



TG Vereinszeitung

Aktuell

Basketball

Bogensport

Breitensport

Gesundheitssport

Handball

Jazztanz

Karate

Lauffreß

Leichtathletik

Leichtathletik/Walking

Schwimmen

Tae Kwon Do

Tanzsport

Tischtennis

Triathlon

Turnen

Volleyball

Kurse der TG

TG Sportstudio



TISCHTENNIS 12. Porta-Nigra Pokal

Seiten 28-30

Bitte achten Sie auf den Termin für
die Mitgliederversammlung 7.9.2004
ACHTUNG: Neue Ausweise
liegen dieser Ausgabe bei!



Wassersportschule

Unser Programm:

Bootsführerscheine
UKW-Sprechfunk
Vermietung von Segelbooten

Info/Anmeldung:
Wassersportzentrum Saar-Mosel GmbH
Bodo Thias, Im Weerberg 33, 54329 Konz
Tel./Fax: 06501/7281
Email: mail@wassersportschule-konz.de
www.wassersportschule-konz.de



Griechisches Restaurant

METEORA

Maria Alexiou

Beethovengalerie
54329 Konz

Tel.: 06501 - 605272

Wir empfehlen unsere vielseitigen griechischen
Speisen und Getränke

Öffnungszeiten:
11:30 - 14:00
17:30 - 23:00

Montags Ruhetag, außer an Feiertagen
Alle Gerichte auch zum Mitnehmen.



Ihr neues Fachgeschäft
für Informationstechnik in Konz

Alarmanlagen



Raumüberwachung



Computer &
Netzwerktechnik



Internetservice



Telekommunikation



arcit.de

Achim Asbeck

Karthäuser Str. 52 · 54329 Konz
Tel. (06501) 6042301 · Fax (06501) 6042307
Mobil: (0160) 96236269 · www.arcit.de · mail@arcit.de



Deutsche
Telekom
Leistungen

Öffnungszeiten:

Di - Fr. 14 - 18 Uhr, Sa. 9 - 13 Uhr



Für die sonnigen Tage im Leben

Unsere Hausgäste wohnen in groß-
räumigen und nach ihren Wünschen
eingerichteten Zimmern und gehen gerne
in unserem liebevoll gestalteten Garten
spazieren.

Gerne senden wir Ihnen weiterführendes Informationsmaterial über unsere
Einrichtungen zu oder laden Sie auf ein persönliches Gespräch ein.

ZUR BUCHE
SENIORENHAUS



Zur Buche Konz - Granstr. 114 - 54329 Konz - T 06501/93150
Zur Buche Salmtal - Vor den Gruben 16 - 54528 Salmtal - T 06576/98120
www.zurbuche.de

SWT
Energie Wasser Service

Voller Energie

... wie wir für Sie!

Energie in der Region - das wird
fest mit „Stadtwerke Trier“ verbunden.
Wir bieten Rundum-Versorgung mit Energie
und Wasser und eine hohe Service-Kompetenz.

SWT
Energie Wasser Service

www.stadtwerke.info

Inhalt	Seite
VORSTAND / GESCHÄFTSSTELLE / DIE TG	
Vorstand der TG Konz / Impressum	1
Liebe Sportfreunde • Stellenanzeigen	2
Wir gratulieren • Neue Ausweise •	
Sportbetrieb während der Sommerferien	3
Mit uns fit durch den Sommer	4
BASKETBALL	
WEINSTAND am Heimatfest	4
BOGENSPORT	
TG-Nachwuchs strebt nach oben	4-5
Bezirksmeisterschaften der Bogenschützen FITA im Freien 2004 •	
Drei Bezirksmeister und viele weitere gute Plazierungen	
für die Konzer Feldbogenschützen	6
BREITENSORT	
Ja so war's, die alten Rittersleut	6-8
JUGENDFAHRTEN	
Der Sommer kann kommen	8
KURSE	
46,2 kg	9-10
LEICHTATHLETIK	
Leichtathletik-Trainingslager 2005	10
Unsere Kleinsten ganz groß	11
Formular für Leichtathletikcamp 2004	12
Sportabzeichen 2003	13
LAUFTREFF	
Erlebnismarathon	14, 19
Osterlauf in Grevenmacher	20
Erfolgreich in Hermeskeil	20-21
Alljährliche Schlamm Schlacht in Geichlingen	22
RADSPORT	
Aktivitäten der Radsportabteilung	23
Saarpedal 2004	24-25
SCHWIMMEN	
Sehr gute Plazierungen beim Schwimmfest in Trier	26-28
TISCHTENNIS	
12. Porta-Nigra Pokal der Tischtennisabteilung -	
Gelungene Premiere in der Lorenz-Kellner-Halle	28-30
VOLLEYBALL	
Fast ein Durchmarsch - die Verbandsliga Herren Saison 2003/04	31
WALKING/SKIGYMNASTIK	
Freude an der Bewegung	32

MITTELTEIL: Übungsplan

Redaktionsschluss für Heft 3/04
ist der 5. August 2004



Vorstand

Geschäftsführender Vorstand

Ehrenvorsitzender:

Walfried Heinz,
 Albert-Schweitzer-Str. 20, 54329 Konz
 (06501) 600771 Fax: 600777

Stellvertr. Vorsitzender:

Burkhard Disch

Stellvertr. Vorsitzende:

Marlies Frick
 (06501) 94668-0

Schatzmeister:

Hans-Joachim Schalm
 Am Jesuitenpfad 11
 54329 Konz

Sportlicher Leiter:

Burkhard Disch,
 (06501) 94668-0 / 94668-11
 burkharddisch@tgkonz.de

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

Seniorenbeauftragte:

Ilse Fuchs
 Rudolf-Virchow-Str. 40, 54329 Konz
 (06501/150558)

Geschäftsstelle:

Helga Reinsbach,
 (06501) 94668-0
 helgareinsbach@tgkonz.de
 info@tgkonz.de

Studio:

Marlies Frick,
 Am Sprung 18, 54329 Konz
 (06501) 94668-31

TG Sportpark, Schul- und Sportzentrum,
 54329 Konz
 Tel. (06501) 94668-0
 Fax (06501) 94668-88

e-mail: info@tgkonz.de
 Homepage: www.tgKonz.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo.- 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: Schneider und Alt, Trier

Auflage und Erscheinungsweise:

2200 Exemplare/vierteljährlich

Der Bezugspreis ist mit dem Mitgliedsbeitrag
 abgegolten.



Liebe Sportfreunde,

an dieser Stelle findet Ihr gewöhnlich den Bericht des 1. Vorsitzenden. Heute muss ich Euch leider mitteilen, dass unser 1. Vorsitzender, Werner Schulz, sein Amt Ende Mai aus persönlichen Gründen niedergelegt hat.

Am Freitag, den 07.09.2004 findet die Jahreshauptversammlung der TG statt.

Im Rahmen dieser Mitgliederversammlung werden dann Neuwahlen durchgeführt. Ziel dieser Neuwahlen ist es, wieder einen kompletten und ehrenamtlichen Vorstand zu bilden.

Ganztagsschule

Im kommenden Schuljahr werden die Realschule und die Hauptschule das Ganztagsangebot in Konz erweitern. Die TG Konz hat sich bereit erklärt, bis zum geplanten Mensabau (die Presse berichtete bereits darüber), die Versorgung dieser Schüler zu übernehmen. Momentan haben sich 205 Schüler im Schulzentrum angemeldet.

Die notwendigen Investitionen werden komplett von den Schulträgern übernommen. Es fallen keine weiteren Investitionen für die TG Konz an. Diese Konstellation wird sich – zumindest für einen kurzen Zeitraum – positiv auf unsere finanzielle Situation auswirken.

Gesundheitssport etabliert sich

Die Annahme des vielfältigen Gesundheitsangebotes der TG entwickelt sich äußerst erfreulich. Besonders die Kurse Topforming (Bewegen und Ernähren) und Präventives Herz-Kreislauf-Training zeigen beachtliche Zuwachsraten. Die Entscheidung, diesen Qualitätsbereich weiter auszubauen und zu investieren, scheint sich auszuzahlen.

Jugendbereich

In denjenigen Abteilungen, in denen es im Nachmittagsbereich engagierte und motivierte Übungsleiter gibt, haben wir sehr guten Zulauf. Oft ist dieser Zulauf so groß, dass die Teilnehmerkapazitäten ausgeschöpft sind. Wir sind aber weiterhin auf der Suche nach weiteren Übungsleitern/innen, die in den Grundlagenbereichen Turnen/Ballsport/Leichtathletik mit Kindern und Jugendlichen arbeiten wollen.

Spiel und Spaß mit und ohne Ball

Nach den Sommerferien startet die TG ein neues Projekt in der Nachwuchsarbeit. Unter dem Motto „Such Dir Deine Sportart selber aus“, wollen wir Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit geben, sich vielseitig auszubilden und

selbst zu entscheiden, was sie spielen möchten. In der großen Saar-Mosel-Halle werden auf den drei Dritteln unterschiedliche Sportarten angeboten. Das Spektrum umfasst Rückschlagspiele, Ballschule, allgemeine Spiele, Koordinationschule und vieles mehr. Die gesamte Halle soll zum großen Sporterlebnispark werden. Auf diese Weise können individuelle Begabungen frühzeitig erkannt und gefördert werden.

Renovierung Saar-Mosel-Halle

Ab den Sommerferien wird die Saar-Mosel-Halle grundlegend saniert. Inhalt der Baumaßnahmen sind die Umkleide- und Nassbereiche. Die Renovierung wird im oberen Bereich der Halle beginnen. Nach Weihnachten wird die Renovierung des unteren Bereichs neben der Gymnastikhalle folgen. In diesen Monaten werden alle Sportler zusammenrücken müssen. Es ist uns aber gelungen einen Plan aufzustellen, so dass der Sport durch diese Baumaßnahme nicht wesentlich beeinträchtigt wird.

Ich wünsche allen Mitgliedern/innen und Freunden/innen der TG Konz einen schönen und erholsamen Sommer 2004.

*Burkhard Disch
Sportlicher Leiter - 2. Vorsitzender*

TG Konz 1885 e.V. sucht

Hausmeister

(geringfügig beschäftigt)

Könnten Sie sich vorstellen, ab 1.08.2004 handwerkliche Arbeiten, Gartenarbeit und Renovierungsarbeiten in und um den TG Sportpark mit Spaß zu erledigen?

Arbeitszeiten:

**Montag - Donnerstag 11.30 Uhr - 14.30 Uhr
+ Veranstaltungen und Notdienst.**

**Haben Sie technisches Verständnis für
Heizung, Lüftung und Sanitär?**

Sind Sie zeitlich flexibel?

Wenn Sie diese Fragen mit

ja

beantworten könne, dann sollten Sie sich bei uns bewerben !!!

Bewerbungen richten Sie bitte an:

**TG Konz 1885 e.V.
Hermann-Reinholz-Straße
54329 Konz**

Info: Tel.: 06501-946680, e-mail: info@tgkonz.de

TG Konz 1885 e.V. sucht

Vorstandsmitglieder

**Könnten Sie sich vorstellen,
in unserem Vorstandsteam mitzuarbeiten?**

Wir suchen Menschen, die sich für unseren Verein engagieren möchten und Freude daran haben, unseren Verein zu gestalten und nach Außen darzustellen.

**Unsere Vorstandsmitglieder werden
durch das hauptamtliche Team entlastet.**

**Wollen Sie mitmachen und haben Zeit und Interesse für diese
interessante Aufgabe?**

Dann setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

**Gerne informieren wir Sie
über die detaillierten Aufgabenfelder des Vorstandes.**

**TG Konz 1885 e.V.
Hermann-Reinholz-Straße
54329 Konz**

Info: Tel.: 06501-946680, e-mail: info@tgkonz.de

Herzlich willkommen in Bernis Bistro.

dem Treffpunkt für Jung und Alt, Sportler und Nichtsportler. In gemütlicher Atmosphäre bieten wir Ihnen Speisen und knackige Salate an. Hierbei achten wir besonders auf gesunde Zubereitung und Ausgewogenheit der Speisen.

Aus der Getränkekarte empfehlen wir vor allem unseren Bauernviez, die offenen und geschlossenen regionalen Weine und Karlsberg Ur-Pils vom Fass.

Außerdem besteht die Möglichkeit, private Festivitäten wie Geburtstage oder Hochzeiten, das allseits geliebte Sommerfest oder Partys am Wochenende in Bernis Bistro auszurichten.

