.00	Sportabz./Training u. Abnahme	Detlef Müller-Greis	Stadion
Abteilung: SCHWIMMEN		Willi Bartholome	Tel. 06501/ 3044	
Montag	17.00- 18.00	Anfänger	Volker Maurer	Hallenbad
	18.00- 19.00	Fortgeschrittene	Inge Bartholome/S. Mackenberg	Hallenbad
Dienstag	16.30- 17.30	Anfänger	E. Trauden/M. Kugel	Hallenbad
	17.30- 18.30	Nachwuchstraining	A. Bartholome	Hallenbad
	17.30- 19.00	Wettkampfmannschaft	W. Kugel	Hallenbad
Mittwoch	16.00- 17.30	Gymnastik	Eva Trauden/Julia Müller	G.S.M.H.
Donnerstag	17.00- 18.00	Fortgeschrittene	Maurer/Bartholome	Hallenbad
	18.00- 19.30	Wettkampfmannschaft	W. Bartholome/W. Kugel	Hallenbad
Samstag	17.00- 18.30	Wettkampf	Willi Bartholome	Hallenbad
	18.15- 19.00	Sportl. Freizeitschwimmen ab 20 J.	Achim Bartholome	Hallenbad

TG Sportkompaß 1/99

Tel. 06501/2061

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: TANZSPORT		Hartmut Kasel	Tel. 0651/34066	
Montag	21.00- 22.00	Breitensportgruppe 1	Hr. u. Fr. Kasel	TG Sportpark
Dienstag	20.00- 21.00	Breitensportgruppe 1	Hr. u. Fr. Kasel	TG Sportpark
	21.00- 22.00	Breitensportgruppe 2	Hr. u. Fr. Kasel	TG Sportpark
Mittwoch	20.50- 21.50	Breitensportgruppe 1	Hr. u. Fr. Kasel	TG Sportpark
Donnerstag	19.00- 20.00	Jugendgruppe 1	Hr. u. Fr. Kasel	TG Sportpark
	20.00- 21.00	Breitensportgruppe 1	Hr. u. Fr. Kasel	TG Sportpark
	21.00- 22.00	Breitensportgruppe 2	Hr. u. Fr. Kasel	TG Sportpark
Freitag	20.00- 21.00	Freies Training	nach Absprache	G.S.-M.-H.
Abteilung: TISCHTENNIS		Thomas Bruckmann	Tel. 06501/5565	
Montag	16.00- 17.30	III. Schüler / Anfänger	P. Fritscher/H. Kaiser	Lorenz-Kellner H.
	17.30- 19.00	Jungen / Mädch. / I.+II. Schüler	P. Fritscher/H. Kaiser	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Leistungstraining Damen + Herren	Stephan Kaiser	Lorenz-Kellner H.
	ab 17.00	Wettkämpfe II. Schüler		
	ab 19.30	" II. Damen, IV. Herren		
Dienstag	17.00- 19.00	Anfänger/Fortgeschrittene	M. Fritscher/J. Kaiser	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Hobby	Mannschaftsführer	Lorenz-Kellner H.
	ab 17.30	Wettkämpfe III. Schüler		
	ab 18.30	Wettkämpfe Jungen		
	ab 19.00	Wettkämpfe VI. Herren		
	ab 19.30	" V. Herren		
Mittwoch	16.30- 17.45	Anfänger / Schülerinnen	W. Schulz/M. Schommer	Lorenz-Kellner H.
	17.45- 19.00	Leistungstraining Schüler + Jugend	W. Schulz/C. Hau	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Leistungstraining Damen u. Herren	W. Schulz	Lorenz-Kellner H.
	ab 17.00	Wettkämpfe Mädchen + Schülerinnen		
Donnerstag	11.30- 13.00	TT-AG mit Grundschule St. Johann	W. Schulz/St. Kaiser	Lorenz-Kellner H.
	17.00- 20.00	TTVR-Stützpunkt Trier		Lorenz-Kellner H.
Freitag	15.00- 17.00	Anfänger/Schülerinnen/I.+II. Schüler	St. Kaiser/N. Zimmer	Lorenz-Kellner H.
	17.00- 19.00	Jugend / II. Damen / VI. Herren	St. Kaiser	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Herren + Damen		Lorenz-Kellner H.
	ab 17.00	Wettkämpfe I. Schüler		
	ab 19.30	Wettkämpfe III. Herren		
	ab 20.00	Wettkämpfe II. Herren		
Samstag	14.00- 24.00	Wettkämpfe I. Herren, I. Damen	Mannschaftsführer	Lorenz-Kellner H.
Sonntag	9.00- 14.00	Wettkämpfe I. Herren, I. Damen	Mannschaftsführer	Lorenz-Kellner H.
Abteilung: TRIATHLON		Uwe Lellinger	Tel.06501 / 4612	
Dienstag	18.00/ 19.00	Lauftreff f. Fortgeschrittene	Uwe Lellinger	Stadion
Mittwoch	18.00	Permanenter Radtreff	n.n.	Rathaus Konz
Donnerstag	18.00/ 19.00	Lauftreff f. Fortgeschrittene	Uwe Lellinger	Stadion
Samstag	10.00- 11.00	Schwimmtraining 1 Bahn	Willi Bartholome	Hallenbad
Sonntag	10.00- 12.00	Lauftreff	Uwe Lellinger	Stadion
Abteilung: TURNEN		Tina Schottler	Tel. 06501 / 71 14	
Montag	15.00- 16.00	Mit Spiel u. Spaß z. Turnen ab 3 J.	Hannelore Maier	Kloster-K.
	15.00- 16.00	Mit Spiel u. Spaß z. Turnen v. 3-6 J.	Fr. Schopenhauer	Konz-Könen
	16.00- 17.00	Mit Spiel u. Spaß z. Turnen v. 7-9 J.	Fr. Schopenhauer	Konz-Könen
	17.00- 19.30	Leistungsturnen	Schotter/Philippi/Lang	Gymn. Halle
Mittwoch	17.00- 18.00	altersgemischte Turngruppe	St. Plunien/T. Schottler	G.S.-M.-H.
Freitag	09.30- 10.30	Mami, jetzt trimm ich Dich fit	Beate Jochem	TG Sportpark
	15.00- 16.00	Spielend turnen lernen im Kindergartenalter	Henning/Schottler	St.Nik.Halle
	15.30- 16.30	Mami, jetzt trimm ich Dich fit	Hannelore Maier	TG Sportpark
	16.00- 17.00	Mit Spaß zum Turnen im Grundschulalter	Henning/Schottler	St.Nik.Halle
	17.00- 18.30	Leistungsturnen	Schotter/Philippi/Lang	Gymn. Halle

TG Sportkompaß 1/99

Tel. 06501/2061

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: VOLLEYBALL		Burkhard Disch	Tel. 06501 /2061	
Montag	18.30- 20.15	VG Ehrang Konz II	Ch. Schneider	St. Nik. Halle
	19.00- 20.30	VG Ehrang Konz I	B. Disch	Mäusheckerweg
	20.15- 22.00	Hobby Damen	M. Hennen	St. Nik. Halle
Dienstag	20.30- 22.00	Damen II	M. Beautier	Gymn. Halle
	16.45- 18.30	Damen III	B. Disch	St. Nik. Halle
	20.00- 22.00	Damen I	Markus Bollenrath	St. Nik. Halle
Mittwoch	18.30- 20.15	Herren III	Th. Harig	St. Nik. Halle
Donnerstag	14.30- 15.30	7 - 11 J., w.+m.	B. Disch	St. Nik. Halle
	15.30- 16.30	11-14 J., w.+m.	B. Disch	St. Nik. Halle
	16.30- 18.15	Damen III	B. Disch	St. Nik. Halle
	18.15- 20.00	Damen II	M. Beautier	St. Nik. Halle
	20.00- 22.00	Senioren	n.n.	Lorenz-Kellner-H.
	20.00- 22.00	VG Ehrang Konz I	B. Disch	S.-M.-H.
Freitag	20.00- 22.00	VG Ehrang Konz II	Ch. Schneider	St. Nik. Halle
	17.00 -18.45	Herren III	Th. Harig	St. Nik. Halle
	18.45- 20.30	Damen I	M. Bollenrath	St. Nik. Halle

KURSE DER TG KONZ

Auch Nichtmitglieder können die Kurse besuchen, da sie über das Bildungswerk des Landessportbundes automatisch versichert sind.
Die Teilnehmerzahl entscheidet über das Zustandekommen des Kurses!

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Kurse: Mitglieder 60,- DM, Nichtmitglieder 80,- DM				
Dienstag	18.45- 20.15	JAZZ-DANCE	Herr Kostov	TG Sportp./Spiegels.
Donnerstag	16.00- 17.00	Orthopäd. Rückenschule für Kinder	Fr. Meyer	TG Sportp./Spiegels.
Freitag	18.30- 20.00	Tai-Chi	Herr Giese	TG Sportp./Spiegels.
Schwimmen und Wassergymnastik				
Montag	14.00- 15.00	Schwimmkurs f. Mutter u. Kind	Ilse Fuchs	Hallenbad
	15.00- 16.00	Schwimmkurs f. Mutter u. Kind	Ilse Fuchs	Hallenbad
Mittwoch	16.15- 16.45	Wassergymnastik f. Senioren + jedermann	Ilse Fuchs	Hallenbad



TG Sportstudio ... das etwas andere Studio!

Wochentag	Öffnungszeiten	Trainer/-in	TG Sportpark
Montag	9.00- 12.00	Burkhard Disch	TG Sportpark
	15.00- 18.00	Burkhard Disch	TG Sportpark
	18.00- 21.30	Marlies Frick	TG Sportpark
Dienstag	9.00- 12.00	Werner Schulz/Marlies Frick	TG Sportpark
	15.00- 20.00	Werner Schulz	TG Sportpark
	20.00- 21.30	Werner Schulz	TG Sportpark
Mittwoch	9.00- 12.00	B. Disch/M.Frick	TG Sportpark
	15.00- 21.30	Burkhard Disch	TG Sportpark
	20.00- 21.30	Werner Schulz/Marlies Frick	TG Sportpark
Donnerstag	9.00- 12.00	Werner Schulz	TG Sportpark
	15.00- 19.00	Werner Schulz	TG Sportpark
	19.00- 21.30	Erdmann/Holbach im Wechsel	TG Sportpark
Freitag	9.00- 12.00	Krankengymnasten	TG Sportpark
	15.00- 21.30	Burkhard Disch/Marlies Frick	TG Sportpark
	20.00- 21.30	Werner Schulz	TG Sportpark
Samstag	14.00- 17.00	Schulz/Frick/Disch im Wechsel	TG Sportpark
Sonntag	10.00- 13.00	Schulz/Frick/Disch im Wechsel	TG Sportpark

Verwaltung TG Sportstudio Anke Schuler Bürozeiten Do. 17.00 - 19.00 Uhr
Wir trainieren nach gesundheitssportlichen Gesichtspunkten. D. h. „die Wirbelsäule und die Gelenke werden geschont.“
Die allgemeine Muskelausdauer kommt durch individuelle Trainingspläne besser zur Geltung !!

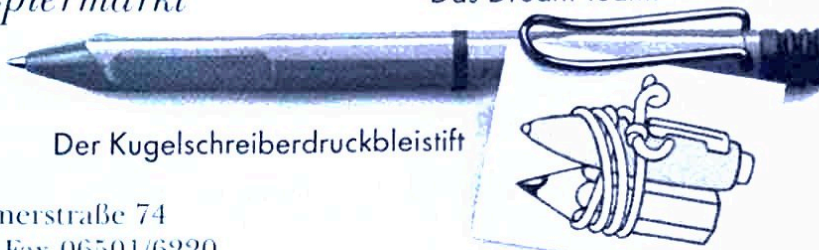


Abteilungsleiter: Winfried Weires
Langenberggring 112 • 54329 Konz
Tel. 0 65 01 / 42 35

LEICHTATHLETIK/LAUFTREFF

KonzerPapiermarkt

Das Dream-Team:



Der Kugelschreiberdruckbleistift

LAMY
twin

54329 Konz, Römerstraße 74
Tel. 06501/3025, Fax 06501/6220

LEICHTATHLETIK

LVR-Bestenliste 1998

Leichtathleten der LG Saar-Mosel
15 x auf Rang 1

Mit je sieben Erstplatzierungen und vielen weiteren Eintragungen auf den nachfolgenden Rängen waren unsere A-Schüler und Senioren (ab M 30) am erfolgreichsten unter den Top Ten im Rheinland. Von den Schülern erreichten Gregg Quainoo und Jörg Skalbana jeweils zwei erste Plätze. Gregg im 75 m Sprint in 8,88s und im Hochsprung (1,76 m), Jörg im 80 m Hurdelauf in 11,23 Sekunden und im Vierkampf mit 2318 Punkten.

Ingo Wiesel erzielte mit 79,50 m im Ballwurf (200 g) einen ersten Platz. Zwei erste Plätze ergaben sich aus Mannschafts-Leistungen im Vierkampf und mit der Staffel. Die 4 x 75 m Staffel mit Jörg Skalbana, Harald Fiebig, Ingo Wiesel und Gregg Quainoo lief in 1998 mit 35,00 Sekunden die schnellste 4 x 75 m Zeit im Rheinland. Ein weiteres Highlight war die Mannschafts-Bestleistung ("Rheinland-Rekord") im Vierkampf, aufgestellt von Jörg Skalbana, Gregg Quainoo, Ingo Wiesel, Christoph Doletschek und Harald Fiebig. Dorothee von Wirth, achte bei den deutschen Straßenlaufmeisterschaften 1997, sicherte sich auch 1998 Rang 1 über 15 km sowohl bei den Rheinlandmeisterschaften als auch in der Rheinland-Bestenliste (A-Jugend). Winfried Weires, Abteilungsleiter und Trainer der Konzer Leichtathleten, konnte 4 Erstplatzierungen in seiner Altersklasse verbuchen: 100 m 11,6 Sekunden, 200 m 22,26 Sek., Stabhochsprung 2,80 m, Dreisprung 10,88 m.

Zweimal auf Rang 1 landete Gustav Geipel (M40) mit 1,81 m im Hochsprung und 16,68 Sek. über 110 m Hürden.

Über 5000 m belegte Wolfgang Hertel zum wiederholten Male Platz 1, diesmal jedoch gleichzeitig mit neuer Rheinland-Bestleistung

("Rheinland-Rekord") in der Altersklasse M55.

Winfried Hermesdorf und Gustav Geipel erreichten jeweils zwei Eintragungen unter den Top Ten in der Männerhauptklasse, obwohl beide bereits der Altersklasse M40 angehören.

Platzierungen und Ergebnisse unserer Leichtathleten in der Rheinland-Bestenliste 1998

Männer: 10000 m: 5. Wilfried Hermesdorf 32:41,24 Min. Hochspr.: 7. Gustav Geipel 1,81 m

110 m Hürden: 9. Gustav Geipel 16,68 s. Halbmarathon: 9. Wilfried Hermesdorf 1:13:55 Std.

Männliche Jugend B: 3 x 1000: 4. LG Saar-Mosel 9:22,39 (Marco Weires 82, Marc Brech 82, Thomas Meyer 82), Diskuswurf 1,500

kg: 5. Ingo Wiesel 32,21 m
Schüler A M15: 75 m: 1. Gregg Quainoo 8,88 s (Platz 12 in der deutschen Bestenliste 1998). 3. Jörg Skalbana 9,07 1000 m: 4. Gregg Quainoo 2:48,24 Min. 2000 m: 10. Ingo Wiesel 6:56,50 Min.
80 m Hürden: 1. Jörg Skalbana 11,23 s. 4 x 75 m: 1. LG Saar-Mosel 35,00 s - Platz 12 in der deutschen Bestenliste 1998 - (Jörg Skalbana 83, Harald Fiebig 83, Ingo Wiesel 83, Gregg Quainoo 83).
Hochsprung: 1. Gregg Quainoo 1,76 m, 2. Jörg Skalbana 1,72 m, 3. Harald Fiebig 1,71 m, 7. Christian Adams 1,65 m. Weitsprung: 4. Gregg Quainoo 6,00 m, 5. Jörg Skalbana 5,89 m, 9. Christoph Doletschek 5,70 m, 10. Harald Fiebig 5,70 m.
Kugelstoß 4,0 kg: 3. Jörg Skalbana, 9. Ingo Wiesel 11,62 m. Diskuswurf 1.0 kg: 3. Ingo Wiesel 39,04 m
Ballwurf 200 g: 1. Ingo Wiesel 79,50 m, 4.

(Fortsetzung auf Seite 22)

Der Rütz im Zentrum von Konz

Neufahrzeug - Vermittlung

Wir suchen für Sie die günstigen Angebote aus ganz Europa.

Teilweise sparen Sie bis zu 10.000,- DM und mehr *!

Werksgarantie selbstverständlich!

Wunschausstattung möglich!

Audi/Skoda/Volvo/Volkswagen, etc.

Tel: 06501/9369-0 // Fax: -50

* gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung der Hersteller in Deutschland



Über 50 Jahre Erfahrung in Sachen Auto!



Christoph Doletschek 64,50 m.

Vierkampf: 1. Jörg Skalbania 2318 Punkte, 3. Gregg Quainoo 2275 Punkte, 7. Ingo Wiesel 2120

Vierkampf Mannschaft: 1. LG Saar-Mosel 10774 Punkte - neue Rheinland-Bestleistung - (Jörg Skalbania 2318, Gregg Quainoo 2275, Ingo Wiesel 2120, Christoph Doletschek 2080, Harald Fiebig 1981).

Blockwettkampf Sprint/Sprung: 2. Jörg Skalbania 2802 Punkte,

Blockwettkampf Lauf: 6. Ingo Wiesel 2595 Punkte.

Blockwettkampf Wurf: 4. Jörg Skalbania 2672 Punkte, 6. Ingo Wiesel 2653 Punkte.

Deutsche Schüler Mannschaftsmeisterschaften (DSMM Gruppe 2): 3. LG Saar-Mosel 8634 Punkte (Platz 4 in der deutschen Bestenliste 1998).

Schüler A M14: 75 m: 8. Sascha Thies 9,77 s.

Schüler B M13: 1000 m: 3. Manuel Hinz 3:12,59, DSMM GRUPPE 2: 4. LG Saar-Mosel 3297 P.

Schüler B M12: 50 m: 4. Christoph Borens 7,43 s. **Hochsprung:** 4. Patrick Lokaj 1,37 m.

Schüler C, DSMM Gruppe 2: 7. LG Saar-Mosel 2402 Punkte.

Frauen: 800 m: 3. Nadine Weber 2 19,37, 9. Bianca Schmutz 2 23,69 10 km: 7. Dorothee von Wirth, 39:27 Min.

Weibliche Jugend A: 3000 m: 3. Dorothee von Wirth 11:04,83 Min., 15 km: 1. Dorothee von Wirth 1:03 32 (Platz 34 in der deutschen Bestenliste 1998)

Weibliche Jugend B: 4 x 100 m: 5. LG Saar-Mosel 54,19 s (Judith Molitor 83, Hanna Grundhofer 82, Nina Becker 83, Elisabeth Lehmann 83)

Schülerinnen A W15: 75 m: 9. Lehmann, Elisabeth 10,14 s. **4 x 75 m:** 5. LG Saar-Mosel 40,22 s (Judith Molitor 83, Nina Becker 83, Maria Claus 83, Elisabeth Lehmann 83).

Vierkampf Mannschaft: 4. LG Saar-Mosel 8322 Punkte (Nina Becker 1734, Lena

Grundhofer 1675, Judith Molitor 1660, Judith Waibel 1658, Janine Philippi 1595).

Siebenkampf: 5. Elisabeth Lehmann 3076 Punkte. **Blockwettk. Sprint:** 7. Elisabeth Lehmann 2290

Deutsche Schüler Mannschaftsmeisterschaften (DSMM Gruppe 2): 2. LG Saar-Mosel 7101 Punkte (Platz 33 in der deutschen Bestenliste 1998)

Schülerinnen A W14: 800 m: 7. Caroline Link 2 35,38

Schülerinnen B W13: 50 m: 3. Lena Grundhofer 7,16 s. **4 x 50 m:** 7. LG Saar-Mosel (Melanie Maxmini 86, Katrin Müller 85, Lena Grundhofer 85, Judith Waibel 85) **Weitsprung:** 8. Lena Grundhofer 4,85 m.

Schülerinnen C: DSMM Gruppe 2: 7. LG Saar-Mosel 2771 Punkte.

Männer M40: 110 m Hürden: 1. Gustav Geipel 16,68 s. **Hochsprung:** 1. Gustav Geipel 1,81 m.

10000 m: 2. Wilfried Hermesdorf 32:41,24 Min.

Männer M45: 100m: 1. Winfried Weires 11,6 s. **200 m:** 1. Winfried Weires 24,26 s. **400 m:** 2. Winfried Weires 56,58 s. **Stabhochsprung:** 1. Winfried Weires 2,80 m. **Weitsprung:** 2. Winfried Weires 5,56 m. **Dreisprung:** 1. Winfried Weires 10,88 m.

Männer M55: 5000 m: 1. Wolfgang Hertel 16 35,00 Min. (neue LVR Bestleistung Senioren M 55)

Männer M60: 3000: 5. Manfred Scheuer 12:30 82 Min. **5000 m:** 5. Manfred Scheuer 22 11,0 Min.