Auf Ihren Besuch freuen sich Bernhard Disch und sein Bistro-Team!
(Tel. 06501/94668-12)

Öffnungszeiten: Montag-Freitag von 19.00 - 0.30 Uhr
In den Sommerferien ist das Bistro vom 19.7. - 29.8. geschlossen.

Im Ausschank

...der beste Weg zum Markengetränk

Getränke **PEIFFER**

54439 Saarburg
Tel. 06581-2007

Winnebeck

Getränkemärkte

Telefon 06501-2033
Konz - Könen
Wasserliesch



Personelles

Wir gratulieren

Herrn Reinhold Achtermann zum 70. Geburtstag am 29.04.

Frau Käthe Riehm zum 75. Geburtstag am 02.05.

Frau Ursula Bullinger zum „runden“ Geburtstag am 20.05.

Frau Maria Hammer zum 65. Geburtstag am 21.05.

Frau Helga Schwarz zum 50. Geburtstag am 02.06.

Herrn Albert Franzen zum 65. Geburtstag am 15.06.

Frau Gertrud Lieser zum 50. Geburtstag am 30.06.

Herzliche Glückwünsche auch an alle, die eine Veröffentlichung in unserer Vereinszeitschrift abgelehnt haben.



Neue Ausweise

Diesem Heft sind die neuen Mitgliedsausweise beigelegt, die bis zum 31.05.2006 gültig sind.

Bitte prüfen Sie, ob alle Angaben richtig eingetragen sind.

Sollten der Ausweis fehlen oder die Einträge falsch oder unvollkommen sein, informieren Sie bitte die Geschäftsstelle.

Sportbetrieb und Öffnungszeiten während der Sommerferien

(19.7. - 27.8.2004)

Während der Sommerferien bietet die TG ihr alljährliches „Sommerprogramm für alle“ an.

Das Training in den einzelnen Abteilungen wird durch die Abteilungsleiter geregelt.

Das Sportstudio ist in den Sommerferien von montags bis freitags

von 8.00 bis 12.00 und von 16.00 bis 21.30 Uhr.

samstags von 14.00 bis 17.00 Uhr und sonntags von 9.00 bis 13.00 Uhr geöffnet

Die Geschäftsstelle ist während der gesamten Ferien besetzt und das Bistro geschlossen bis einschließlich 29.8.2004.

Das gesamte TG Team wünscht einen schönen und erholsamen Urlaub!



Mit uns „fit durch den Sommer“...

denn Fitness verträgt keine Pause. Deshalb haben wir für euch wieder ein Ferienprogramm zu folgenden Zeiten zusammen gestellt:
Beginn: Montag, 19.7.2004, Ende: Donnerstag, 26. August 2004*

Mo	9.00– 10.30 Uhr	Walking	Marianne u. Mario Erschens	Parkplatz am Stadion
	19.00 – 20.00 Uhr	Bauch-Beine-Po*	Myriam Bußer	TG Halle
	19.00 – 20.00 Uhr	Wassergymnastik	Ilse Fuchs	Freibad
Di	9.00 – 10.00 Uhr	Sommer-Fitness * mit viel Spaß	Marlies Frick	TG Halle
	18.30 – 20.00 Uhr	Walking	Marianne u. Mario Erschens	Parkplatz am Stadion
	19.00 – 20.00 Uhr	Sunshine Step & * Shape (nur v. 27.7.-3.8.04)	Felicia Wolters	TG Halle
Mi	19.00 – 20.00 Uhr	Sommer-Fitness* mit viel Spaß	Marlies Frick	TG Halle
Do.	19.00 – 20.00 Uhr	Body-Styling (Problemzonentraining)	Mechthild Schneider	TG Halle

*Wegen des in der Zeit von Montag, 19.7. bis Donnerstagmorgen, 22.7.04 stattfindenden Volleyball-Camps kann das Sommerprogramm in der TG Halle erst am Donnerstag, 22.7.04, 19.00 Uhr beginnen.

Hinweis: Am Heimatfest-Montag, 19. Juli 2004, 20.00 Uhr, ist unsere Aerobic-Gruppe wieder um 20.00 Uhr im Festzelt zu sehen.



Basketball

Abteilungsleiter: **Holger Bollig**
Tel. 06501 / 60 58 43
HolgerBollig@web.de

In diesem Jahr hat die Abteilung Basketball wieder den Weinstand am Konzer Heimat- und Weinfest übernommen. Wir laden alle Mitglieder und Nichtmitglieder herzlich ein, unseren Stand zu besuchen und unsere Abteilung zu unterstützen.



Bogensport

Abteilungsleiterin: **Jutta Weyand**
Beethovenstraße 29
54329 Konz
Tel. 0 65 01 / 51 70
jjuweyko@t-online.de

**TG - Nachwuchs
strebt nach oben**
Deutsche Meisterschaften
im Bogenschießen

Am vergangenen Wochenende starteten die beiden Konzer Nachwuchsschützen Carina Biewer und Vitus Hilgers bei den Deutschen Meisterschaften im Bogenschießen. Beide hatten sich durch gute Ergebnisse bei den Landesmeisterschaften im Januar für diese Titelkämpfe qualifiziert.

Nun galt es auch in Hanau die gute Form zu bestätigen. Die 12-Jährige Carina Biewer startete sehr verhalten in den Wettkampf. Nach und nach wurde sie sicherer und kletterte vom anfänglichen 17. Tabellenplatz auf einen guten 9. Platz im ersten Durchgang. Am Ende des zweiten Durchgangs belegte sie mit 524 Ringen, die

YOKOHAMA
Hochleistungsreifen

Stützpunkthändler



Reifen



Räder • Reifen
Tuning • Fahrwerke

An der Eisenbahn 3
54329 Konz
Tel. 0 65 01 - 49 93
Fax 0 65 01 - 56 85

Fahrschule **SCHRAMER**

Konz • Wiltinger Straße 24

theor. Unterricht
Mo. + Mi. ab 19.00 Uhr

Telefon 0700 - 40 500 000

Besser lernen – Na klar!

Der Studien-
kreis macht fit
für die Schule

Gute Noten kann jeder haben. Der Studienkreis vermittelt die richtigen Lernstrategien und macht fit für die Schule. Der besondere Service für Studienkreis-Schüler:



- Online-Hilfe in Deutschlands größtem betreuten Lernforum
- Schülerseminare zu besonderen Themen
- Hausaufgabenheft und Lernkalender

Lernen mit System



STUDIENKREIS®

Konz, Granastraße 31-33 ☎ 15 07 70 • Mo-Fr 14-17 Uhr

Brot für die Welt

Postbank Köln 500 500-500

Abteilungsleiterin: Jutta Weyand

Beethovenstraße 29
54329 Konz

Tel. 0 65 01 / 51 70

jjuweyko@t-online.de

Bogensport



gleichzeitig persönliche Bestleistung bedeuteten einen hervorragenden 6. Platz.

Der 13-jährige Vitus Hilgers, als Landesmeister des Rheinischen Schützenbundes angereist, zeigte von Anfang an, dass er zu den besten seines Alters gehört. Seinen ausgezeichneten 278 Ringen in der ersten Runde ließ er schließlich 276 Ringe in der zweiten folgen. Am Ende wurde er auf Platz 5 notiert. Seine 554 Ringe sind ebenfalls eine erhebliche Steigerung der persönlichen Bestleistung.

Beide erhielten außerdem die Einladung zum Landesjugendkader, waren sie doch in den Schülerklassen die erfolgreichsten Nachwuchsschützen des Rheinischen Schützenbundes bei diesen Meisterschaften.

Diese Erfolge beruhen sicherlich auf der intensiven Trainingsarbeit in der TG Konz. Die beiden Trainerinnen Karina Wenzel-Repey und

Jutta Weyand können sich sehr darüber freuen, wieder einmal ihre Schützlinge auf den Punkt fit gemacht zu haben.





Bogensport

Abteilungsleiterin: Jutta Weyand
 Beethovenstraße 29
 54329 Konz
 Tel. 0 65 01 / 51 70
 jjuweyko@t-online.de

Bezirksmeisterschaften der Bogenschützen FITA im Freien 2004

11 Tage nach den Bezirksmeisterschaften im Feldbogen trafen sich die Bogenschützen des Bezirkes erneut – diesmal ging es über 2 mal 26 Pfeile auf 70m.

Das beste Ergebnis in der Recurveklasse schoss Erwin Biewer (TG Konz). Nach seinem Titelgewinn bei den Bezirksmeisterschaften im Feldbogen sicherte er sich erneut überlegen mit 551 Ringen den Sieg vor Martin Mischo (507 R. / TG Konz) und Willi Kirchhartz (PSV Trier / 501 R.).

In den Schüler- und Jugendklassen waren erneut ausschließlich Schützen der TG Konz am Start.

Max Lonsdorf holte sich den Sieg in der Schülerklasse A männlich (519 R.) und Carina Biewer (577 R.) bei den weiblichen Schülerinnen A. (40m)

In der Jugendklasse (60m) siegte Alexander Helfen (523 R.) vor Kai Haas (499 R.) und Tony Grasmück (453 R.).

Die weiteren Ergebnisse lauten:

Schülerklasse A männlich:	2. Björn Heinz (504 R.) 3. Hendrik Dewes (481 R.) 4. Niclas Seer (359 R.)
Schülerklasse A weiblich:	2. Lisa Kechel (396 R.)
Jugendklasse:	4. Michael Mischo (443 R.) 5. Tobias Scheid (422 R.) 6. Tim Jacobi (363 R.) 7. Tobias Weyrich (292 R.)
Altersklasse:	3. Peter Goss (419 R.)
Seniorenklasse Damen:	1. Ursula Dony (332 R.)

Karina Wenzel-Repey

Drei Bezirksmeister und viele weitere gute Platzierungen für die Konzer Feldbogen- schützen

Bei den Bezirksmeisterschaften Feldbogen 2003 gab es für die Konzer Bogenschützen wieder viele gute Ergebnisse.

Im Feldbogenschießen werden zwei verschiedene Parcours geschossen, wobei in einer Runde die Entfernungen zu den Scheiben nicht bekannt sind, sondern geschätzt werden müssen. Der Reiz der Feldbogenturniere liegt in den ständig wechselnden Bedingungen, wie Bergauf- und Bergabschüsse, wechselnde Lichtver-

hältnisse, die bei jedem Schuss beachtet werden müssen.

In der Schützenklasse Recurve kam Erwin Biewer von der TG Konz am Besten damit zu recht und siegte mit 281 Ringen und einem Vorsprung von 29 Ringen vor seinem Teamkollegen Martin Mischo.

Auch in der Damenklasse gab es dieses Jahr Silber durch Karina Wenzel-Repey mit 264 Ringen. Einen Fünften Platz belegte hier die Konzer Schützin Ursula Dony mit 191 Ringen. Zahlenmäßig stark besetzt, waren in diesem Jahr die Schülerklasse A und die Jugendklasse – allerdings ausschließlich mit Konzer Nachwuchsschützen.

Und diese schlugen sich ausgezeichnet, denn für die meisten war es das erste Feldturnier.

In der Schülerklasse setzte sich mit ausgezeichneten 206 Ringen Henrik Dewes knapp vor

Carina Biewer (199 Ringe) und Björn Heinz (178 R.) durch. Vierter wurde Max Lonsdorf und Fünfter Niclas Seer.

Kai Haas gewann überlegen die Jugendklasse mit 225 Ringen vor Alexander Helfen (180 R.) und Tim Jacobi (172 R.). Vierter wurde hier Tony Grasmück, Fünfter Michael Mischo und Sechster Tobias Scheid.

Im Juni werden an gleicher Stelle die Landesmeisterschaften ausgetragen. Können einige Ergebnisse wiederholt oder noch etwas gesteigert werden, sind einige Qualifikationen für die Deutsche Meisterschaft Ende Juli möglich.

Karina Wenzel-Repey
 TG Konz



BreitenSport

Abteilungsleiter: Toni Scheer
 54329 Konz
 Tel. 06501 / 2838

Gisela Frank
 54329 Konz
 Tel. 06501 / 15673

...ja so war'ns, die alten Rittersleut'!