Männer M65: 100 m: 4. Erwin Schu 15,90 s



Die zweite Staffel der Mädchenmannschaft (Saison-Abschluß 1998 in Trier).
v.l.: Valentina Schlegel, Judith Waibel, Nina Becker, Judith Molitor
Foto: Winfried Weires



Leichtathletik-Saison-Abschluß 1998 in Trier.
im Rahmen der Rheinland-Mannschaftsmeisterschaften (DSMM Gruppe 2).
Die Jungen- und Mädchenmannschaft der LG Saar-Mosel mit Trainer Ernst Kietke.
erste Reihe: zweite von links.
Die Mannschaft der A-Schüler erreichte Platz 4
und die Mannschaft der A-Schülerinnen Platz 33
in der deutschen Bestenliste 1998.
Foto: Winfried Weires

AUTO PETER GmbH



KFZ-WERKSTATT &
AUTOLACKIEREREI
MEISTERBETRIEB

KONZ Konzerbrück 31 • Tel. 1 69 84

Seit 1979 Ihr fairer Partner



Tel. 0651/5165

Fax 5 26 64

Im Paulinsgarten 7 • 54292 Trier- Ruwer

Computer * Software * EDV-Zubehör
Bürotechnik * Kopierer * Faxgeräte

HEISSMANGELSTUBE Reinhilde Michels

Weinbergstraße 60
54329 KONZ • Telefon 63 89

Öffnungszeiten:

Di. - Fr. von 9.00 - 12.00 und von 15.00 - 19.00 Uhr
Sa. von 9.00 - 12.00 Uhr • Montag Ruhetag

- ✓ Malerarbeiten ✓ Tapezierarbeiten
- ✓ Bodenbeläge ✓ Fassadenrenovierung



06501
150192

Bergstr. 6
54332 Wasserlesch

- ✓ Reinigen u. Beschichten v. Asbestzement-
Fassadenbekleidungen u. Wellasbest
nach TRGS 519

Termine, Termine, Termine . . .

Mit modernen Satzsystemen,

flexibel einsetzbaren Druckmaschinen

und einer gut ausgestatteten Weiterverarbeitung

lösen wir auch Ihre Probleme.

Von der Gestaltung bis zum Versand

nehmen wir bei der Herstellung

von Broschüren, Zeitschriften, Zeitungen,

Büchern, Plakaten

den »Druck« von Ihnen.



Paulinus-Druckerei GmbH
Fleischstraße 62-65
54290 Trier
Telefon (06 51) 97 99-00
Telefax (06 51) 97 99-1 48

ABLAUG-CENTER

Wir halten das Wasser sauber!

Bischofstraße 1
Gewerbegebiet
54311 Trierweiler
Tel. + Fax: 06 51 - 821 846
ÖFFNUNGSZEITEN
Mo-Fr 8-17 Uhr

Fachgerechtes Entfernen von Farben

an Möbeln, Türen, Fenstern, etc

Vorschriftsmäßiges Entsorgen

der Farbschlämme und Restlaugen

Oberflächenbehandlung

Schleifen, Wachsen, Polieren

NEU: Farbentfernung von

Auto- und Motorradteilen



Rheinland-Pfalz-Hallenmeisterschaften: Gregg Vizemeister über 60 m!

Gut zwei Wochen nach einem kleinen Wintertrainingslager in Düsseldorf in der Leichtathletik-Halle am Rheinstadion zog es die Leichtathleten der LG Saar-Mosel zu den Rheinland-Pfalz-Hallenmeisterschaften nach Ludwigshafen.

Am ersten Tag wurden die Meisterschaften für Männer und Frauen ausgetragen. In diesem Jahr zum ersten Mal als Rheinland-Pfalz-Saar-Hallenmeisterschaften. Am zweiten Tag folgten die Hallenmeisterschaften für die A- u. B-Jugend, auf Rheinland-Pfalz-Ebene mit Rheinland-Wertung.

Bestes Ergebnis unserer Athleten erzielte Gregg Quainoo. Als Sieger in seinem Vor- und Zwischenlauf (VL 7,41s, ZL 7,34s) qualifizierte er sich für den Endlauf der männlichen B-Jugend. Im Endlauf gelang es ihm wiederum seine guten Vor- und Zwischenlaufzeiten noch einmal zu verbessern.

In hervorragenden 7,23 Sekunden sicherte er sich den Vizemeister-Titel über die 60 m Sprintstrecke hinter dem ein Jahr älteren Thomas Räder von der LG Sieg.

In der Rheinland-Wertung ergab das für Gregg leider auch „nur“ Platz zwei, weil der Sieger von der LG Sieg ebenfalls für das Rheinland (Leichtathletik-Verband Rheinland) gewertet wird.

Im Dreisprung der männlichen B-Jugend belegte Marco Weires mit 10,99 m Rang vier (Rang 3 in der Rheinlandwertung). In der gleichen Disziplin bestritt Elisabeth Lehmann ihren ersten Wettkampf. Mit beachtlichen 10,19 m und Platz fünf verpaßte sie die „Quali“ für die westdeutschen Hallenmeisterschaften nur um einen Zentimeter. In der Rheinlandwertung erreichte sie Rang vier. Ebenfalls auf Platz 5 landete die B-Jugendstaffel der Mädchen bei ihrem ersten Auftritt auf der 200 m Rundbahn. Ergebnis: 1:56,59 min für die 4 x 200 m Staffel in der Besetzung: Elisabeth Lehmann, Alexandra Marx, Janine Philippi, Carola Knecht.

Unsere B-Jugendstaffel der Jungs, mit der Aussicht auf eine vordere Platzierung, konnte durch Grippeausfälle leider nicht an den Start gehen.

Deshalb starteten die Jungs in der höheren A-Jugend-Klasse mit nur einem A-Jugendlichen, aber drei B-Jugendlichen. Diese gingen mit gehörigem Respekt vor den Läufern der höheren Altersklasse an den Start.

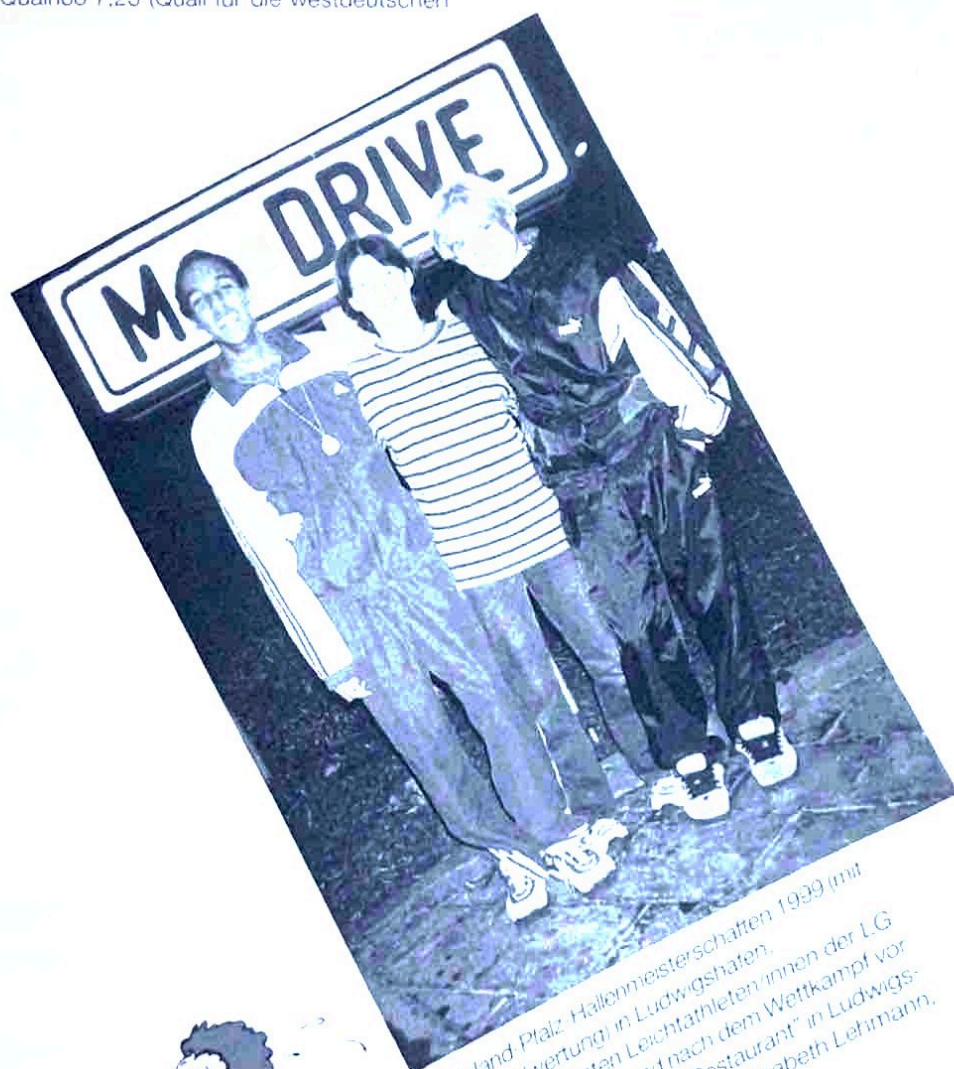
Fast unberechtigt, wie sich zunächst herausstellte. Gregg Quainoo fand als Startläufer im ersten Lauf mit seiner unnachahmlichen fast pantherartigen Beschleunigung den richtigen Drive und ging sofort in Führung. Der

Wechsel von Gregg zu Stefan Haag war perfekt, so daß dieser in der zweiten Hallenrunde ebenfalls sofort die Führung übernahm. Marco Weires konnte als dritter Läufer unserer Staffel die Führung vor den starken Sprintern der Gerolsteiner LGV und der LG Sieg bis Ausgangs der zweiten Kurve halten. Dort wurde ihm der Staffelfstab durch einen seitlich hinter ihm laufenden Gegenspieler von der LG Sieg, vermutlich ohne Absicht, aus der Hand geschlagen. Staffelfech, deshalb kam Christoph Doletschek, der als Schlußläufer vorgesehen war, erst gar nicht zum Einsatz in diesem Lauf!

Die einzelnen Platzierungen und Ergebnisse: Männliche Jugend B, 60 m: 2. Gregg Quainoo 7,23 (Quali für die westdeutschen

Hallenmeisterschaften), Dreisprung: 4. Marco Weires 10,99 m, Weitsprung: 10. Gregg Quainoo 5,82 m, 14. Marco Weires 5,53 m, 17. Christoph Doletschek 5,39 m. Männliche Jugend A, 200 m: 14. Stefan Haag 24,94 (3. im fünften Zeitendlauf). Männer, 60 m: Andreas Klein 7,42 (5. im 4. Vorlauf), 200 m: 12. Andreas Klein 23,81 (erster im vierten Zeitendlauf).

Weibliche Jugend B, Dreisprung: 5. Elisabeth Lehmann 10,19 m, 60 m: Elisabeth Lehmann 8,61 (3. im 6. Vorlauf), Alexandra Marx 8,63 (4. im 3. Vorlauf), Janine Philippi 8,88 (4. im 5. Vorlauf), Staffel 4 x 200 m: 5. LG Saar-Mosel 1:56,59 Min. (Elisabeth Lehmann, Alexandra Marx, Janine Philippi, Carola Knecht).



Rheinland-Pfalz-Hallenmeisterschaften 1999 (mit Rheinlandwertung) in Ludwigshafen. Die erfolgreichsten Leichtathleten/innen der LG Saar-Mosel am Abend nach dem Wettkampf vor einem „amerikanischen Restaurant“ in Ludwigshafen, v.l.: Gregg Quainoo, Elisabeth Lehmann, Marco Weires.
Foto: Winfried Weires





JOH. WACHT

GmbH & Co.

**Erd-, Tief-, und Wasserbau
Sand- und Kieswerke
Steinbruchbetriebe**

54329 Konz-Könen

Saarburger Str. 37-39 • Tel. (0 65 01) 9 44 40

Kies-Umschlaganlage Wasserliesch Tel. (0 65 01) 1 41 77

NSM Natursteinwerk

Mesenich

Tel. (0 65 01) 1 24 04

Wasserbetten und Zubehör

Haben Sie Probleme mit Ihrem RÜCKEN oder leiden Sie an ALLERGIEN?

... dann lassen Sie sich von den Vorzügen eines Wasserbettes überzeugen!



Brunostraße 114

54329 Konz

Öffnungszeiten:

Telefon

Telefax

Do.-Fr.

Sa.

(0 65 01) 60 03 05

(0 65 01) 60 03 03

16.00 - 19.30 Uhr

9.00 - 16.00 Uhr, oder nach Termin

**HOLZ- UND KUNSTSTOFF-FENSTER
innenausbau • treppen • türen • verglasung**

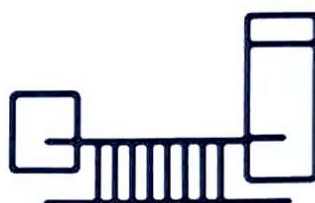


**riehm+sohn
schreinerei**

54329 konz • albanstr. 19

tel. (0 65 01) 22 03

Stahlbau - Schlosserei



SCHÄFER
GmbH

54329 Konz-Könen

Gewerbegebiet

Tel. (0 65 01) 1 74 93

Fax (0 65 01) 1 75 74

*bei uns kostenlos
und
unverbindlich*

Zuständig für „Gutes Hören“

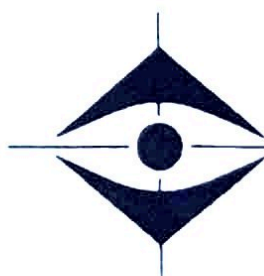
Besser Hören

Meisterbetrieb für Hörgeräte

54329 Konz

Schillerstraße 28 • Telefon 06501/2214

- HNO-Fachpraxis im Hause, Tel. 06501/92660



**OPTIK
KRAENZ** GmbH



KONZ

Granastraße 38

Tel. 0 65 01/5615

...Kleider machen Leute

OPTIK KRAENZ macht Gesichter

Natur pur

genießen Sie mit jedem Bissen Brot, den unsere Bäcker liebevoll für Sie backen.

Sauerteigbrote -

von Natur aus gut!

SCHU'S BACKHAUS

HAUS VOLLER BROTIDEEN

KONZ • Altenbergstraße 1 • Tel. 06501/15817

KONZ • Granastraße 58 • Tel. 06501/5289

KONZ • Brunostraße 56 • Tel. 06501/7997

KONZ • Im Rewe-Center • Tel. 06501/2277

KONZERBRUCK 27 (beim ALDI-Center)



Bezirks-Cross- meisterschaften in Trier

**Bianca Schmutz im Schlamm
schneller als die Post**

**Mona Reuter und Wilfried Hermesdorf
siegen in ihren Altersklassen**

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah! Unter diesem Motto machten sich ein gutes Dutzend laufwilliger LG Saar-Mosel-Athleten auf den Weg zum Moselstadion in Trier.

Dort wurden sechs verschiedene Crossstrecken von 1000 m bis 8400 m für die Schülerklassen bis zu den Seniorenklassen angeboten.

Für Bianca Schmutz (Rheinland-Juniorenmeisterin 1998 über 800 m) war es eine willkommene Abwechslung, um den üblichen Prüfungsstreß im zu Ende gehenden Seme-

ster ihres Sportstudiums abzubauen. In der ersten Runde der 2900 m langen Mittelstrecke der Frauen versuchte sie an den favorisierten Läuferinnen des Post-SV Telekom Trier „dranzubleiben“. Nachdem Tina Marxen (LGV), die zunächst das Führungstrio mit den Post-Läuferinnen gebildet hatte, sich von diesen absetzte, kam auch Bianca auf die Überholspur und zog an den Postlerinnen Nicole Scholtes und Petra Kolz vorbei. Als Zweite überquerte sie die Ziellinie, nur sieben Sekunden hinter Tina Marxen.

Auf der langen Strecke mischte Wilfried Hermesdorf auf den vorderen Rängen mit. In der Gesamtwertung der Männer belegte er Platz drei und in seiner Altersklasse (M 40) Rang 1. Mona Reuter, trotz ihrer zehn Jahre bereits eine erfahrene Crossläuferin, erreichte in ihrer Altersklasse (Schülerinnen C) mit nur einer Sekunde Abstand zur Erstplatzierten Rang 2. In ihrer Jahrgangsklasse W 10 siegte sie mit ganz klarem Vorsprung in 5:04 Minuten auf der 1200 m Strecke.

Nadine Möller (W 15) und Christoph Borens (M 13) belegten jeweils Rang zwei in der Jahrgangswertung.

Die einzelnen Plazierungen und Ergebnisse: Frauen Mittelstrecke, 2900 m: 2. Bianca Schmutz 11:27 Min.; Männer Langstrecke, 8400 m: 3. Wilfried Hermesdorf 28:47 (1. M40). Schülerinnen W 15, 2400 m: 2. Nadine Möller 10:54. Schülerinnen W 11, 1200 m: 8. Christiane Flesch 5:56. Schülerinnen W10, 1200: 1. Mona Reuter 5:04, 6. Saskia Winkler 7:10, Mannschaftswertung Schülerinnen C: 4. LG Saar-Mosel (Mona Reuter, Christiane Flesch, Saskia Winkler). Schüler M 13, 2000 m: 2. Christoph Borens 8:17, 7. Patrick Lokaj 9:15. Schüler M 12, 2000 m: 7. Steve Brück 8,34, Mannschaftswertung Schüler B: 3. LG Saar-Mosel (Christoph Borens, Steve Bruck, Patrick Lokaj). Schüler M 10, 1200 m: 8. Björn Gregorius 6.32. Schüler M 9, 1000 m: 4. Marcus Schritz 4:25, 6. Roman Schmitt 4:26.

LAUFTREFF

Lange Trainingseinheit

Sonntags bietet der Lauftreff für interessierte Läufer und Läuferinnen an, gemeinsam längere Strecken ab 20 km zu laufen. Treffpunkt ist um 09.00 Uhr am Stadion in Konz. Gelaufen wird nach Absprache Straße oder Wald. Gäste sind gerne herzlichst willkommen.



TG-Lauftreff in neuem Outfit

Herr Simon, gleichnamiger Besitzer der beiden ESSO-Tankstellen SIMONS PLAZA in Grevenmacher, hat den Lauftreff der TG Konz neu eingekleidet. Mit dem flinken Simonsmannchen auf der Brust hoffen wir alle, in 1999 laufensich erfolgreich zu sein. Unser Wilfried kam extra aus dem Trainingslager zurück, um am Fototermin teilzunehmen. Trotz nicht gerader angenehmer Temperaturen haben unsere jüngeren Damen und Herren weder Kosten noch Mühen gescheut, ihren Body ins rechte Licht zu rücken. Auf diesem Wege nochmals recht herzlichen Dank an Herrn Simon. Wir wünschen ihm für seine anstehende Neueroöffnung viel Glück und Erfolg.



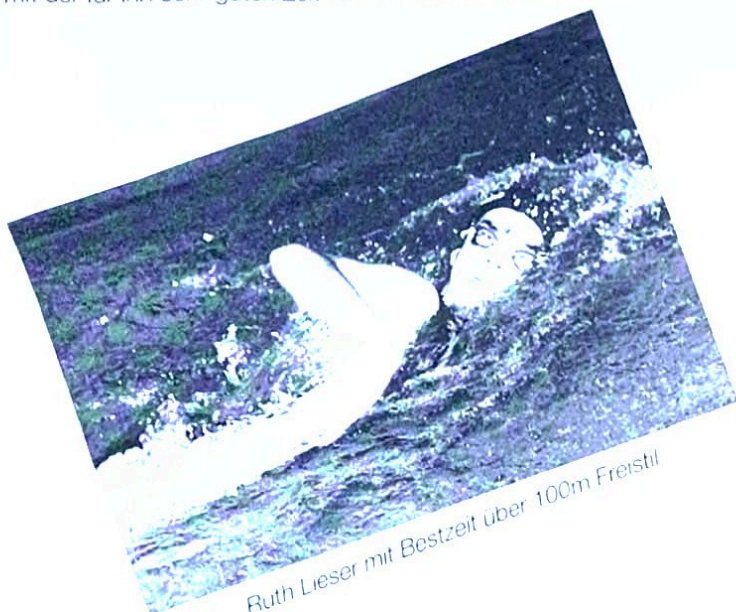


Abteilungsleiter: Willi Bartholome
Möwenweg 3 • 54329 Konz
Tel. 0 65 01 / 30 44

SCHWIMMEN

Aktuelles in Kürze:

Bei unserem 14. Nikolausschwimmen starteten fünf Vereine aus der Region. Neben den verschiedenen Jahrgangswertungen wurde bei jeder Disziplin der Gesamtsieger ermittelt. Hier tat sich Sylvia Mackenberg besonders hervor. So errang sie über 100 Meter Freistil mit 1:09,46 Minuten Platz 1 in der Offenen Klasse sowie Rang 2 in der Gesamtwertung. Volker Schuh konnte in den Schwimmstilen Rücken und Freistil sogar 2 Gesamtsiege verbuchen, wobei 55,79 Sekunden auf der Freistilstrecke die zweitbeste Tagesleistung bedeutete. Sowohl Ruth Lieser (1:15,99 Min.) als auch Philipp Witzmann (1:02,98 Min.) konnten im Kraulschwimmen eine neue persönliche Bestzeit aufstellen. Anna Steuer verbesserte sich über 100 Meter Rücken auf 1:37,75 Minuten. Ihr Bruder Philipp errang in seiner Altersklasse beim Schmetterlingsschwimmen mit der für ihn sehr guten Zeit von 1:14,65 Minuten Platz 1.