Die Mittwoch-Gymnastikgruppe, Übungsleiterin Inge Achtermann, hat sich in diesem Jahr für eine Wochenendfahrt nach Cochem entschieden. Samstags gegen 8.00 Uhr trafen wir uns am Bahnhof in Konz, um die einstündige Bahnreise anzutreten. Alle waren bester Laune, weil auch das Wetter sich von seiner besten Seite zeigte.

In Cochem ging es vom Bahnhof zu Fuß zur Jugendherberge, die sich uns als neues und sehr modernes Gästehaus präsentierte. Der Leser wäre erstaunt zu sehen, welchen Komfort die heutigen Jugendherbergen bieten.

Nachdem wir das Gepäck abgestellt hatten, ging es wieder zurück in die Stadt. Um 13.00 Uhr war eine Stadtführung gebucht. Die Dame, eine echte Cochemerin, konnte uns viele schöne und originelle Plätze und Winkel der Stadt zeigen, verpackt mit so manchem Anekdotechen.

美丽华

China Restaurant Mayflower
Saarstraße 1 • 54329 Konz
Tel./Fax: 0 65 01 - 28 29

Mittwochs Mittagsbüfett

• Große TERRASSE
(Ausschank auch ohne zu speisen möglich)

• PARTYZIMMER

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

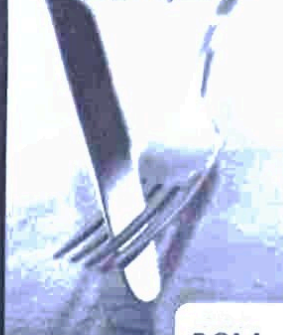
Öffnungszeiten: 11.30 - 14.30 Uhr und 17.30 - 23.30 Uhr.
Donnerstags Ruhetag, außer feiertags oder nach Absprache.

Textilpflege Herz

54329 Konz, Granastraße 25, Tel. 06501/7257

Textilpflege • Oberbekleidung
Tisch- und Bettwäsche-Wäscheservice
Federbetten • Kissen • Decken
Gardinen-Service • Lamellen • Rollos
Spezial-Wäsche für
Orient- und Berber-Teppiche
Polstermöbelreinigung
Teppichbödenreinigung
Teppiche aller Art

Gesund abnehmen
Das BCM Programm



BCM

Dieter Sabatschus
Erährungsberater

Jeden Donnerstag DRK-Haus Konz ab 19.00 Uhr

Gesund
abnehmen



Was Sie wissen sollten

BCM

Gesund
abnehmen



Was Sie wissen sollten

54329 Konz
Beethovenstr. 11
Tel. 06501/4175

TRIERER WACHDIENST TWD

VdS anerkannte Notrufzentrale • Bewachungen aller Art • Tag + Nacht

Wach-, Plortner
und Werkschutz-
stellung,
Sonder-
bewachungen

*SICHERHEIT
rund um die Uhr*

Aufschaltung von
Alarm- und Störmeldeanlagen
aller Systeme mit Alarmverfolgung

Jakob Pauly KG • Bruchhausenstraße 10 • 54290 Trier
Telefon (06 51) 9 78 34-0 • Telefax 9 78 34 20

Abteilungsleiter: Toni Scheer
54329 Konz
Tel. 06501 / 2838

Gisela Frank
54329 Konz
Tel. 06501 / 15673

Breitensport



Den Nachmittag vertrieben wir uns grüppchenweise mit einem Stadtbummel und trafen uns wieder, um gemeinsam in der Jugendherberge die Zimmer zu belegen (4- u. 5-Bett).

Dann versammelten wir uns, um wieder zu Fuß in die Stadt zu gehen und weiter auf die Reichsburg Cochem, die gegenüber der Jugendherberge auf der anderen Seite der Stadt liegt.

Uns war bekannt, dass man auf der Burg bei einem entsprechenden Ambiente auch heiraten kann, und so freuten wir uns, als bei unserer Ankunft eine große Hochzeitsgesellschaft aus dem Burgtor kam.

Endlich wurden auch wir von den Burgwächtern hereingelassen. Wir hatten eine interessante Führung, die uns in die Welt der Ritter und Burgfräulein versetzte.

Danach erwartete uns die Hauptattraktion, ein Rittermahl, die „Gasterey nach Art der alten Rittersleut“.

Für die Teilnahme an der Ehrentafel mit dem „Burggrafen Balduin“, hatten wir unsere Stammtischwirtin Cilly ausgewählt. Als „Gräfin Cilly I. vom Keller des Rates“ meisterte sie ihre Aufgabe hervorragend. Als Willkommenstrunk kredenzte der „Burggraf“ Moselwein im Steinbecher und gab eine Einführung in die mittelalterlichen Tischsitten und Gebräuche.

(Fortsetzung auf Seite 8)



Breitensport

Abteilungsleiter: **Toni Scheer**
54329 Konz
Tel. 06501 / 2838

Gisela Frank
54329 Konz
Tel. 06501 / 15673

(Fortsetzung von Seite 7)

Knechte und Mägde in historischen Trachten bedienten uns und reichten uns Wasser zum Händewaschen, damit die „Speys“ appetitlich mit den Fingern genommen werden konnte. Spieleute in mittelalterlichem Gewand sorgten für Kurzweil und stilgerechte Musik.

Alte „Strafinstrumente“ wurden vorgeführt und als Höhepunkt folgte der traditionelle Ritterschlag.

Nach dem Mahl brachte ein Knecht den Wassertrog, um sich die Hände nach gar deftig Speys und fürtrefflich Trank“ zu waschen.

Diese Art zu schmausen war einfach abenteuerlich. Man sollte einmal dabei gewesen sein!

Gestärkt und gut gelaunt ging's zurück in die Stadt, wo wir den Abend in geselliger Runde ausklingen ließen.

Leider mussten wir am nächsten Morgen das Frühstück zeitig nehmen, die Betten abziehen, um gegen 9.00 Uhr! die Zimmer freizugeben. Obwohl wir alles zu Fuß machten, Jugendherberge-Stadt-Burg und zurück, hatten wir uns doch noch für eine Wanderung entschieden.

Von unten aus der Stadt ist auf einem Berg, dem Pinnerberg, ein großes Kreuz zu sehen, dort wollten wir hin.

Einige entschieden sich für den Sessellift, die meisten erstürmten den Gipfel zu Fuß.

Oben angekommen, hatten wir ein herrliche Aussicht auf die Stadt Cochem. Von dort ging

es weiter zu einem Freizeitpark, dem Wildpark Klotten, wo wir uns auf der Restaurant-Terrasse ausruhten und den Durst stillten.

Wieder zurück im Städtchen, hatten wir noch Zeit zu bummeln und das herrliche Wetter zu genießen.

Immer wieder hörte man sagen: „Ja, wenn Engel reisen, lacht der Himmel!“

Am späten Nachmittag fuhren wir wieder mit der Bahn zurück nach Konz.

Alle waren einstimmig der Meinung, dass es ein wunderschönes Wochenende war.

Elfi R.

Hunger tötet Menschen – 33 000 täglich

Spendenkonto 1115 · Sparkasse Bonn · BLZ 380 500 00



DEUTSCHE WELTHUNGERHILFE

Adenauerallee 134 · 53113 Bonn · Tel.: (0228) 2288-0 · Fax: 0228/220710



Jugendfahrten

Abteilungsleiter: **Michel Beautier**
Tel. 06501/998652
tg-jugendfahrten@web.de
www.tg.jugendfahrten.de

Der Sommer kann kommen

Während der Sommer 2004 langsam aber sicher in seinen Startlöchern steht, laufen die Freizeitvorbereitungen der Abteilung TG Jugendfahrten bereits seit Wochen auf Hochtouren. So fanden sich am Wochenende des 4. und 5. Juni alle 19 Betreuer, Teamleiter und Köche der Freizeiten im heimischen TG-Sportpark ein, um sich im Rahmen eines ausgiebigen Workshops gezielt auf die Anforderungen der kommenden Jugendreisen vorzubereiten. Ein kurzes Grußwort durch den Vorsitzenden Michel Beautier leitete den vollgepackten Workshop. Dabei wurden zunächst einmal die wichtigsten Gesetzmäßigkeiten und andere rechtliche Aspekte besprochen, die im Umgang mit Kindern und Jugendlichen beachtet werden sollten. Einen besonders wichtigen Stellenwert

besitzt das Thema Erste Hilfe. In verschiedenen Übungen und Vorführungen frischten die Konzer Betreuer ihre Kenntnisse noch einmal auf. Darüber hinaus beriet man gemeinsam über neue Beschäftigungsmöglichkeiten und Spielformen, um den jugendlichen Urlaubern vor Ort ein attraktives Freizeitprogramm anbieten zu können. Unter Aufsicht der Küchenchefs der jeweiligen Freizeit wurden auch die Mahlzeiten für den Sommer schon einmal genauer ins Auge gefasst und über Lebensmittellisten und geeignete Gerichte beraten.

Am zweiten Tag des Workshops stand das erste große Vortreffen zu den Freizeiten im Mittelpunkt, bei dem die Teilnehmer und deren Eltern Gelegenheit bekamen, Details zu den Fahrten zu erfragen und die Betreuer schon einmal näher kennen zu lernen. So wurden alle Freizeiten noch einmal ausführlich vorgestellt, so-

wie Eltern und Jugendlichen nützliche Tipps zur optimalen Reisevorbereitung erteilt.

In gut einem Monat beginnen die Sommerferien. Für diejenigen, die immer noch nicht genau wissen, was sie im Sommer anstellen wollen, und zwischen 12 und 14 Jahre alt sind, ist das TG-Freizeitangebot Kolbnitz genau das Richtige. Abenteuerurlaub pur verspricht die Reise an die Österreichische Moll, wo Kajakfahren, Raften und Free-Climbing auf dem abwechslungsreichen Programm stehen.

Zum jetzigen Stand werden 42 Jugendliche im Sommer die Sonneninsel Korsika erobern, womit die Kapazität dieser Fahrt bereits vollends erschöpft ist. Auch die Urlaubsfahrt in die Italienische Metropole Rom erfreut sich reger Zustimmung. Mit bislang 36 Teilnehmern sind auch hier nur noch wenige Plätze frei. Genau so viele feste Zusagen melden die Norwegen-Fahrer, die noch zwei Plätze zu vergeben haben.

KONZ-AM MARKT-17



TRIER-SIMEONSTR-17

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

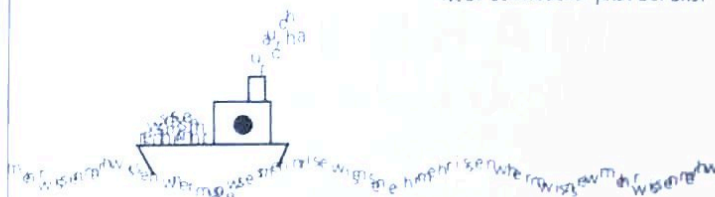
*Medizinische Fußpflege und Behandlungen
mit ätherischen Ölen runden unser Angebot ab.*



Im Gesundheitszentrum • Am Markt 3 • 54329 Konz
Tel. 06501/600680



Mehr Wissen.
Neue Schulbücher jetzt bei uns!



Buchhandlung Kolibri
Am Markt 18
54329 Konz
Tel 06501 99 230
info@kolibri-buch.de

*Dank an alle Inserenten
Wir danken allen Inserenten in dieser und den
folgenden Ausgaben unseres Vereinsheftes für
die Unterstützung unserer Arbeit. Sie allein er-
möglichen es uns durch Ihre Inserate, dieses
Heft herauszugeben.
Die Zahl unserer Mitglieder und damit der Le-
ser dieses Heftes ist weiter angestiegen, so dass
die Inserate einen noch größeren Empfänger-
kreis als bisher erreichen.*

Sportl. Leiter: Burkhard Disch
Tel. 06501 / 94668/11

burharddisch@tgkonz.de

Kurse in der TG



46,2 kg!!

...das ist der Erfolg des 1. Top Forming-Kurses bei der TG. Diesen Gewichtsverlust, der fast einem kompletten Körpergewicht entspricht, hatten die 5 Teilnehmerinnen in 10 Wochen erreicht.

Das neue Projekt bei der TG, bei dem es an die lastigen Pfunde geht, ist auch im 2. Kurs sehr erfolgreich. Es handelt sich um ein duales Abnehmprogramm, wobei es nicht nur um eine vernünftige Ernährungsumstellung geht, sondern diese in Verbindung mit Bewegung gebracht wird und damit der Erfolg gesichert wird.