Ruth Lieser mit Bestzeit über 100m Freistil

Weitere Plazierungen der Konzer Aktiven (Jahrgangswertung):

100 Meter Freistil: 1. Stephan Lieser 1:12,04; 3. Marco Igel 1:16,99; 1. Michael Lang 1:08,67; 100 Meter Rücken: 4. Ruth Lieser 1:32,93; 3. Stefanie Maxmini 1:31,25; 3. Daniel Maurer 2:03,43; 4. Martin Pfeiffer 2:09,73; 1. Marco Igel 1:40,15; 100 Meter Brust: 7. Cora Illgen 1:49,59; 2. Elke Brittner 1:34,91; 1. Michael Lang 1:24,93; 2. Philip Rybol 1:13,94; 100 Meter Schmetterli: 1. Anna Steuer 1:31,71; 1. Stefanie Maxmini 1:35,58; 1. Anja Kriegskotte 1:21,44; 1. Stephan Lieser 1:34,76; 200 Meter Lagen: 5. Ruth Lieser 3:14,10

E. Brittner

(Bar/Tm) Anfang November startete die Wettkampfmannschaft in Luxemburg beim internationalen Sprintpokal des CN Diekirch. In der Mannschaftswertung erreichten unsere Herren hinter dem Gastgeber Diekirch mit 117 Punkten den 2. und unser weibliches Team hinter PC Maas-tricht und S.R. Cernay mit 65 Zählern den 3. Platz. Als eifrigste Punktesammler kristallisierten sich Volker Schuh mit 3 Siegen in den Disziplinen Freistil (25,59 Sekunden), Rücken (28,99 Sek.) und Schmetterli (28,45 Sek.), sowie Stefan Lieser (Freistil/32,18 Sek. und Schmetterli/37,21 Sek.) und Michael Kugel (Brust/32,17 Sek. und Rücken/30,40 Sek.) mit jeweils 2 Siegen heraus. Weiterhin sorgten Melanie Brittner (Brust/50,58 Sek.), Philip Rybol (Brust/32,82 Sek.), Kevin Mees (Freistil

(Fortsetzung auf Seite 28)



3x In Konz

Konz, Bahnhofstr. 12
Tel. (0 65 01) 29 26

Konz-Karthaus, Merzlicher Str. 11
Tel. (0 65 01) 29 95

Konz-Roscheid, Möwenweg 1
Tel. (0 65 01) 77 88



39,32 Sek) und Eva Trauden (Rücken/35,19 Sek) in den angegebenen Schwimmstilen mit Erstplatzierungen für wichtige Punkte. Das Koblenzer Beatusbad war Mitte November Veranstaltungsort des vom Schwimmverband Rheinland ausgetragenen 1. Rheinland-Cup. Bei diesem Wettbewerb werden von den teilnehmenden Vereinen alle vier Schwimmstile über 50 und 100m, sowie eine 4 x 50m-Lagen- und Freistilstaffel ausgeschrieben. Die Schwimmabteilung ging mit 2 Mannschaften an den Start. Wacker schlugen sich unsere Herren mit den Schwimmern Philip Witzmann, Volker Schuh, Philip Rybol und Michael Kugel. In 10:09,97 Minuten erreichten sie mit knapp 2 Sekunden Abstand auf die Siegermannschaft, dem PSV Wengerohr, den Vizetitel. Neben der guten Mannschaftsleistung konnten auch einige herausragende Einzelzeiten erbracht werden. So erreichte Witzmann über 50m Freistil (27,73 Sekunden) und Rybol über 50m Schmetterling (31,54 Sekunden) jeweils eine persönliche Bestleistung. Auch die 1:02,24 Minuten von Schuh über 100m Rücken konnten sich sehen lassen. Unser Damenteam agierte etwas unglücklicher. In der Besetzung Eva Trauden, Cornelia Carl, Elke Brittner, Ruth Lieser und Sylvia Mackenberg belegten sie in 12:25,50 Minuten den „undankbaren“ 4. Rang.



Philip Witzmann auf der Freistilstrecke

Bei den Vereinsmeisterschaften 1998 konnten die meisten Aktiven deutliche Leistungssteigerungen vorweisen. Ebenfalls erfreulich war die Tatsache, daß die Teilnehmerzahlen im Kinder- und Jugendbereich um fast 40 Prozent zugenommen haben. Bei den Mädchen erreichte Kirsten Tarrach mit 1062 Punkten vor Sandra Hennen (900) und Sabine Richter (730) Platz 1. Mit einer Leistungs-

steigerung von über 260 Punkten konnte Vorjahressieger Christoph Dahmann seinen Titel bei den Jungen bestätigen. Kevin Mees (603) und Andreas Roth (556) folgten auf den Rängen 2 und 3. Mit „genau einem Punkt mehr“ als im Vorjahr rutschte Sylvia Mackenberg bei den Damen mit 2229 Punkten von Platz 2 auf 1. Vizemeisterin wurde Anja Kriegskotte (2162 P.) vor Cornelia Carl (1742

Ob im geschäftlichen oder privaten Rahmen:

Wir machen Ihre Feier zum Erfolg!

Unsere gemütlichen Räume bieten Platz für Gesellschaften von 20 – 100 Personen
Wir verwöhnen Sie mit deftigen Gerichten oder kulinarischen Leckerbissen

Lassen Sie sich von unserem Ambiente und unseren preiswerten Büfett- und Menüpreisen ab 25,- DM pro Person überzeugen!

**Buchen Sie jetzt
Ihre Feier bei uns**

RIAM - Catering & Service Gesellschaft mbH
Granastraße 114 - 54329 Konz
Tel: (0 65 01) 93 54 40
Fax: (0 65 01) 93 54 00
e-mail: kuechenleitung@zurbuche.de

Bitte sprechen Sie mit
Herrn Dahm oder Frau Mehlum.



P.). Bei den „Herren der Schöpfung“ tauschten Volker Schuh und Michael Kugel im Vergleich zum Vorjahr ihre Plätze. Schuh siegte mit 2972 Punkten, wobei Kugel mit 2923 Punkten Platz 2 und Philip Rybol mit 2076 Punkten Rang 3 belegte. Mit deutlichem Vorsprung wurde Anja Kriegskotte (2055 P.) vor Petra Dahmann (686 P.) und Elfi Brittner (548 P.) Siegerin bei den weiblichen Masters. Bei den Männern der gleichen Altersklasse gewann Achim Bartholome (1640 P.) vor Michael Lang (1415 P.) und Michael Godert (917 P.).

Aktive von 8 Schwimmclubs gaben sich Ende Februar beim Tag der langen Strecke im Konzer Hallenbad die Klinke in die Hand, um Punkte für den diesjährigen Vielseitigkeitspokal zu sammeln. Für hochkarätige Konkurrenz und internationalen Flair beim Kampf um den Sieg sorgten die Schwimmer von CN Diekirch (Luxemburg) und Liege Natation (Belgien).

So gab es gleich zu Beginn über 400m Lagen einen spannenden Zweikampf zwischen Lokalmatador Volker Schuh und dem Luxemburger Eric Ghirelli, den der Konzer in 5:14,0 Minuten knapp verlor. Auch bei den Damen konnte die TG-Schwimmerin Franziska Marquardt das Geschwisterpaar Carole und Myriam Reuland von Liege Natation nicht ausbremsen. In der persönlichen Bestleistung von 5:45,84 Minuten erreichte sie Rang 3. Auch Anna Steuer konnte ihre Bestzeit auf 6:51,70 Minuten reduzieren. Auf der klassischen 1500m-Freistilstrecke war es wieder-



SCHWIMMEN



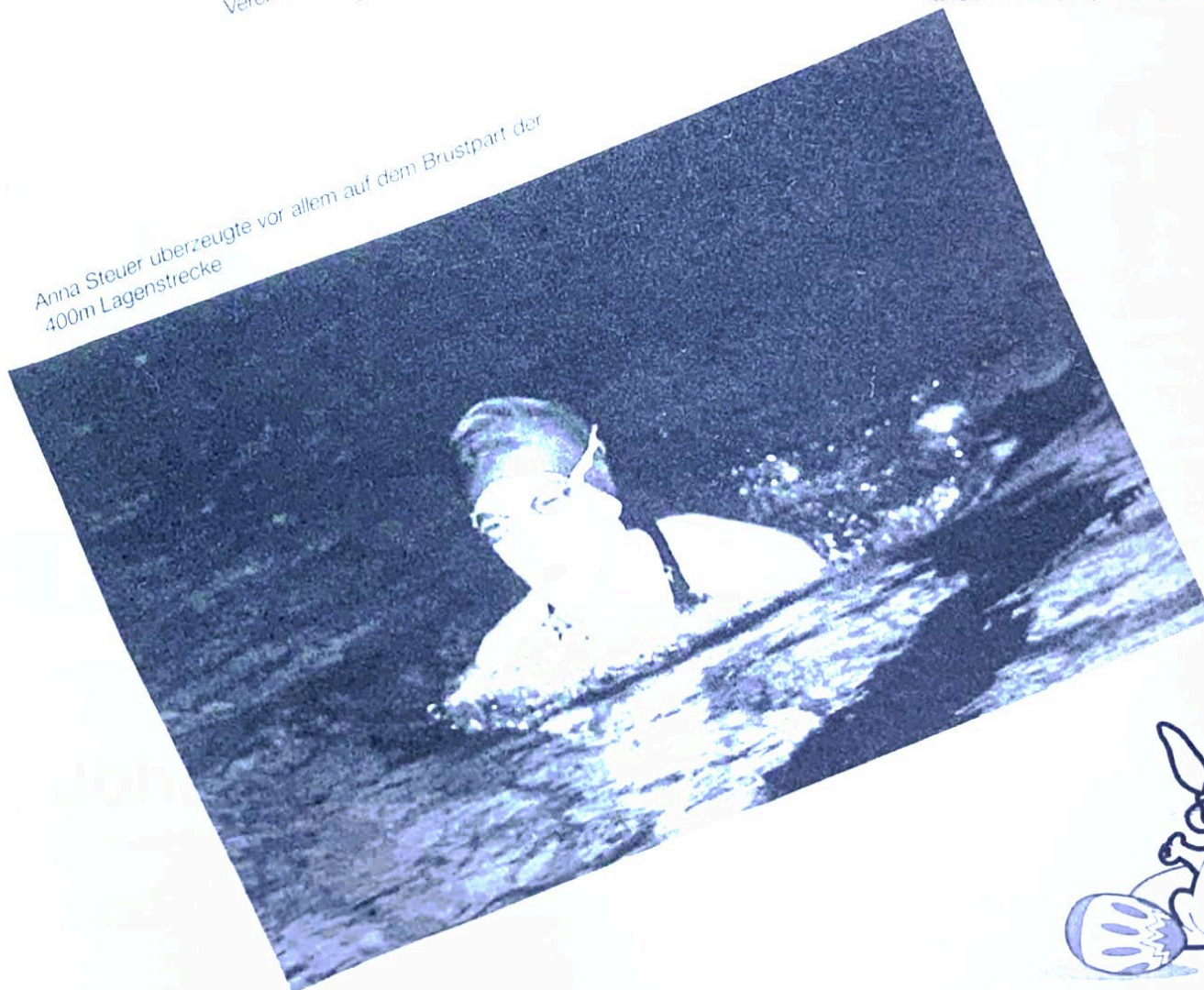
Vereinsmeister 1998: Volker Schuh, Sylvia Mackenberg, Anja Kriegskotte und Achim Bartholome (von links nach rechts)

um Eric Ghirelli (CN Diekirch), der in 17:44,50 Minuten die einheimischen Athleten hinter sich ließ. Volker Schuh erreichte in 18:51,22 Minuten den „undankbaren Vierten“. Hervorragende Bestleistungen auf dieser Distanz erschwammen Philip Witzmann (20:16,14 Min.) und Stefan Lieser (22:46,04 Min.). Über 800m Freistil der Damen waren wieder die belgischen Schwestern in 9:46,82 bzw. 10:03,83 Minuten unschlagbar. Franziska Marquardt belegte in 10:59,60 Min. Rang 5. Kirsten Tarrach verbesserte ihre Bestmarke auf dieser Distanz um über eine Minute auf 13:03,86 Minuten.

Weitere Plazierungen:

400m Lagen/Herren: 5. Philip Witzmann 5:48,82 Min., 6. Philip Steuer 5:53,0 Min., Damen: 8. Cornelia Carl 6:38,63, 9. Ruth Lieser 6:51,70, 9. Anna Steuer 6:51,70, 13. Stefanie Maxmini 7:07,23, 1500m Freistil/Herren: 7. Philip Witzmann 20:16,14 Min., 11. Philip Steuer 22:03,49, 15. Stephan Lieser 22:46,04, 19. Marco Igel 25:31,36 Min., 800m Freistil/Damen: 9. Cornelia Carl 12:12,25, 11. Anna Steuer 12:25,94, 16. Stefanie Maxmini 12:47,01 Min., 18. Kirsten Tarrach 13:03,86, 19. Ruth Lieser 13:31,18

Anna Steuer überzeugte vor allem auf dem Brustpart der 400m Lagenstrecke





Tischtennispielerin Heike Hartmann auf den Spuren von B.B.¹

Zwei Spielerinnen hatte der Tischtennisverband Rheinland für die Süd-West-Deutsche Meisterschaft der C-Schülerinnen nominiert. Darunter auch Heike Hartmann (TG Konz), einzige Teilnehmerin des Bezirks Trier in allen Altersklassen. Doch gleich das erste Spiel beim ersten Turnier im neuen Jahr mußte sie klar mit 7:21 u. 15:21 gegen Süs (Pfalz) abgeben. Danach allerdings konnte sich die junge Konzerin, die zum letzten Mal bei den C-Schülerinnen an den Start gehen durfte, deutlich steigern. Drei klare Zwei-Satz-Siege und eine knappe Niederlage im Entscheidungssatz gegen Wengert (Saarland) folgten. Am Ende wurde sie aufgrund

des besseren Satzverhältnisses Zweite der Gruppe 2, womit sie sich sensationell für das Halbfinale qualifiziert hatte. Im Spiel gegen die Erste der Gruppe 1 (Bous, Pfalz) konnte sich bis zum 15:15 keine der beiden Akteurinnen absetzen, bevor Heike Hartmann die Initiative ergriff und dies mit einem 21:17 Sieg belohnt wurde. Im zweiten Satz erwischte die Gegnerin aus der Pfalz einen guten Start und zog auf 8:2 davon. Doch Heike Hartmann kämpfte sich noch einmal ran und konnte erstmals zum Stande von 14:14 ausgleichen. Nach 20:17 Führung nutzte sie ihren dritten Matchball, um durch einen 21:19 Erfolg ins Finale der Süd-West-Deutschen Tischtennismeisterschaft einzuziehen. Dort traf sie auf ihre Auftaktgegnerin Süs. In einem guten und spannendem Spiel mußte sich die TG-lerin in zwei Sätzen mit je 19:21 knapp geschlagen geben. Aber auch mit dem zweiten Platz konnten sie und ihre Betreuer mehr als zu-

frieden sein. Noch nie zuvor hatte sich ein Nachwuchsspieler aus den Reihen der TG Konz bei einem derart hochrangigen Turnier im Einzelwettbewerb auf's Treppchen spielen können. Einziger Wermutstropfen bei dieser Veranstaltung war, daß mit dem Hessischen Tischtennisverband ausgerechnet der stärkste Landesverband auf eine Teilnahme an den C-Schüler(innen)-Konkurrenzen verzichtete. Im kommenden Jahr wird sich dies bei den ein bis zwei Jahre älteren B-Schülern sicherlich ändern....

Stephan Kaiser

¹nicht etwa Boris Becker, sondern Bianca Bauer, frühere Jugendnationalspielerin, nach einigen Jahren bei der ETuS Konz z. Zt. Nr. 2 des SV Böblingen in der 1. Tischtennisbundesliga

Heike Hartmann Rheinlandmeisterin

Hervorragende Ergebnisse erzielten die TG-ler bei den diesjährigen Verbandsmeisterschaften des Tischtennisverbandes Rheinland. Bei den Jugendlichen konnten sich die Spieler Nina Becker, Melanie Fritscher, Pascal Zimmer und Martin Adrian zwar nicht "aufs Treppchen" spielen, die gezeigten Leistungen waren aber aller Ehren wert. Oftmals scheiterte man erst knapp im Viertelfinale. Martin Adrian, der auch bei den A-Schülern an den Start ging, konnte sich dort im Doppel mit F. Laros (Trier) auf den dritten Platz vorspielen. Zusammen mit A. Weber (Köln) reichte es im Mixed sogar für Platz zwei. Im Einzel mußte er im Viertelfinale ausgerechnet gegen den späteren Sieger antreten, dem er unterlag. Tanja Schulz spielte bei den B-Schülerinnen ordentlich, was durch einen dritten Platz im Doppel belohnt wurde. Auch Heike Hartmann zeigte gute Ansätze. C-Schüler Thomas Hartmann konnte bei seinem ersten Auftritt bei einem derartigen Turnier nicht nur Erfahrungen sammeln, sondern in der Vorrunde auch einen Sieg erlangen. Mehr war für ihn, ebenso wie für Anna-Katharina Breidt im Einzel nicht drin. Im Doppel konnte diese zusammen mit Vereinskameradin Heike Hartmann den dritten Platz belegen. Diese wiederum mußte im gesamten Turnierverlauf lediglich einen einzigen Satz abgeben, was den Turniersieg bedeutete. Als Rheinlandmeisterin trat sie die Heimreise aus dem verschneiten Westerwald an.

Stephan Kaiser

"Studendeköpp" messen sich im Tischtennis

Christina Hau und
Hanso Kaiser Hochschulmeister

Bei den diesjährigen Hochschulmeisterschaften von Trier stellte die TG Konz mit fünf Teilnehmern die größte "Mannschaft". In der Herren-A-Klasse (ab 2. Bezirksliga aufwärts) gingen Stephan Kaiser und Alex Nölke an den Start und mußten im ersten Spiel prompt gegeneinander spielen. Erstgenannter konnte knapp gewinnen und wurde Gruppenerster, während A. Nölke die Gruppe als Zweiter beendete. Im Einzel kam jedoch für beide im Viertelfinale der Endrunde das Aus. Im Doppel erreichte St. Kaiser zusammen mit M. Reinsbach (Trier) genauso wie im Mixed zusammen mit Christina Hau den zweiten Platz. Diese konnte bei ihren ersten Hochschulmeisterschaften auf Anhieb den Einzeltitel in der Damen-Klasse gewinnen. Mit dem zweiten Platz im Damen-Doppel rundete Ch. Hau ihren Erfolg ab. In der Herren-B-Klasse (bis Kreisliga) waren Hanso Kaiser und Dirk Scalla am Start, die im Einzel im Halbfinale aufeinander trafen. Hanso Kaiser siegte hier ebenso wie im Endspiel und wurde Hochschulmeister. Beide traten im Doppel zusammen an, wo sie ohne Satzverlust blieben und souverän den ersten Platz belegten.

Stephan Kaiser



Fahrschule **SCHRAMER**

Konz • Wiltinger Straße 24

2. Etage (über Pizzeria Da Paolino)

theor. Unterricht
Mo. + Mi. ab 19.00 Uhr

Telefon 01 72 - 6 82 27 00
oder 0 65 81 - 21 09

ALFRED HEINZ

Versicherungsfachmann (BWV)
Geschäftsstellenleiter der
PROVINZIAL
Versicherungsanstalten der
Rheinprovinz
54329 KONZ

Karthäuser Straße 114
Telefon + Fax (0 65 01) 9 92 33



An der Lichtsmühle 2
54329 Konz

- Auto - Teile - Zubehör
 - Fahrwerk Tuning
 - Autolacke
 - Bremsbeläge
 - Auto - Beleuchtung u.v.m.

- Malerbedarf
 - u.a. Rauhfaser, Tapeten
 - Farben und Lacke

Telefon 0 65 01 - 99 81 76 + 77
Fax: 0 65 01 - 99 81 78

Wir erwarten Sie - und freuen uns auf Ihren Besuch.

SPORT-KISTE **LINZ**

Bahnhofstraße 23 • TRIER • Tel. 06 51/14 06 40

Werner Müller

Ihre Kette - Markt

Theodor-Heuss-Str. 2 - Tel. (0 65 01) 32 80
54329 Konz

Fleischabteilung

- Bekannt für Schwenk-/Spießbraten
- Rindfleisch und Schweinefleisch
aus Deutschland

Heizöl Heizöl

Heizöl - Diesel - Markenschmierstoffe

Johann Bast

Inh. Rudolf Bast

54329 KONZ •

Johannisstraße 9
Telefon 06501/2002



Wir machen den Weg frei



**Gut gerüstet
in den Berufserfolg.**
Der Einstieg ins Berufsleben
verändert auch Ihre finanzielle
Situation und wirft viele Fra-
gen auf. Wir sagen Ihnen, wie
Sie mit Ihrem Gehalt die
ersten Grundlagen für einen
Vermögensaufbau schaffen,
und sorgen dafür, daß von
Anfang an finanziell alles
rund läuft.

Volksbank Trier



TG-ler mischen bei Tischtennis-Bezirksmeisterschaften gut mit

Martin Adrian mit vier Titeln
erfolgreichster Teilnehmer

Samstag begann das Turnier mit der Konkurrenz der A-Schüler(innen). Während Tanja Schulz ihre Möglichkeiten nicht voll ausnutzte, spielte Martin Adrian stark auf. Er gab im Einzel, Doppel und Mixed lediglich einen einzigen Satz ab, womit er ungeschlagen blieb und alle drei Klassen gewann. Bei den C-Schüler(innen) zeigten die TG-ler, daß man keine Zukunftssorgen haben muß. Besonders Thomas Hartmann zeigte gute Fortschritte, was mit einem zweiten Platz belohnt wurde. Heike Hartmann landete auf dem gleichen Rang, hätte allerdings bei einer etwas besseren Konzentrationsleistung durchaus als Bezirksmeisterin das Turnier beenden können. Wie gut sie spielen kann, zeigte sie sonntags, wo sie bei den B-Schülerinnen im Einzel einen hervorragenden dritten Platz belegte, nachdem sie im Halbfinale gegen ihre Vereinskameradin Tanja Schulz ausgeschieden war. Diese startete im Finale zunächst mit einer hohen Führung im ersten Satz, um dann doch noch Satz, Spiel und Turniersieg abzugeben. Bei den männlichen Kollegen scheiterte Martin Hoffmann unnötig im Viertelfinale. Am selben Tag fanden auch die Spiele der Jugend-Klassen statt. Bei den Mädchen erreichte Nina Becker den dritten Platz, während Melanie Fritscher unglücklich im Viertelfinale ausschied. Zusammen im Doppel waren sie allerdings nicht zu schlagen und wurden souverän Bezirksmeister. Ein reines TG-Finale gab es im Einzelwettbewerb der Jungenklasse. Während David Schmitt knapp im Viertelfinale gescheitert war, setzten sich die stark agierenden Pascal Zimmer und Martin Adrian bis ins Finale durch. Dabei war letztgenannter im Halbfinale so gut wie ausgeschieden. Nach verlorenem ersten Satz lag er im zweiten bereits mit 2:15 bzw. 13:20 zurück, um schließlich doch noch zu gewinnen. Dieser Sieg beflügelte Martin Adrian im Finale, der dort Pascal Zimmer überraschend keine Chance ließ. Dafür konnten Pascal Zimmer u. David Schmitt, die Sensationssieger vom Vorjahr, ihren Titel im Jugend-Doppel erfolgreich verteidigen.