Bei dem neuen TopForming-Kurs geht es nicht darum, in 10 Wochen so viele Kilos wie möglich abzunehmen. Es muss Klick machen Kopf,



nur das verspricht den dauerhaften Erfolg einer Diät ohne Jojo-Effekt. Der Zusammenhang zwischen Übergewicht und mangelnder Bewegung wurde lange Zeit unterschätzt. „Gerade mal im Schnitt 2 Kilometer geht jeder Deutsche wöchentlich zu Fuß“ sagt Prof. Volker Pudel von der Universität Göttingen. Bisher verordneten Ärzte und Ernährungsberater ih-

ren übergewichtigen Klienten/Patienten meist nur, beim Essen Maß zu halten. Heute weiß man, dass jede Art von Bewegung hilft um abzunehmen. Umgekehrt reicht Bewegung allein nicht aus um abzuspecken. Denn der Kalorienverbrauch beim Sport ist geringer als man allgemein denkt.

Aus diesen Tatsachen heraus ist der neue TopForming-Kurs entstanden. Wer körperlich aktiv ist und zugleich bewusst isst, hat die besten Chancen dauerhaft abzunehmen. In Zusammenarbeit mit dem Studio für Ernährungsberatung Dr. Ambrosius in Wiesbaden, leitet die erfahrene Ernährungsberaterin Marie-Louise Conen die Kurse in der TG.

Der 2. Kurs war anhand des Erfolges auch schon bald ausgebucht

(Fortsetzung auf Seite 10)

KONZER PAPIER MARKT

GmbH

54329 Konz Saar-Mosel-Centrum
Goethestr. 4
Tel. 06501-3025 Fax 06501-6220

**Die Adresse in Konz für:
Büro-, Schreib-, Bastel- und Schulbedarf**

Provinzial-Versicherung der Sparkassen

Kondition und Können machen gute Leistungen erst möglich.

Das ist beim Sport so wie auch bei uns.

www.provinzial.com

Geschäftsstelle ALFRED HEINZ UND THOMAS GÉRARD

Saar-Mosel-Platz 1 • 54329 Konz

Telefon (06501) 923 923 • Fax 923 920

Immer da, immer nah. **PROVINZIAL**



Kurse in der TG

Sportl. Leiter: Burkhard Disch
Tel. 06501 / 94668/11
burkharddisch@tgkonz.de

(Fortsetzung von Seite 9)

Rechtzeitig zur Bikini- und Badehosen-Saison haben die Teilnehmerinnen ihre Ernährung umgestellt und treiben, nach fachkundiger Anleitung von Burkhard und Christian, dazu abgestimmt den Sport ihrer Wahl. Neben der Bewegung im Alltag, die auch gefördert werden soll, geht es am Anfang darum, Herz und Kreislauf zu trainieren und so die Kondition zu verbessern. Dazu eignen sich besonders die sog. Fatburner-Sportarten wie Walken, Joggen, Schwimmen, Radfahren usw., die Zauberformel heißt: Langsam, aber gleichmäßig. Daneben soll auch die Muskulatur aufgebaut und gestärkt werden, denn mit jedem Gramm Muskelmasse erhöht sich der Grundumsatz. Hier eignet sich das TG-Studio natürlich ganz besonders. Jeder Teilnehmer erhält einen eigenen Trainingsplan, ganz individuell auf sie abgestimmt.

So ließen auch die Erfolge bei den Teilnehmerinnen des 2. Kurses nicht auf sich warten. In den ersten 6 Wochen liegt die Gewichtsabnahme im Schnitt bei 1-1 1/2 kg pro Woche. Das ist ein ganz beachtlicher Erfolg, denn schneller sollte die Gewichtsabnahme auf keinem Fall erfolgen. Jeder Teilnehmer stellt sich die Ernährung anhand seines Planes selbst zusammen und lernt so, dauerhaft die Ernährung umzustellen. Auch der Genuss beim Essen darf nicht zu kurz kommen. Deshalb treffen sich die Kurs-Teilnehmer auch im TG-Bistro um gemeinsam zu genießen, auch das gehört dazu. Am letzten Kursabend des 1. Kurses brachte jede Teilnehmerin ihre „verlorenen Pfunde“ (eben jene 46,2 kg) in Form von Wasserflaschen etc. mit, um ein Gefühl für die Belastung zu bekommen, die man ja vorher mit sich rum-

getragen hat. „Puh, hiermit kann ich aber nicht mehr weit laufen, das ist mir zu schwer“, war dann auch prompt der Kommentar dazu. Nach 10 Wochen ist der Kurs beendet, aber die TN werden sich weiter an ihrer neuen, umgestellten Ernährung orientieren und vor allem weiter Sport treiben, so wird der erreichte Erfolg langfristig gefestigt. Bei Problemen und Fragen steht Marie-Louise Conen aber auch nach dem Kurs noch mit Rat und Tat zur Seite. Informationen über den nächsten TopForming-Kurs (voraussichtlicher Beginn: Mitte Juli 2004) erhalten Sie entweder bei der Ernährungsberaterin Marie-Louise Conen unter der Tel.: 063501/604 27 24 oder bei der TG.



Leichtathletik

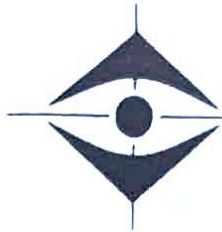
Abteilungsleiter: Winfried Weires
Langenberggring 12
54329 Konz
Tel. 06501/4253
winweires@aol.com

Unsere Kleinsten mal ganz groß

Am Samstag, den 20.-03 2004 fand das Hallensportfest in Bernkastel-Kues statt. Hochmotiviert und mit viel Spaß gingen Nicole, Kai, Luisa B., Carolin J., Valentin, Tatjana, Tina, Helena, Alina, Philipp, Dominic, Caroline B.,



Ein **STARKES** Team, wenn es um Ihre Augen geht!



**OPTIK
KRANZ**

&

**AUGEN
TRAUM**

INNOVATIVE BRILLENMODE

...Kleider machen Leute,
OPTIK KRANZ macht Gesichter!

54329 KONZ, Granastraße 38
Tel: 06501/5615
Fax: 06501/2191
E-Mail: Optik.Kranz@t-online.de



SAAR-MOSEL-CENTRUM, Konz
Fon 06501/180140
Fax 06501/180142
E-Mail: Augen-Traum@t-online.de

TUI ReiseCenter
LUXAIR Jugendtarife

60€

One way

Cooler Preise für junge Leute!

ATHEN - BARCELONA - BERLIN - BUDAPEST - DUBLIN - FRANKFURT - GENEVE
KOPENHAGEN - LISABON - LONDON - MADRID - MANHATTEN - MILANO
MÜNCHEN - NIZZA - PARIS - PORTO - RIM - SÜDKOSEN - TUNIS - WITEN - ZÜRICH
DIESE PREISE GELTEN FÜR ALLE ALTERN 12-17 JAHRE

Thomas Kopp
Inhaber
staatl. gepr. Betriebswirt für Touristik
Schillerarkaden 3
54329 Konz
Tel. +49 (0)65 01-9 92 66
Fax +49 (0)65 01-9 92 65
Kopp.T@Reisecenter-Kopp.de
www.trc24.de



Leichtathletik



Abteilungsleiter: Winfried Weires
Langenberggring 12
54329 Konz
Tel. 06501/4253
winweires@aol.com

Fabian, Henrick, Janek, Luisa M., Lukas, Bianca, Marc, Daniel, Nils und Tobias an den Start.

Und die Ergebnisse konnten sich sehen lassen: Valentin Mischo gewann in der Altersklasse M9, Nicole Weber errang Platz drei in der Klasse W9. Alle anderen Athleten lagen mit ihren Leistungen sehr gut im Mittelfeld der oft stark besetzten Altersklassen.

Ich möchte mich auch noch bei den Eltern bedanken, die ihre Kinder zum Wettkampf begleitet haben und es so erst ermöglicht haben, dass so viele teilnehmen konnten.

Bianca





Leichtathletik Camp 2004



Die TG Konz 1885 e.V. lädt alle Mädchen und Jungen (Jahrgang 1990 – 1994) zum Leichtathletik Camp in den Sportpark der TG Konz ein.

Unter Leitung von **qualifizierten Trainern** werden in individuellen, dem Leistungsniveau angepassten Trainingsgruppen die Grundlagen der Leichtathletik vermittelt und gefestigt. Natürlich bleibt noch ausreichend Zeit für Spiel und Action rund um den bestens ausgestatteten Freizeitpark in Konz.

Unsere Leistungen:

- Unterkunft in der für Mädchen, Jungen u. Betreuer teilbaren Gymnastikhalle
- Vollpension (Frühstück, Mittag- und Abendessen)
- Getränke (Tee u. Mineralwasser) für den ganzen Tag
- Leichtathletiktraining in individuellen Leistungsgruppen unter Nutzung der Einrichtungen des Sportzentrums Konz (Stadion, Sporthalle, TV und Schulungsraum)
- Eintritt ins anliegende Schwimmbad
- Camp T-Shirt und Trinkflasche

Anreise: Donnerstag, 19. August 2004 zwischen 17 - 18 Uhr
Abreise: Dienstag, 24. August 2004 zwischen 15 - 16 Uhr

Preis: Euro 170,00 (ohne An- u. Abreise)
TG Mitglieder erhalten 10% Ermäßigung (153 €)

Wichtig: Es stehen nur 60 Plätze zur Verfügung, so dass neben der schriftlichen Anmeldung die Reihenfolge des Zahlungseingangs maßgebend ist.

Konto TG Konz 1885 e.V.
- Leichtathletikcamp 2004 -
Sparkasse Trier Konto Nr. 114004195, BLZ 58550130
bei Einzahlung bitte Vor- u. Zuname auf dem Überweisungsträger angeben.

Bei Abmeldung von weniger als 4 Wochen vor Beginn wird eine Bearbeitungsgebühr von Euro 50,00 einbehalten.

Anmeldung ab sofort an:

TG Konz 1885 e.V.
Hermann-Reinholz-Str. 54329 Konz
Email: mailto:info@tgkonz.de
Tel. 06501-946680
Fax 06501-9466888

Anmeldung zum 1. Leichtathletik Camp der TG Konz 1885 e.V. in Konz:

Vor- u. Zuname: _____

Straße: _____

PLZ/Wohnort: _____

Kreis: _____ (bitte unbedingt angeben)

Telefon-Nr. _____ / _____ Geburtsdatum: _____

Vereinsmitglied: _____

Datum: _____

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r: _____



Sportabzeichen 2003

Keine allzu große Resonanz hatte unsere Sportabzeichenaktion in den letzten Sommerferien. Doch einer, der es immer wieder schafft und das seit vielen Jahren, ist unser Vereinsmitglied Klaus Borsch. Zum 35. Mal in Folge absolvierte er die Leistungen in seiner Altersklasse mit beachtlichem Erfolg. Daher erhielt er am 12. Februar 2004 in Anerkennung für seine sportlichen Leistungen vom Vorsitzenden des Ausschusses für Freizeit- u. Breitensport, Herrn Münchgesang, das Goldene Ehrenabzeichen in Eichenlaub des Landessportbundes Rheinland-Pfalz. Wir gratulieren und wünschen ihm für die nächsten Jahre noch genau soviel Elan beim Erwerb des Deutschen Sportabzeichens.

Mario Erschens



LEICHTATHLETIK - TRAININGSLAGER 2005

Ja - richtig gelesen: 2005!

Nachdem in diesem Jahr die Resonanz auf unser Trainingslagerangebot mehr als dürftig ausfiel, haben wir die Gelegenheit genutzt, für nächstes Jahr Möglichkeiten zu finden. Wir bieten also an: 10 Tage Trainingslager in Cap d'Agde (südfranz. Mittelmeer/nahe Montpellier). Zeitraum: 1. Woche der Osterferien; wohnen werden wir in einer Ferien- und Freizeitanlage ca. 400 m vom Meer entfernt mit

Schwimmbad, Fitness-Studio, Spielfeldern, Tennis usw. Die Zimmer haben einfache Ausstattung, Dusche, WC. - Vollpension incl. Stadion mit allen LA-Anlagen ist im Ort. Der Preis ist abhängig von der Teilnehmerzahl (Fahrorganisation). Weitere Auskünfte gebe ich gerne und jederzeit und wäre schon jetzt und heute für Voranmeldungen dankbar: W. Guenther, Karelstr. 22, 54294 Trier, Tel. 0651-80903.



Erlebnis - Marathon

Einige von uns haben schon einen, bzw. 2 oder 3 Marathonläufe für dieses Jahr hinter sich.

Anfang April waren Karl-Josef Roth, Rudolf Peters, Edmund Bauer und Andreas Kilian nach Bonn. Alle liefen Superzeiten, eigene Bestzeiten oder kamen knapp an ihre Bestzeiten ran. Andreas Kilian wurde 2. In seiner AK M 40 in einer Zeit von 2:46:49 Std. Karl-Josef Roth kam knapp an die Bestzeit heran. Mit 3:27:25 Std. war er unter den ersten 500 Läufern. Rudolf Peters und Edmund Bauer liefen beide gemeinsam und benötigten für die 42,195 km 3:42 Std. Diese Zeiten sind Brutto-Zeiten. Das bedeutet, vom Startschuss an und nicht von dem Moment in dem man über die Startlinie läuft.

Dann, im Wonnemonat Mai, kam der große „run“. Es fing an mit Düsseldorf. Hier lief unser Marathonsammler Manfred Scheuer eine Zeit von 4:12 Std. Am Sonntag danach kam der Muttertag und damit auch der Gutenberg-Marathon in Mainz. Hier starteten bei angenehmen Lauftemperaturen Karl-Josef Roth, Gisela Helfrich, Hans Pregler und Katja Weiler. Speziell Katja spult im Moment viele zusätzliche Kilometer ab, da sie sich für den 100 km in Biel vorbereitet.

Karl-Josef Roth kam auch bei seinem 2. Marathon für dieses Jahr auf fast die gleiche Zeit wie in Bonn. Er lief in Mainz nur 2 Min. langsamer und kam in 3:28 Std. ins Ziel. Gisela Helfrich lief eine Zeit von 4:17 Std. und Katja Weiler war in 4:10 Std. im Ziel. Nur Hans Pregler hatte etwas Probleme mit der Zeitmessung. Seine Uhr zeigte 3:55:14 Std. an, die Ergebnisliste sagte aber etwas anderes. Er kam in 4:00:14 Std. ins Ziel. Es hat sich auch alles aufgeklärt. Es lag an den menschlichen Bedürfnissen. Auch das muss sein!

Manfred Scheuer und Camilla Herber liefen am 3. Wochenende im Mai in Wien. Samstags hatte es noch so geregnet, sodass manch einer gesagt hat – „so laufe ich nicht.“ Camilla Herber lief eine hervorragende Zeit von 3:07 Std. und konnte sich so in die Bestenliste der Konzer Marathon-Damen einreihen. Manfred Scheuer lief seinen zweiten Marathon in diesem Frühjahr in 4:10 Std.

Für 5 Läuferinnen und 2 Läufer kam aber erst am 23.5. der Höhepunkt dieses Frühjahrs. Es war das Ende einer 10wöchigen Vorbereitungszeit in denen für Irene und Silvia Wochen lagen, in denen sie zwischen 80-115 km absolviert haben. Für die anderen gab es einen etwas abgewandelten Trainingsplan.

Volvo-Baumaschinen

Ein breit gefächertes Programm, das Ihnen viele Vorteile bietet:
Die komplette Lade- und Transportkette aus einer Hand.



- Radlader
- Kompaktmaschinen
- Hydraulikbagger
- Geländedumper
- Muldenkipper
- Motorgrader

VOLVO



Vertrauen Sie Volvo.
Sprechen Sie mit uns.

Volvo Construction Equipment Europe GmbH

Max Planck Straße 7 Tel.: 065 01/84 02
54329 Konz Fax: 065 01/84 560
Internet: www.volvo.com
E-Mail: vce-centre@volvo.com

Die starke Vertriebsorganisation mit Händlern und Niederlassungen ganz in Ihrer Nähe

Irene Michels, Silvia Büdinger, Elfriede Massing, Ute Bartsch und Ute Klemert waren die Damen, und bei den Herren waren es Thomas Ehrmann und Heinz Neues, die sich am 23.5. schon recht früh aus den Federn wagten.

Es war ein schöner Morgen, mit viel Sonne, wenig Wind und guten Lauftemperaturen. Aber, oh weh, in Bitburg fing es an zu regnen. Und es regnete auch in Biersdorf rund um den See. „Das wird ein verregneter Marathon durch



Die drei erstplatzierten Frauen Heidi Schneider (Mitte, 1. TSV Ralinger), Irene Michels (links, 2. TG Konz) und Silvia Büdinger (rechts, 3. TG Konz)



Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: BASKETBALL		Holger Bollig holgerbollig@web.de	Tel. 06501/605843	
Montag	16.00-17.30 17.30-19.30 19.30-21.00 19.30-21.00	Ball sport B-Jugend w Herren I Herren II	Ch. Albrecht Tom Scott Safak Karacam Safak Karacam	S.-M.-H. S.-M.-H. S.-M.-H. S.-M.-H.
Dienstag	18.45-20.15	C-Jugend	Thomas Weber	Gymn. Halle
Mittwoch	16.00-17.30 17.00-19.00	D-Jugend B-Jugend	Julia Philippi Safak Karacam	St.Nik.Halle S.-M.-H.
Donnerstag	15.00-17.00 18.30-20.00 18.30-20.00 20.00-22.00 20.00-22.00	Minis B-Jugend w A-Jugend Herren I Herren II	Sebastian Luft/Johannes Faas Tom Scott Safak Karacam Safak Karacam Safak Karacam	St.Nik.Halle Gymn.Halle S.-M.-H. Gymn.Halle Gymn.Halle
Freitag	15.00-16.30 16.00-18.00 18.45-20.15 18.30-20.00 (18.30-20.00)	D-Jugend B-Jugend C-Jugend Herren III Herren IV	Julia Philippi Safak Karacam Thomas Weber Holger Schlichte Holger Schlichte	S.-M.-H. S.-M.-H. St.Nik.Halle Gymn.H. Gymn.H.
Abteilung: BOGENSPORT		Jutta Weyand juweyko@t-online.de	Tel.06501 / 5170	
Gruppe I: Kinder und Jugendliche; Gruppe II: Jugendliche ab 16 Jahre und Erwachsene				
Montag	16.00-18.00 18.00-20.00	Gruppe I Gruppe II	Karina Repey Jutta Weyand	ETus Halle am Tunnel ETus Halle am Tunnel
Mittwoch	16.00-18.00 18.00-20.00	Gruppe I Gruppe II	Karina Repey Jutta Weyand	ETus Halle am Tunnel ETus Halle am Tunnel
Freitag	16.00-18.00 18.00-20.00	Gruppe I Gruppe II	Jutta Weyand freies Training	ETus Halle am Tunnel ETus Halle am Tunnel
Sonntag	10.00-12.00	Gruppe II	freies Training	ETus Halle am Tunnel
* Ab April wieder Gelände Wiltinger Kupp				
Abteilung: BREITENSport DAMEN UND HERREN		Toni Scheer A.Scheer@t-online.de Gisela Frank	Tel. 06501 / 28 38 Tel. 06501/ 15673	
Montag	9.00-10.00 10.00-11.00 15.00-16.00 18.30-19.30 19.00-20.00 19.30-20.30 20.00-21.00 20.30-21.30	Body-Styling Compact E-M-F Wirbelsäulengymnastik Beckenbodentraining/Bauch-Beine-Po Aerobic / Workout / Stretching M-F Rhythmische Gymnastik Damen Body Styling + Relax E/M/F Fitness-Gymnastik 50+ Aerobic Anfänger	Marlies Frick Marlies Frick Mechthild Schneider Beate Jochem I. Achtermann Myriam Bußer Beate Jochem Petra Schmitt (Vertretung)	TG Sportpark TG Sportpark TG Sportpark Gymn.Halle TG Sportpark Gymn.Halle TG Halle Gymn. Halle
Dienstag	09.00-10.00 18.00-19.00	Good morning workout BBP E-M-F Step+Dance M-F	Marlies Frick Felicia Wolters	TG Sportpark Spiegelsaal
ab 1.11.03:	19.00-20.00 19.30-20.30	Step & Style (Einsteiger/alle) Bodyshape E-M-F	Felicia Wolters Mechthild Schneider	Spiegelsaal G.S.-M.-H.
Mittwoch	09.00-10.00 10.00-11.00 16.00-17.00 17.00-18.00 18.45-19.45 19.00-20.15 19.30-20.30 20.00-21.00 20.00-21.30	Fit for Fun E/M/F Fitnessgymnastik 60 + Jazzdance für Mädchen/Gruppe 1 Jazzdance für Mädchen/Gruppe 2 Step-Aerobic F Skigymnastik, Konditionsgymnastik Body-Styling Compact + Athletik-Step Salsa-Aerobic Rhythmische Gymnastik Damen	Andrea Kallenborn Ilse Fuchs Anne Dumrese Anne Dumrese Vera Orth Mario Erschens Marlies Frick Vera Orth I. Achtermann	TG Sportpark TG Sportpark Spiegels./Sportp. Spiegels./Sportp. Spiegelsaal/Sportp. Gymn.Halle TG Halle Spiegels./Sportp. Kloster - K.
Donnerstag	09.00-10.30 18.00-19.00 20.00-21.00 20.00-21.00	Fatburner-Aerobic + Body-Styling Compact E-M-F Body Shape E-M-F E-M-F Aerobic/Bodystyling Kaerobic	Andrea Kallenborn Mechthild Schneider Monika Petry Christof Piskol	TG Sportpark TG Sportpark Kloster Karthaus Spiegelsaal/Sportp.
Freitag	20.00-22.00	Breitensport Herren	Hans Philippi	Gymn.Halle
AEROBIC: Abwechslungsreiches Programm (High/Low-Impact, Intervall-Training, Heavy Hands) BBP: Bauch/Beine/Po • Body Styling Compact: Gesundheitsbewusstes Ganzkörper-Training + Athletik-Step E=Einsteiger F=Fortgeschrittene M= Mittelstufe				
Abteilung :GESUNDHEITSSPORT				
Montag	10.00-11.00	Wirbelsäulengymnastik	Marlies Frick	TG Sportpark
Dienstag	19.00-20.00	Rücken-Fitness	Marlies Frick	TG Sportpark
Neue Präventivkurse Body & Mind, Herz-Kreislauftraining, Wirbelsäulengymnastik, Rückenschule, Osteoporose. Diese Kurse werden von den Krankenkassen gefördert.				