Die Plazierungen im Einzelnen:

- Schüler C Einzel
2. Thomas Hartmann
5. Thorsten Schulz
Schüler C Doppel:
2. Thomas Hartmann/Thorsten Schulz

- Schülerinnen C Einzel
2. Heike Hartmann
3. Anna-Katharina Breidt
Schülerinnen C Doppel
2. Heike Hartmann/Anna-Katharina Breidt
Schüler B Doppel
3. Martin Hoffmann/Neuhaus
(TuS Schweich)
Schüler(innen) B Mixed
2. Tanja Schulz/
Paluchowski (SV Olevig)
Schülerinnen B Einzel
2. Tanja Schulz
3. Heike Hartmann
Schülerinnen B Doppel

1. Tanja Schulz/Thiel (Tus Ahbach)
2. Heike Hartmann/Kaiser (Tus Ahbach)
3. Nadine Leuthner/Zimmermann
(TuS Schweich)
Schüler(innen) A Mixed

1. Martin Adrian/Weber
(FC Könen)
Schüler A Einzel
1. Martin Adrian
Schüler A Doppel
1. Martin Adrian/Dohm
(FC Könen)
Jungen Einzel
1. Martin Adrian
2. Pascal Zimmer
Jungen Doppel
1. Pascal Zimmer/David Schmitt
3. Martin Adrian/Herz
(ETuS Konz)
Jugend Mixed
2. Martin Adrian/Weber
(FC Könen)
3. Nina Becker/Herz
(ETuS Konz)
Mädchen Einzel
3. Nina Becker
Mädchen Doppel
1. Nina Becker/Melanie Fritscher

Stephan Kaiser



Ihre Spende fällt auf fruchtbaren Boden.

Wie gut Ihre Spenden aus dem letzten Jahr gedeihen, erfahren Sie, wenn Sie unseren aktuellen Jahresbericht anfordern. Damit laufende Projekte fortgeführt und neue Projekte gestartet werden können, brauchen wir weiterhin Ihre Unterstützung. Wir sorgen dafür, daß sie Früchte trägt.



DEUTSCHE WELTHUNGERHILFE

Spendenkonto Sparkasse Bonn: 1115 - BLZ 380 500 00

Deutsche Welthungerhilfe - Adenauerallee 134 - 53113 Bonn

Telefon: 0228/2288 0 - Fax: 0228/22 0710

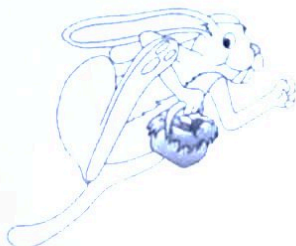
Ich möchte wissen, was geerntet wird.

Bitte schicken Sie mir Ihren aktuellen Jahresbericht zu.

Name

Straße

PLZ/Ort





Abteilungsleiter: Tina Schottler
Triererstr. 25 • 54329 Konz
Tel. 0 65 01 / 71 14

TURNEN

Weihnachtsfeier 1998

Da dieses Jahr keine offizielle Weihnachtsfeier der TG Konz stattfinden sollte, beschloss unsere Abteilung, für den 12.12.1998 im TG Sportpark eine turninterne Feier zu organisieren. In gemütlicher Runde bei Kaffee und Kuchen konnten sich die zahlreich erschienenen Eltern bei verschiedenen Vorführungen von dem Können ihrer Kinder überzeugen. So stellte z.B. die Freitagsgruppe ihre tänzerischen Fähigkeiten mit einem selbst kreierten Bailando-Tanz unter Beweis und die Mittwochsgruppe beeindruckte das Publikum durch eine gelungene Schwarzlichtaufführung. Zur Musik von Enigma begeisterten die "Kleinen" des Leistungsturnens die Gäste mit einer Kombination aus Bodenturnen und Trampolinspringen. Die drei "Großen" dieser Gruppe bildeten den Abschluss der Darbietungen mit einer eigens zusammengestellten Bodenkür. Auch in diesem Jahr ließ der Weihnachtsmann es sich nicht nehmen, bei unserer Feier vorbei zu schauen. Die schnell erkannte Weihnachtsfrau (Mami, das ist ja "nur" die Steffie!) lauschte aufmerksam den vorgetragenen Gedichten und verteilte zum Schluss die mitgebrachten Weckmänner. Recht herzlich möchten wir auch allen Eltern danken, die durch ihre Mithilfe (Kuchen- oder Kaffeespenden, Auf- und Abbau) zum Gelingen des Festes beigetragen haben.

HONDA

Lutz

Motorsport
Honda-Vertragshändler



Neuer Honda-Vertragshändler in Konz

- **Kompl. Honda-Zweiradprogramm (2-Jahres-Garantie ab 250 cm³)**
- **Motorradservice**
- **Motor- und Fahrwerk tuning**
- **Super-Moto-Umbauten**
- **Streetfighter-Umbauten**
- **Spezialanfertigungen**
- **Großes Reifenprogramm**
- **BEKLEIDUNG**

NEU: Leistungsprüfstand



Lutz-Motorsport
Inh. Bernd Lutz
Konzerbruck 26

Telefon 06501/150901
Fax 06501/150902

Come ride with us.





Winterfest 1998

Am Samstag, dem 28. November 1998, fand in der großen Halle des TG-Sportparks unser traditionelles Winterfest statt. Über 75 Mitglieder der Tanzsportabteilung nahmen daran teil. Geboten wurde ein kalt/warmes Buffet, das durch unser TG-Wirtschaftsteam Ingrid und Volkmar Kern zubereitet und aufgebaut wurde. Musikalisch wurde der Abend durch unseren Alleinunterhalter Günther Derbach gestaltet. Höhepunkte dieses Abends waren zunächst der Auftritt unserer "New-Vogue-Gruppe", die sich diesmal zum 3. Male vor Publikum präsentierte. An dieser Stelle nochmals meinen Dank an die ganze Gruppe für ihren Trainingseinsatz. Anschließend präsentierte uns die Trierer Rock 'n Roll Gruppe „ANACONDA" einen halbstündigen Rock 'n Roll Showteil, der unser ganzes Publikum begeisterte. Die Organisation dieses Abends erforderte natürlich entsprechenden Aufwand. Hier möchte ich mich besonders bei Familie Overwin bedanken. Für die gelungene Tischdekoration vielen Dank an Familie Kößling. Ebenso auch meinen Dank an alle Helfer, die beim Aufbau und Abbau geholfen haben.



Termine 1999

Jahreshauptversammlung

am Mittwoch dem 03.03.1999

Maiwanderung

am Sonntag, dem 02.05.1999

DTSA Abnahme

am Sonntag, dem 03.10.1999, Beginn 14.30 Uhr, Eintanzen ab 13.30 Uhr. Zusatztraining an 2 Samstagen am 18.09. und 25.09.1999 ab 14.00 Uhr

Winterfest am Samstag, dem 20.11.1999

Hartmut Kasel





So landen Sie im richtigen Kurs

Aller Anfang ist leicht, wenn man weiß, wo's lang geht. Aber Aerobic-Einsteiger stehen meist vor einem verwirrenden Kurs-Angebot. Damit sich jeder in dem Wirrwarr von Hi und Lo, Fatburner und Pump zurechtfinden kann, gibt Christiane Reiter, Presenterin des Jahres 1997, einen Überblick und hilft bei der Wahl des richtigen Kurses

Der erste Schritt ist schon gelungen, denn Sie haben sich entschlossen, etwas für sich zu tun. Jetzt kommt es darauf an, daß Sie genau wissen, was Sie wollen. Legen Sie zuerst möglichst genau fest, welches Ziel Sie anstreben. Wenn Sie mehrere Motive haben, bestimmen Sie eine Reihenfolge, damit Sie sich nicht überfordern. Um Ihnen die Wahl zu erleichtern, gebe ich Ihnen vier Richtungen an, zwischen denen sich die meisten Einsteiger entscheiden:

- 1 Sie wollen sich einfach mal richtig austoben, hüpfen, was das Zeug hält, Stress abbauen, Kondition tanken und vielleicht auch etwas Gewicht reduzieren.
- 2 Sie möchten gezielt Ihre Figur straffen, das Gewebe festigen, die Muskeln kräftigen.
- 3 Sie träumen von spielerischem Tanz oder eher sanften Bewegungen, vielleicht sogar meditativ Entspannung.
- 4 Sie suchen nach aktiven Gesundheitsprogrammen für den Rücken oder die Gelenke.

Seiten gibt es spezielle Kurse für Anfänger. Sie müssen deshalb davon ausgehen, daß sich die Gruppe aus sehr unterschiedlich trainierten Teilnehmern zusammensetzt. Haben Sie Geduld mit sich und glauben Sie nicht, Sie müßten gleich am Anfang alles perfekt mitmachen können.

Falls Sie erstmals nach langer Pause wieder Sport treiben, kann Ihnen ein Aufbauprogramm an Ausdauer- und Kraftgeräten sehr viel Frust im Aerobic-Saal ersparen. Am besten versuchen Sie es am Anfang mit einer Mischung aus Gerätetraining und Kursprogramm.

1 Puste und Power

Wenn Sie sich für die erste Richtung entschieden haben, können Sie fast jede Art von Kurs belegen. High- oder Low-Impact ist genauso richtig wie Step- oder Slide-Stunden und sogar reine Spinning-Kurse sind zum Auspowern bestens geeignet. Allerdings müßten Sie gerade fürs Spinning schon eine gute Kondition mitbringen. Auch Step-Stunden aller Art bringen am meisten Spaß, wenn Sie nicht schon zur Halbzeit keine Puste mehr haben.

Speziell für Anfänger sind die wenigsten Angebote dieser Kategorie eingerichtet, und weil viele Studios aus einem schier endlosen Vorrat an phantastischen Namen für ihre Stunden schöpfen, kann ich nur jedem empfehlen, sich seinen Kurs vorher erklären zu lassen. So können Sie sicher sein, nicht beim Herz-Kreislauf-Training zu landen, wenn Sie in den Fatburner-Kurs wollten, um ein paar Kilo abzunehmen.

High-Impact-Stunden sind für Menschen mit Gelenkproblemen weniger geeignet. Wer Schwierigkeiten mit Knieen oder Knocheln hat, wählt am besten zunächst einen Slide-Kurs. Das sanfte Gleiten wie beim Schlittschuhlaufen gibt wieder Körpergefühl und kann ein erster Schritt für den Ausflug auf Inlineskates sein.

2 Kraft und Figur

Die zweite Kategorie von Aerobic-Stunden ist für Anfänger besonders gut geeignet, weil jeder seine Intensität wählen kann, ohne aus dem Rhythmus zu kommen. Auch beim Muskel- und Figurtraining gibt es eine Fülle von Variationen und Namen: Body-Shaping, Bauch-Beine-Po, Problemzonen-Gymnastik usw. Ich nenne meine Stunden schlicht Muskeltraining.

Die Sportartikelhersteller haben eigene Programme entwickelt: das Reebok Flexible Strength Training oder das Total Body Conditioning von Nike.