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: HANDBALL robert.pose@arcor.de		Robert Pose Tel. 06501/989181 od. 00352/40224435 Alexander Gröling	Tel. 06501/3668	
Montag	16.00 - 17.30	Ballsport Minis	Chr. Albrecht	S.-M.-H.
Dienstag	17.00 - 19.00	weibl. B-Jugend (Jahrg. 88/89)	Ralf Schröder	Gymn.-Halle
		weibl. C-Jugend (Jahrg. 90/91)	E. Friesen	Gymn.-Halle
	18.00 - 19.30	weibl. E-Jugend (Jahrg. 94/95)	M. Thees	Trier Feyen
	19.30 - 22.00	Herren I u. Herren II	Janosz Klimek	Saar-Mosel-Halle
Mittwoch	16.00 - 17.30	ab 1.9.: Ballschule (94-97)	B. Disch/Chr. Albrecht	S.-M.-H.
	17.30 - 19.00	ab 1.9.: Ballschule (90-93)	B. Disch/Chr. Albrecht	S.-M.-H.
	16.30 - 18.00	weibl. D-Jugend (92/93)	M. Thees	Trier Feyen
	18.00 - 19.30	männl. D-Jugend (92/93)	M. Thees	Trier Feyen
	20.15 - 22.00	Herren III	P. Lauterborn	Gymn.-Halle
Donnerstag	17.00 - 18.30	weibl. B-Jugend (88/89)	R. Schröder	Gymn.-Halle
		weibl. C-Jugend (90/91)	E. Friesen	Gymn.-Halle
	17.30 - 19.00	männl. D-Jugend (92/93)	M. Thees	Trier Feyen
	16.30 - 17.30	weibl. E-Jugend (90/91)	M. Thees	Trier Feyen
Freitag	18.00 - 19.30	weibl. B-Jugend (88/89)	R. Schröder	Saar-Mosel-Halle
		weibl. C-Jugend (90/91)	E. Friesen	Saar-Mosel-Halle
	19.30 - 22.00	Herren I u. Herren II	Janosz Klimek/Peter Feltes	Saar-Mosel-Halle
Abteilung: Jugendfahrten tg-jugendfahrten@web.de		Michel Beautier Tel. 06501 / 998652 www.tg.jugendfahrten.de		
Informationen siehe Innenteil				
Abteilung: KARATE		Christof Piskol piskol@v-kon.de	Tel. 06581 / 95107	
Montag	19.00 - 20.00	Krafttraining	Dietmar Spang/Gitte Reinert	Kraftraum
	20.00 - 20.30	Aufwärmtraining/Stretching	Dietmar Spang/Gitte Reinert	GSMH
	20.30 - 22.00	Anfänger	Christof Piskol/H. Hohmann	GSMH
		Leistungsgr. Sen. + Sen.	Dietmar Spang/Gitte Reinert	GSMH
Dienstag	18.00 - 19.30	Junioren	Spang/Reinert	GSMH
	18.00 - 19.30	Jugend	Piskol	GSMH
	18.00 - 19.30	Kinder	E. Gerhartz	GSMH
Donnerstag	18.30 - 20.00	Leistungsgruppe Junioren, Jugend + Senioren ab 35 J.	Spang/Kiefer/Reinert	GSMH
			Spang/Gerhartz/Kiefer/Reinert	GSMH
Freitag	18.30 - 20.00	Kinder	Gerhartz	GSMH
	18.00 - 20.00	Junioren	Spang/Kiefer	GSMH
		Jugend	Piskol/Tschepe	GSMH
	19.45 - 21.30	Anfänger	Piskol/Hohmann	GSMH
		Senioren	Spang/Reinert	GSMH
		Leistungsgruppe Senioren	Kiefer	GSMH
Samstag	13.30 - 15.30	Zusatztraining I. Leistungsgruppe	Dietmar Spang	GSMH
	15.30 - 16.30	Zusatztraining I. Leistungsgruppe	Dietmar Spang	Kraftraum
Abteilung: LAUFTREFF e-mail: silvia_laufftreff@yahoo.de		Silvia Büdinger, Abt.-Leiter Harald Wiesel, Lauftreff-Leiter	Tel. 06584/7372 Tel. 06501/4866	
Dienstag	18.30 - 20.00	Lauftreff	Andreas Kilian	Stadion
	19.00 - 20.30	Lauftreff	Harald Wiesel	Stadion
Donnerstag	19.00 - 20.30	Lauftreff	Harald Wiesel	Stadion
Sonntag	ab 9.00	Lauftreff (Winterzeit)	Gerhard Kress/Karin Link	Stadion
	ab 8.00	Lauftreff (Sommerzeit)	Gerhard Kress/Karin Link	Stadion
Abteilung: LEICHTATHLETIK		Winfried Weires winweires@aol.com	Tel. 06501/4235 Gültig ab 1.4.2004	
Montag	17.00 - 19.00	Stabhochsprung, alle Klassen	Winfried Weires	Stadion
	17.00 - 19.00	Wurftraining ab 16 Jahre	Siegfried Wegener	Stadion/WP
	19.00 - 20.00	Krafttraining für Werfer	Siegfried Wegener	Kraftraum S.M.H.
Dienstag	17.00 - 18.00	Wurftraining ab 12 Jahre	Siegfried Wegener	Stadion/WP
	17.00 - 19.00	Mehrkampftraining ab 12 Jahre	Winfried Weires	Stadion
	17.00 - 19.00	Lauftraining ab 12 Jahre	Ernst Kletke	Stadion
	17.00 - 19.00	Sprint-/Sprungtraining ab 16 J.	Willi Günther	Stadion
	18.00 - 20.00	Wurftraining ab 16 Jahre	Siegfried Wegener	Stadion/WP
Mittwoch	17.00 - 18.30	Schüler/innen C 10-11 Jahre	Jörg Skalbani	Stadion
	17.00 - 19.00	Sprint-/Sprungtraining ab 16 J.	Willi Günther	Stadion
	17.00 - 19.00	Wurftraining ab 16 Jahre	Siegfried Wegener	Stadion/WP
	19.00 - 20.00	Krafttraining für Werfer	Siegfried Wegener	Kraftraum S.M.H.
Donnerstag	15.30 - 16.30	Leichtathletik 4-5 Jahre	Inge Kirsten	Stadion/TG-Halle
	17.00 - 18.00	Leichtathletik 6-7 Jahre	Schmutz/Grundhöfer	Stadion
	18.00 - 19.15	Leichtathletik 8-9 Jahre	Schmutz/Grundhöfer	Stadion
	17.00 - 18.30	Wurftraining ab 12 Jahre	Siegfried Wegener	Stadion/WP
	17.00 - 19.00	Mehrkampftraining ab 12 Jahre	Winfried Weires	Stadion
	17.00 - 19.00	Lauftraining ab 12 Jahre	Ernst Kletke	Stadion
Freitag	17.00 - 19.00	Sprint-/Sprungtraining ab 16 Jahre	Willi Günther	Stadion
	17.00 - 19.00	Wurftraining ab 16 Jahre	Siegfried Wegener	Stadion/WP
	19.00 - 20.00	Krafttraining für Werfer	Siegfried Wegener	Kraftraum S.M.H.
Samstag	10.00 - 12.00	Lauftraining ab 12 Jahre	Ernst Kletke	Stadion
Sonntag	10.00 - 12.00	Sportabz./Training u. Abnahme	Detlef Müller-Greis	Stadion



Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: LEICHTATHLETIK WALKING		Mario Erschens MARION.ERSCHENS@T-ONLINE.DE	0651/9937055	
Montag	9.00- 10.00	Walking/Nordic-Walking	M. Erschens	Parkplatz Stadion
Dienstag	19.00- 20.00	Walking/Nordic-Walking	M. Erschens	Parkplatz Stadion
Donnerstag	9.00- 10.00	Walking/Nordic-Walking	M. Erschens	Parkplatz Stadion
	18.00- 19.00	Walking/Nordic-Walking	M. Erschens	Parkplatz Stadion
Abteilung: RADSPORT		Marcel Fuchs fuchsmarcel64@yahoo.de	Tel. 06501/7333 Handy 0172/6760145	
Sonntag	10.00	Fahrradtour ersatzweise Fitness-Training	Marcel Fuchs	Möbel Martin
ab 14.12.03 alle 14 Tage (28.12. fällt aus)		bei schlechtem Wetter	Eric Lacour	
Abteilung: SCHWIMMEN		Willi Bartholome	Tel. 06501/ 3044	
Montag	16.30- 17.30	Kinderschwimmen-Fortgeschr.1	Sabine Richter	Hallenbad
	17.30- 18.30	Kinderschwimmen-Fortgeschr.2	Inge Bartholome	Hallenbad
	16.00- 17.30	Wettkampfgruppe-Trockentraining	Philipp Witzmann	Krafr. S.M.H.
	18.30- 19.30	Wettkampfgruppe-Auswahl	W. Bartholome	Hallenbad
Dienstag	16.30- 17.30	Kinderschwimmen-Anfänger	Trainerteam	Hallenbad
	17.30- 18.30	Wettkampfgruppe-Einsteiger	Elke Brittner	Hallenbad
	17.30- 19.00	Wettkampfgruppe	Achim Bartholome/Elke Brittner	Hallenbad
Donnerstag	17.00- 18.00	Kinderschwimmen-Fortgeschr.1+2	S. Richter/I. Bartholome	Hallenbad
	18.00- 19.30	Wettkampfmannschaft-Auswahl	Trainerteam	Hallenbad
Freitag	16.00- 17.30	Wettkampfgruppe-Trockentraining	Philipp Witzmann	Krafr. S.M.H.
Samstag	17.00- 18.30	Wettkampfgruppe-Einsteiger	Elke Brittner	Hallenbad
	17.00- 18.30	Wettkampfgruppe	Trainerteam	Hallenbad
	18.15- 19.00	Sportl. Freizeitschwimmen f. Erwachsene	Michael Lang	Hallenbad
Abteilung: Tae Kwon Do		Ghasem Nurbachs	Tel. 06501/946325	
Montag	16.00- 17.00	Anfänger Kinder	G. Nurbachs, Z. Basereh, D.Dohm	TG Sportpark
	17.00- 18.00	Fortgeschrittene Kinder	G. Nurbachs, Z. Basereh, Ph. Kebig	TG Sportpark
	18.00- 19.00	Fortgeschrittene Erwachsene	G. Nurbachs	Spiegelsaal
	19.00- 20.00	Anfänger Erwachsene	G. Nurbachs	Spiegelsaal
Dienstag	17.45- 18.45	Anfänger Kinder	Thomas Urfels	TG Sportpark
Donnerstag	17.45- 18.45	Anfänger Kinder	Thomas Urfels	TG Sportpark
Freitag	16.00- 17.00	Anfänger Kinder	G. Nurbachs, Zahra Basereh	TG Sportpark
	17.00- 18.00	Fortgeschrittene Kinder	G. Nurbachs, Zahra Basereh	TG Sportpark
	18.00- 19.00	Fortgeschrittene Erwachsene	G. Nurbachs, Zahra Basereh	Spiegelsaal
	19.00- 20.00	Anfänger Erwachsene	G. Nurbachs, Zahra Basereh	Spiegelsaal
Abteilung: TANZSPORT		TG-Geschäftsstelle n.n.	Tel. 06501/946680	
Dienstag	20.30- 21.30	Gruppe I	Kasel	TG Sportpark
Mittwoch	20.45- 21.45	Breitensport	n.n.	TG Sportpark
Donnerstag	20.00- 21.00	Gruppe II	K.O. Mühlhaus/B. Juhre	TG Sportpark
	21.00- 22.00	Line Dance	B. Juhre	TG Sportpark
Freitag	20.00- 21.00	Freies Training	K.O. Mühlhaus/B. Juhre	TG Sportpark
Abteilung: TISCHTENNIS		Thomas Bruckmann Thomas.Bruckmann@gmx.de	Tel. 06501/5565	
Montag	17.00- 19.00	Anfänger, Schüler, Jugend	Leo Wengler	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Hobby + Wettkämpfe Herren		
Dienstag	17.00- 19.00	Wettkampf Schüler und Jugend	Roman Werner	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Hobby	Mannschaftsführer	Lorenz-Kellner H.
Mittwoch	17.00- 19.00	Leistungstraining Nachwuchs	Chr. Hau/Roman Werner	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Leistungstraining Damen + Herren		Lorenz-Kellner H.
Freitag	17.00- 19.00	Anfänger, Schüler, Jugend	Chr. Hau/Roman Werner	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Damen + Herren		Lorenz-Kellner H.
Samstag	14.00- 24.00	Wettkämpfe Damen	Mannschaftsführer	Lorenz-Kellner H.
Sonntag	9.00- 14.00	Wettkämpfe Damen + Herren	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	nach Absprache	Lauftreff	Uwe Lellinger	Stadion

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: TURNEN		Monika Meyer	Tel. 06501 / 2458	
Montag	17.00-18.30	Hinführung zum Leistungsturnen ab Vorschulalter 5,5 J.	Bianca Ball	Gymn. Halle
	17.00-18.30	Kunstturnen	N. Leuthner/E. Wengler	Gymn. Halle
	18.30-19.30	Wettkampfgruppe	N. Leuthner/K. Baer/E. Wengler??	
Freitag	09.30-10.30	Mutter - Kind-Turnen	Beate Jochem	TG Sportpark
	15.00-16.00	Spielend turnen lernen i. Kindergartenalter 3-4	Meyer M./Jasmin/Linda	St.Nik.Halle
	16.00-17.00	Mit Spaß zum Turnen im Vorschulalter	Meyer M./Jasmin/Linda	St.Nik.Halle
	17.00-18.30	Turnen ab 5 1/2 Jahre Vorstufe	Bianca Ball	Gymn. Halle
	17.00-18.30	Leistungsturnen	N. Leuthner/E. Wengler/K. Baer	Gymn. Halle
	17.00-18.00	Turnen 7-14 Jahre	Meyer M./Jasmin/Linda	St.Nik.Halle
Abteilung: VOLLEYBALL		Abt.-Leiter: Sandra Schmitt Batman100@web.de	Tel. 06502 / 931933	
Montag	16.00-17.30	Ball sport für Minis (8-12J.)	Chr. Albrecht	S.-M.-H.
	20.00-22.00	Herren I	T. Harig	St. Nik. Halle
Dienstag	17.00-18.15	C-Jugend w.+m. (10-13J.)	M. Webers	St. Nik. Halle
	18.15-20.00	B-Jugend männl. (14-17J)	M. Webers	St. Nik. Halle
	20.00-22.00	Damen I	R. Kessler	St. Nik. Halle
Donnerstag	20.00-22.00	Herren I	T. Harig	St. Nik. Halle
	20.00-22.00	Senioren	N.N.	Lorenz-Kellner-Halle
Freitag	14.30-15.30	E-Jugend m.	Nina Knobe	S.-M.-H.
	15.30-17.00	B-Jugend m.	Nina Knobe	S.-M.-H.
	20.00-22.00	Damen I	R. Kessler	St. Nik. Halle

KURSE DER 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! Daher Anmeldung erforderlich!

*Präventivkurse werden von den Krankenkassen mit bis zu 80% bezuschusst.

Wochentag	Zeit	Kurs	Übungsleiter	Halle
Montag	10.00-11.00	*Präventive Wirbelsäulengymnastik	Marlies Frick	TG Halle
	16.30-18.00	Yoga	Mechthild Schneider	Seminarraum 3
Dienstag	10.15-11.15	*Präventives Herz-Kreislauf-Training	Burkhard Disch	TG Halle
	19.00-20.00	*Präventive Wirbelsäulengymnastik	Marlies Frick	TG Halle
	20.00-21.00	TOPFORMING	Marie-Louise Conen	Seminarraum 3
Mittwoch	15.00-16.00	*Präventives Herz-Kreislauf-Training f. Kinder	Christian Albrecht	Spiegelsaal
	16.00-17.00	*Präventive Rückenschule f. Kinder	Christian Albrecht	TG Halle
	19.30-21.00	Yoga	Mechthild Schneider	DRK Altenzentrum
	19.00-20.15	*Body & Mind Entspannkurs	Nicole Marzi	St. Nik. Halle
Donnerstag	19.30-21.00	Yoga	Mechthild Schneider	Gymnastikhalle SMH
Freitag	10.30-11.30	*Präventive gegen Osteoporose	Beate Jochem	TG Halle
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	13.00-14.00	Aqua-Jogging	Ilse Fuchs	Hallenbad
	16.15-16.45	Wassergymnastik für alle	Ilse Fuchs	Hallenbad

Individualkurse • Termin nach Vereinbarung • Tel 06501 - 9466831

Kurs	Übungsleiter	Ort
Präventives Herz-Kreislauf-Training	Burkhard Disch/Chr. Albrecht	TG Sportstudio
Präventives Rückentraining	Burkhard Disch/Chr. Albrecht	TG Sportstudio



TG Sportstudio ... das etwas andere Studio! • Studiotelefon 06501/94668-31

Wochentag	Öffnungszeiten	Kurs	Trainer/-in	Ort
Montag	8.00-12.00		Chr. Albrecht	TG Sportpark
	15.00-18.30		B. Disch/D. Streit	TG Sportpark
	18.30-21.30		G. Zanoth	TG Sportpark
Dienstag	8.00-12.00		Beate Jochem/Burkhard Disch	TG Sportpark
	15.00-18.30		Burkhard Disch/Chr. Albrecht	TG Sportpark
	18.30-21.30		Beate Jochem	TG Sportpark
Mittwoch	8.00-12.00		Marlies Frick	TG Sportpark
	15.00-18.30		Nicole Marzi	TG Sportpark
	18.30-21.30		Chr. Albrecht	TG Sportpark
Donnerstag	8.00-12.00		Chr. Albrecht	TG Sportpark
	15.00-18.00		G. Zanoth	TG Sportpark
	18.00-21.30		Kerstin Holbach	TG Sportpark
Freitag	8.00-12.00		Marlies Frick	TG Sportpark
	15.00-18.00		Chr. Albrecht	TG Sportpark
	18.00-21.30		Jörg Scalbania	TG Sportpark
Samstag	14.00-17.00		Trainer im Wechsel	TG Sportpark
Sonntag	9.00-13.00		Trainer im Wechsel	TG Sportpark



die Eifel“ dachten nicht nur die Konzer Läufer. Die Frage „Was ziehe ich an“ konnten sich nur diejenigen fragen, die sich für alle Gelegenheiten etwas in die Sporttasche eingesteckt hatten. Die Anderen, die sich nur für Sonne entschieden hatten, konnten ja nur das anziehen was sie hatten, was sich nach 1 bis 1 1/2 Stunden später als richtig erwies, da die Sonne wieder zum Vorschein kam.

Es lief gut für die Konzer Damen und Herren. Irene Michels und Silvia Büdinger liefen von Anfang an in der Spitze mit, was sich auch bis zum Ziel nicht ändern sollte. Irene musste den größten Teil der Strecke alleine laufen, da sie keinen Mitstreiter gefunden hat der ihr Lauftempo mithalten konnte. Um so bemerkenswerter war es, das sie nach 3:20:45 Std. in bester Laune das Ziel als zweiter Frau erreichte. Silvia hatte mehr Glück, sie fand schon nach 2 km den perfekten Begleiter. Sie lief nach 3:21:12 Std. Hand in Hand mit einem Läufer aus Mayen ins Ziel. Hein Neues kam in 3:25:21 Std. ins Ziel und wurde 3. In seiner AK M 50. Die dritte Konzerin war Elfriede Massing. Sie hatte sich für das beste Lauf-Outfit entschieden und kam bauchfrei bei strahlendem Wetter und mit einem strahlenden Lächeln nach 3:44:43 Std. ins Ziel. Thomas Ehrmann kam als nächster. Er lief die letzten 10 km so schnell wie in einem 10 km Wettkampf. Sein Spruch des Tages „ich musste so schnell laufen, die Zeit lief mir davon“. Er kam in 3:58:39 Std. ins Ziel. Er konnte sich gegenüber dem letzten Jahr um ca. 15 Min. verbessern. Ute Bartsch hat genau 4:01:00 Std. benötigt. Auch sie hat ihre Zeit auf gleicher Strecke um 19 Min. verbessern können. „Ich hatte die Kraft von hinten heraus“ sagte sie. Das ist ein Beweis des guten Trainings und der guten Vorbereitung. Es fehlt die siebte im Bunde. Ute Kleinert hat die Strecke in 4:08:12 Std. gemeistert. Auch sie ist wesentlich schneller gewesen wie im letzten Jahr. Alle haben sich nach dem Wettkampf gute gefühlt, ob Läufer oder Fan. Ari Loch und Harald Maus haben ihre Vereinskameraden auf der Strecke angefeuert, gut unterstützt und motiviert. Sie konnten alle in froher Runde und bei Sonnenschein die Preise entgegen nehmen und noch etwas feiern.

Die Läuferinnen und Läufer danken dem Trainer für die gute Vorbereitung und Ausarbeitung der jeweiligen Trainingspläne. Es gab aber noch einen Grund warum alles bei dem Eifelmarathon geklappt hat. Bei km 19 ungefähr, standen Schäfchen auf der Wiese und zwar zur linken Seite. Und wie heißt es doch „Schäfchen zur Linken, das Glück wird dir winken“ Also, Irene Elfriede und Silvia haben auf jeden Fall gewinkt.



Silvia Büdinger und unbekannt beim Zieleinlauf

VISAGE

HAIR-DESIGN



Egal welcher Still

Egal welches Image!

Egal welche Situation!

VISAGE HAIR DESIGN bietet Ihnen
professionelle Haarpflege und
internationale Haarschnitte für Sie und Ihn!

Neu

**Modernste Computeranimation
bei einem Haarschnitt in unserem
Hause für Sie kostenlos.**



TEL. 06501/605353

www.HAIR-DESIGN-Visage.com





Osterlauf in Grevenmacher

Jeder Läufer freute sich auf Ostermontag. Hier konnte sich jeder auf dem 10 km Rundkurs in Grevenmacher die Beine vertreten (=laufen). Der Laufftreff stellte sich dieses Jahr in der neuen Laufkombination vor. Gestiftet wurde der Laufdress von dem langjährigen Sponsor Herrn Simon von „Simon's Plaza“ in Grevenmacher. Der Laufftreff läuft in einer Kombination von Asics in den Vereinsfarben der TG Konz, blau – gelb.

Unter 764 Startern stellte der Laufftreff mit 33 Startern den ersten Platz.

Für viele ist der Osterlauf ein erster Test um festzustellen, wo man mit seiner Zeit steht. Unter die bevorzugten 10 kam nur Irene Michels auf Platz 8 in der Damenwertung. Sie lief die 4 Runden in einer Zeit von 40:02 Min.

Nichtsdestotrotz wurden eigene Bestzeiten und AK Platzierung gelaufen.



MJB	Daniel Kleinert	2. Platz	46:15 Min.
AK M 45	Wilfried Hermesdorf	3. Platz	35:20 Min.
AK M35	Khalid Chagri	Bestzeit	37:56 Min.
	Rudolf Peters	Bestzeit	41:37 Min.
AK M20	Marco Pacholek	Bestzeit	38:35 Min.
	Stefan Koster	Bestzeit	40:05 Min.
AK M65	Manfred Scheuer	2. Platz	49:36 Min.
WJA	Katrin Friedrich	1. Platz	43:41 Min.
AK W20	Dorothee von Wirth	2. Platz	43:25 Min.
AK W40	Irene Michels	3. Platz	40:02 Min.
AK W45	Elfriede Massing	3. Platz	44:45 Min.

Ich bitte um Verständnis das nicht alle 33 Konzer Läuferinnen und Läufer genannt wurden

Silvia Büdinger

Erfolgreich in Hermeskeil

Der Laufftreff hat mit einer relativ kleinen Läufergruppe das optimale beim Halbmarathon in Hermeskeil heraus geholt. Bei schönem, nicht zu heißem Wetter musste Wilfried Hermesdorf nur einem Läufer den Vortritt lassen und zwar dem Langstrecken Spezialisten Rainer Müller. Er lief den Halbmarathon in einer Zeit von genau 1:14:00 Std. Wilfried Hermesdorf wurde mit 1:18:18 Std. zweiter im Gesamteinlauf und 1. in seiner AK 45. In der AK M 50 belegte Thomas Ehrmann den 1. Platz in 1:45:58 Std. und Rudi Michling wurde 3. In der AK 60 mit 1:50:01 Std.

Die Damenwertung gewann Irene Michels in einer Zeit 1:33:31 Std vor ihrer Vereinskameradin Silvia Büdinger.

Sie erreichte das Ziel in 1:34:58 Std. und belegte somit den 2. Platz. Diese Platzierung belegten die beiden dann auch in der AK 40. Dominiert von unseren Läuferinnen wurde auch die AK W 45. Hier gewann mit einer Zeit von 1:41:56 Std. Elfriede Massing. Zweite in der AK W 45 wurde Ute Bartsch in 1:50:42 Std.

Der einzige Läufer des Laufftreffs auf der 10 km Strecke war Khalid Chagri. Er belegte im Gesamteinlauf den 6. Platz und wurde zweiter in der AK M 35 in 39:24 Min.

Eine Walkering hat das Feld der Konzer vervollständigt. Ursula Reinert wurde 3. Frau auf der 5 km Strecke.

Wir stellten mit 13 Startern nicht nur die teilnehmerstärkste Mannschaft und konnten uns auf einem 50 l Fass Bitburger nach Hause rollen lassen. Irene Michels, Silvia Büdinger und Elfriede Massing gewannen auch die Mannschaftswertung der Damen.

Hermeskeil hat eine wunderschöne Halbmarathonstrecke, die zum größten Teil durch den Wald führt. Für jeden Landschaftsläufer ist es ein Vergnügen und eine Freude, dort zu laufen.