Rump-Training geriert auf jeden Fall auch in diese Gruppe. Wer diese Kombination aus Aerobic und Hanteltraining mitmacht, hat hinterher das Gefühl, unheimlich gearbeitet zu haben. Sehr beliebt und wirkungsvoll ist der Aerobic-Zirkel, ein reines Muskeltraining mit Steps, Gewichten und Tubes.

3 Schwung und Gefühl

Zu der dritten Gruppe von Kursen gehören Stunden, in denen man sich im Einklang mit der Musik so richtig gehen lassen kann: Hip-Hop, City Jam, Jazzdance. Aber auch der neue Trend meditativ Elemente und klassischer Yoga-Übungen – von Tai-Chi bis Qi Gong – paßt in dieses Ganzkörpertraining. Vor Jahren galten solche Anleihen an fernöstliche Bewegungsformen bei uns noch als nicht körpergerecht. Jetzt greift die Aerobic-Szene die dynamische Mischung aus Kraft- und Flexibilitätsübungen wieder auf. Wichtig ist bei diesen Kursen, hinterher das Gefühl wohliger Entspannung zu haben.

4 Fit und gesund

Wenn der Arzt Ihnen ein aktives Gesundheitsprogramm empfohlen hat oder Sie selbst etwas gegen das Kreuz mit dem Kreuz unternehmen wollen, sind Sie in der vierten Gruppe von Aerobic-Kursen richtig: die Wahl von Ruckenschule oder Wirbelsäulengymnastik, Aerobic-Raum oder Gerätesaal hängt weitgehend davon ab, ob Sie schon mit Schmerzen oder noch vorbeugend kommen, ob Sie zwei oder 20 Jahre lang keinen Sport mehr betrieben haben. Bevor Sie sich vom Rhythmus der Musik zu Bewegungen hinreißen lassen, die Ihnen noch nicht gut bekommen, kann es sehr sinnvoll sein, ein Aufbauprogramm auf dem Fahrrad-Ergometer und erste Kräftigungsübungen an den Trainingsmaschinen zu absolvieren.

Wenn Sie sich am Anfang realistische Ziele stecken und die Anforderungen an sich selbst dann schrittweise erhöhen, werden Sie in kürzerer Zeit mehr Erfolg haben. Das Wichtigste ist der Spaß an der Bewegung und die Zufriedenheit mit der eigenen Leistung.

Dazu trägt auch die richtige Ausrüstung bei. Allerdings setzen viele hier die falschen Akzente. Wenn der Body der letzte Schrei ist, die Schuhe aber aus der Mottenkiste, dann kann die beste Aerobicstunde nichts als Verdrüss bringen.

In jedem Alter die optimale Fitness - die beste Voraussetzung für ein dauerhaftes Wohlfühl-, Gesundheit und Aktivität ein Leben lang.

Wichtig ist dabei, einen Sport zu betreiben, der den Körper je nach Altersstufe optimal unterstützt. Natürlich sind individuell viele Besonderheiten zu berücksichtigen, zum Beispiel die Eingebundenheit in Beruf und Familie, aber auch die persönliche Gesundheit. Es bieten sich jedoch für jede Altersgruppe eine Vielzahl verschiedener Sportarten an, die mit etwas gutem Willen in jeden Zeitplan zu integrieren sind.

Unter 20 Jahre

Kinder und Jugendliche haben viel Ausdauer und Kraft und betreiben meistens einen Sport, der viel Spaß macht und sie 100%ig fordert. Die Spitzensportler bei den Kids sind neben König Fußball Turnen, Schwimmen, Leichtathletik, Handball, Judo und Tennis. Besonders bei Mädchen stehen Reiten und Jazzdance/Ballett hoch im Kurs. Als Modeerscheinung haben seit kurzem auch Inline-Skating und verschiedene Kampfsportarten an Beliebtheit zugelegt. Egal wie Junior sich fit macht: in diesem Alter ist fast jede Sportart ideal für den Bewegungs- und Muskelapparat.

20 bis 30 Jahre

Der Körper ist auf dem Höhepunkt seiner Leistungsfähigkeit, was aber im Streß der ersten Berufs- und Alltagsjahre oft untergeht. Wichtig ist jetzt, einen Sport zu betreiben, der Ausgleich zum gewählten Beruf schafft und gleichzeitig nicht zuviel Zeit in Anspruch nimmt: Fitness-Training, Aerobic, Gymnastik, Joggen, Fußball und Tennis. Fun- und „Kick“-

Sportarten wie Skate-/Snowboarding, Inline-Skating und Surfen sind

Fitness - Eine Frage des Alters ?

gerade in diesem Alter sehr interessant, bieten sie doch den nötigen Ausgleich zum täglichen Berufsleben.

30 bis 40 Jahre

Ab hier heißt es: Aufgepaßt! Erste körperliche Problemchen lassen aufhorchen und stimmen nachdenklich. Der Körper wird empfindlicher und sollte nicht mehr über die Maßen gefordert werden. Wichtig ist jetzt Sport im richtigen Ausmaß: Bergwandern, Badminton, Waldlauf, Joggen, Radfahren, Bodybuilding/-shaping und Schwimmen sind erholsames Fitness-Training.

40 - 50 Jahre

Der Körper zeigt erste Alterssymptome: der Rücken schmerzt, Muskeln und Haut sind nicht mehr so straff, Kondition und Ausdauer lassen nach. Jetzt sollte die Sportart gezielt gewählt werden: Ruckengymnastik, Tanzen, Tischtennis oder Golf halten Sie in Bewegung, ohne zu überfordern. Für Frauen bieten sich Aerobic und Jazzdance gegen rundlichere Formen an Hüfte und Po an, Männer können durch vorsichtiges Bodybuilding dem Bierbauch zuvorkommen.



50 bis 60 Jahre

Jetzt ist leichter Ausdauersport angesagt, um beweglich zu bleiben, ohne Rücken und Gelenke zu belasten. Wandern, Radfahren, Tanzen, Kegeln, ruhiger Ski-Langlauf und Schwimmen bringen Sie an die frische Luft und halten auf Trab, ohne den Körper zu überfordern. Aber alles in Maßen: ein- bis zweimal Training pro Woche ist genug, denn der Körper braucht jetzt mehr Zeit zur Regeneration.

Über 60 Jahre

Sie sind fit bis ins Seniorenalter gekommen und möchten es auch bleiben? Dann gilt: In der Ruhe liegt die Kraft. Vermeiden Sie es, unnötig Verletzungen herausfordern!

Sportarten, bei denen Reaktionsvermögen und Schnelligkeit gefordert sind, sollten besser gemieden werden. Besser geeignet sind Wasser- und Schwimmen, ruhiges Wandern und kurze Spaziergänge.





SAMOK-BAU

Wohnungsunternehmen Diwo GmbH & Co KG

54329 KONZ • Schillerstraße 27

Telefon Nr. 0 65 01 - 20 28 • Telefax 0 65 01 - 33 69

Wir vermieten in guten Wohnlagen besonders ausgestattete Mietwohnungen sowohl im frei- als auch im öffentlich geförderten Wohnungsbau.

Zur Zeit erstellen wir frei finanzierte Wohnungen in Trier, Bollwerkstraße sowie in Konz-Mitte. Fragen Sie unsere Sachbearbeiter nach unserem reichhaltigen Angebot.



Wir schaffen was.

- Kanalbau
- Pflaster
- Straßenbau
- Betonbau

54329 KONZ

Büro:

Konzerbrück 29

Tel. (0 65 01) 1 20 04

Fax (0 65 01) 1 57 26

Bauhof:

Domänenstraße 1

Tel. (0 65 01) 23 90

Fax (0 65 01) 56 65

500qm Ausstellungsfläche
Vollständige Bäder

Ihr *neuer* Fachmarkt für
Fliesen & Sanitär



Fliesen · Platten · Mosaik · Naturstein · Marmor · Sanitär
Ausstellung · Beratung · Verlegung · Abholmarkt

Ceramika
FLIESENFACHGESCHÄFT

Konz · Alte Römerstraße 1 ehemals
Norma-Markt

Ceramika GmbH · Telefon (06501) 6000-11 · Fax 6000-13 · Wir haben für Sie geöffnet: Mo-Fr 8-18 Uhr · Do 8-20 Uhr · Sa 8-14 Uhr

Wolter's DISCOUNT Tankstelle

SPAREN BEIM TANKEN – SPAREN BEIM KAUFEN

2 mal in Wasserbillig

Hier tanken Sie **Markenkraftstoffe billiger!**

Nutzen Sie darüberhinaus die Vorteile unserer **Stammkundenkarte!**

Achten Sie auf unsere wöchentlichen **Sonderangebote.**

☎ (00352) 74 84 54 und 74 94 54



BANKING KANN SO EINFACH SEIN ...

- Neu: Direktbanking bei der Sparkasse Trier
- Per Telefon oder PC
- 7 Tage die Woche, rund um die Uhr
- Giro: täglicher Zahlungsverkehr zum Nulltarif
- Geldanlage: Vorteil durch attraktive Zinsen
- Wertpapier-Geschäfte: Top-Konditionen

Machen Sie den ersten Schritt
zum einfachen Banking!
Informieren Sie sich jetzt!



NEU!
JETZT ANRUFEN!

é-Direkt Service-Coupon

Ja, einfaches Banking mit é-Direkt interessiert mich!

Bitte senden Sie mir unverbindlich das Start-Paket mit allen Informationen zu é-Direkt inklusive Konto-Eröffnungsunterlagen.

Meine Anschrift

Vorname, Name

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Tel. gesch.

Tel. privat

AT3

Und so erfahre ich mehr:

Per Telefon: 0651-712 712
oder 01803-712 712

Per Fax: 0651-712 48 48

Oder Coupon
per Post an:

Sparkasse Trier
é-Direkt
Postfach 25 40
54215 Trier

Sport • Spiel • Entspannung Hallenfreizeitbad Konz

- Solarien
- Ruhebereich
- Sonnenwiese
- Kinderplanschbecken - 32°C
- Whirlpool - 32°C

Kombiniertes Becken mit Unterwasserbeleuchtung - ca. 28 °C
Verbindung zu Sauna und Massage
Schwimmbadrestaurant
Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene
Rückenschwimm- und Wassergymnastik-Kurse
Wassergewöhnungskurse für Kleinkinder

Happy Hour: von 6.00 - 8.00 Uhr
(Verbilligter Eintritt)

Mittwochs Warmbadetag - 30°C

Freitags Spiel- und Spaßtag: 15.00 - 17.00 Uhr

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag	6.00 - 10.00 u. 14.00 - 21.00 Uhr
Dienstag	geschlossen
Mittwoch	6.00 - 10.00 u. 14.00 - 21.00 Uhr
(Warmbadetag)	
Donnerstag	6.00 - 10.00 u. 14.00 - 21.00 Uhr
Freitag	6.00 - 10.00 u. 14.00 - 21.00 Uhr
Samstag	8.00 - 17.00 Uhr
Sonn- u. Feiertage	8.00 - 13.00 Uhr

Auskunft erteilt: Tel. 0 65 01 / 1 58 74

... wir spielen mit !

SCHUHE + SPORT HOLBACH

Wiltinger Straße 26-30 • 54329 KONZ
Tel. 06501/92940