Physiotherapie/Krankengymnastik, Massage
Ergotherapie und Logopädie

Domänenstr. 3 • 54329 Konz

Tel.: 06501/600022

Fax.: 06501/600023

HEIZÖL - DIESEL

Markenschmierstoffe - Brennstoffe

Johann Bast

Inh. Rudolf Bast

bp



54329 Konz
Trierer-Str. 90
Tel.: 06501 / 2002



AUTOLACKIEREREI
WOLFGANG PUNESSEN

AUTOLACKIERERMEISTER

Unfallinstandsetzungen
Karosseriearbeiten

Auch samstags von 8 bis 12 Uhr geöffnet

54329 Konz-Köhen - Gewerbegebiet

Telefon (0 65 01) 1 56 01

www.autolackiererei-punessen.de



happy
Getränkemarkt

Bierstraße

Konzerbrück 27 • direkt neben

ALDI-Filiale

54329 Konz • Telefon 0 65 01 / 9 96 83

Bequemer Getränke-Einkauf

unterm Dach mit dem PKW

inkl. Kofferraum-Service

Abteilungsleiter: Silvia Büdinger
Tel. 0 65 84/73 72
silvia_laufftreff@yahoo.de

Laufftreff



Ergebnisse Halbmarathon:

AK W40	Irene Michels	1. Platz,	1:33:31 Std.
	Silvia Büdinger	2. Platz	1:34:58 Std.
	Ute Kleinert	6. Platz	1:51:36 Std.
AK W45	Elfriede Massing	1. Platz	1:41:56 Std.
	Ute Bartsch	2. Platz	1:50:42 Std.
AK M40	Klaus Mischo	12. Platz	1:53:50 Std.
AK M45	Wilfried Hermesdorf	1. Platz	1:18:18 Std.
AK M50	Thomas Ehrmann	1. Platz	1:45:58 Std.
	Erwin Witt	9. Platz	2:00:00 Std.
AK M60	Rudi Michling	3. Platz	1:50:01 Std.
10 km			
AK M35	Khalid Chagri	2. Platz	39:24 Min
Walking	Ursula Reinert	3. Frau	





Alljährliche Schlammschlacht in Geichlingen

Es war mal wieder soweit. Es nahte der 24. April. Angesagt war der Halbmarathon durch den Kammerwald in Geichlingen. Jeder hat sich auf eine Schlamm- u. Regenschlacht vorbereitet. Aber siehe da. Dieses Jahr war nichts mit Regen. Die Sonne schien, es waren super Temperaturen, um im frühlingshaften Kammerwald die 21,1 km zu laufen. Auf die Frage, „wie habt ihr das nur gemacht dieses Jahr“, bekamen wir zur Antwort: „Aufgepasst, wir haben unterwegs Gießkannen aufgestellt, damit ihr den Regen nicht so sehr vermisst“.

Irene Michels gewann zum dritten Mal den Halbmarathon in Geichlingen und schaffte somit einen Hattrick. Sie gewann in einer Zeit von 1:31.18 Std. und ließ ihre Vereinskameradin Silvia Büdinger, die auf Platz 2 folgte 1:35:51 Std., hinter sich. Andreas Kilian wurde in einer Zeit von 1:21:25 Std. zweiter im Gesamteinlauf bei den Männern. Er musste nur Dietmar Bier den Vortritt lassen. Der mit 1:18:02 Std die Halbmarathon gewann.



Unter den 14 Startern waren etliche AK Sieger und Platzierte dabei:

AK M40	Andreas Kilian	1. Platz	1:21:25 Std.
AK M45	Edmund Bauer	6. Platz	1:39:42 Std.
	Karl-Josef Roth	11. Platz	1:44:16 Std.
AK M50	Aribert Loch	3. Platz	1:38:10 Std.
	Erwin Witt	7. Platz	1:44:26 Std.
	Thomas Ehrmann	8. Platz	1:45:32 Std.
AK M60	Rudi Miebling	2. Platz	1:44:00 Std.
AK M65	Manfred Scheuer	2. Platz	2:08:08 Std.
AK W40	Irene Michels	1. Platz	1:31:18 Std.
	Silvia Büdinger	2. Platz	1:35:51 Std.
	Ute Kleinert	4. Platz	1:49:01 Std.
AK W45	Elfriede Massing	1. Platz	1:43:32 Std.
	Ute Bartsch	3. Platz	1:46:05 Std.
AK W55	Gisela Helfrich	1. Platz	2:07:34 Std.



Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen !



Familiäre Atmosphäre, qualifizierte Betreuung und Kinderbetreuung im **TG SPORTSTUDIO**



PRÄVENTIVKURSE für Kinder und Erwachsene mit dem Gütesiegel SPORT PRO GESUNDHEIT



TRAININGS- UND ERNÄHRUNGSPLANUNG durch qualifizierte Berater

Eine **KOSTENBETEILIGUNG** durch die Krankenkassen ist möglich.

Informationen unter:

TG Sportpark - TG Sportstudio

Im Schul- und Sportzentrum Konz
☎ (06501/ 94668-0 oder 94668-31
Homepage: www.tgkonz.de

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen kostenlosen Probetermin !



Geschäftsführer: Mario Reduch

Ihr Elektrofachgeschäft für:

- Hausgeräte-Kundendienst
- Elektroheizung
- SAT-Anlagen
- Planung u. Ausführung
- Elektroinstallationen
- Lichttechnik
- Sprechanlagen
- ISDN Tel.-Anlagen
- EDV Datennetze

5 4 3 2 9 K O N Z

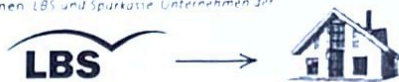
Karthäuser Straße 81 (Ecke Moselstraße)
Telefon 0 65 01 / 2845 u. 59 36 • Fax 59 36

Die perfekte Altersvorsorge ist das eigene Zuhause.

Am besten finanziert mit uns.

Die eigenen vier Wände sind nach wie vor die beste Kapitalanlage fürs Alter. Deshalb machen Sie endlich Schluss mit dem ewigen Miete zahlen. Wir erstellen Ihnen gerne einen individuellen Finanzierungsplan unter Einbeziehung der maximalen staatlichen Fördermittel. Bauen Sie auf eine solide Altersvorsorge, die Sie jetzt schon genießen können. LBS und Sparkasse Unternehmen der Finanzgruppe

Clever vorsorgen
und jetzt
schon genießen!



Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.

Schillerstr. 37-39, Konz
Tel: (0 65 01) 30 16
Fax: (0 65 01) 79 61
e-mail: LBS.Konz@lbs-mz.de

Ihre LBS-Bezirksleiterin
Elfriede Ott

Gönnen Sie sich Ruhe und Erholung
- inmitten von Wiesen und Weinbergen -
auf unserer Sonnenterrasse oder in unserem rustikalen
Speiselokal mit gut bürgerlicher Küche.

Ihr Ausflugslokal

Winzerhof

erwartet Sie
im Konzer Tälchen.

Falkensteinstraße • 54329 Konz-Niedermennig
Tel. 0 65 01 / 35 08

Planwagenfahrten auf Vorbestellung
Täglich geöffnet ab 15.00 Uhr • Dienstag Ruhetag



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

Abteilungsleiter: **Marcel Fuchs**
Tel. 06501/7333
Handy: 0172/6760145
e-mail: fuchsmarcel64@yahoo.de

Radsport



Aktivitäten in der Radsportabteilung

Am 13.03.2004 beim 12. Extrem MTB-Rennen in Sondershausen, haben Erick Lacour und Achim Elsen den 8 und 17 Platz von 47 Teilnehmern mit einer Zeit von 1Std12min12sec und 1Std22min22sec, bei einem Radrennen der besonderen Art belegt.

Dieses Rennen hat in dem Stollensystem eines Salzbergwerks in über 900m Tiefe stattgefunden.

Es galt, 21km (4 Runden) und 1000 Höhenmeter in Stollen, wo teilweise kein Möbel LKW reinpassen würde, bei 28° und 20% feuchter und mit Salzstaub durchsetzter Luft zu bewältigen. Die enorme Anstrengung durch das Streckenprofil und die Lufteigenschaften haben schon sehr denn inneren Schwachhund am Durchhalten nagen lassen.

Es war aber ein schöner Tag, den wir wohl niemals vergessen werden.





Saar Pedal 2004

...da durfte die Radabteilung der TG Konz natürlich nicht fehlen!

Zusammen mit dem Team von Zweirad Monz aus Trier, welches mit der Ausgabe von Monz-Trikots dafür sorgte, dass die ganze Truppe auch als solche gut zu erkennen war, ging es morgens um 10.00 Uhr bei Sonnenschein und guter Laune auf dem Konzer Marktplatz los. Mit ca. 25 Teilnehmern (am Anfang mehr, später

weniger), alle in Monz-Trikots gekleidet und dem super „Hingucker“ – einem Koga-Tandem, waren wir schon ziemlich auffällig!

Über Filzen – Kanzem – Schoden ging es bis nach Saarburb zur RPR-Bühne und von dort aus weiter bis nach Mettlach, wo sich dann im Brauhaus alle erst einmal stärken konnten. Natürlich wurden auch zwischendurch ein paar Pausen eingelegt, wie sich das beim Saar Pedal gehört, aber nichtsdestotrotz kam der Fahrspaß auf keinen Fall zu kurz. Trotz einiger Pannen und technischer Probleme (platte Reifen gibt es

immer wieder), die aber dank des Monz Service-Teams immer schnell behoben wurden, kamen dann gegen 18.00 Uhr alle wieder wohlbehalten und mit etwas Sonnenbrand zum Startpunkt zurück.

Resumee: 85 Kilometer, 4 platte Reifen, 3 auf dem Weg verlorene Politiker (sie wurden aber schon wieder gesehen) und super viel Spaß – nächstes Jahr sind wir wieder dabei, dann hoffentlich mit noch mehr Teilnehmern! Wir würden uns freuen, wenn Ihr beim nächsten Mal dabei seid!

Wenn Ihr Lust am Radfahren bekommen habt, dann fahrt doch einfach mal mit.

Bei Fragen wendet Euch an:

Marcel Fuchs
 Telefon : 06 50 1 / 73 33
 Mobil : 01 72 / 67 60 14 5

oder an mich:

Eric Lacour
 Mobil : 01 71 / 93 50 02 7

Viele Grüße,
 Euer Lucky



Kinder haben das Recht



Foto: P. Williams

auf ausreichende
 vollwertige Nahrungs-
 mittel und sauberes
 Trinkwasser.

**Spendenkonto
 Sparkasse Bonn: 6130**

Einzahlungen bei allen Postämtern,
 Sparkassen und Banken.



DEUTSCHE WELTHUNGERHILFE

Deutsche Welthungerhilfe · Adenauerallee 134
 53113 Bonn · Tel. (02 28) 22 88-0

Ja, über „Ernährungsgutscheine“ möchte
 ich mehr wissen.

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____



Lucky, Tina und Marco machen mal Pause

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

AUTO PETER G E B H



KFZ-WERKSTATT &
AUTOLACKIEREREI
MEISTERBETRIEB

KONZ Konzerbrück 35 • Tel. 1 69 84



fenster-innenausbau
riehm+sohn
schreinerei

Historische Holzsprossenfenster

Moderne und historische Türen
für Innen und Außen

Moderne Holz- und
Kunststoff-Fenster

Albanstraße 19
D-54329 Konz
Tel.: 0 65 01 / 9 46 69 - 0
Fax: 0 65 01 / 9 46 69 - 10
www.schreinerei-riehm.de

Gesamter Innenausbau:
Wand- und Deckenverfädelung
Möbel und Einbauschränke



Prüfstelle
Konz

- Hauptuntersuchung
- Abgasuntersuchung
- Änderungsabnahmen

08.00 - 12.00
und
15.00 - 18.00

Arbeitssicherheit

- Tachoprüfung
- Prüfung von Gasanlagen
- Schaden u. Wertgutachten

Gewerbegebiet Konz-Konen Tel.: 06501/99040 Fax: 99041 Kues-konz@t-online.de

Abteilungsleiter: **Marcel Fuchs**
Tel. 06501/7333
Handy: 0172/6760145
e-mail: fuchsmarcel64@yahoo.de

Radsport



(Mettlach: endlich Mittagessen!)





Sehr gute Platzierungen beim Schwimmfest in Trier

Am 29./30.5.2004 wurde in Trier das diesjährige Peter und Paul-Schwimmen im Nordbad durchgeführt.

Für die Schwimmer/innen der TG Konz immer wieder eine willkommene Gelegenheit, für die kommende Schwimmsaison die erforderlichen Pflichtzeiten auf einer 50-m-Bahn zu erreichen. So war es auch nicht verwunderlich, dass von 24 gemeldeten Vereinen die TG Konz – nach Trier und Simmern – die meisten Meldungen abgegeben hatte.

Das sportliche Abschneiden der Aktiven war gut bis sehr gut! Die größten Zeitverbesserungen gab es allerdings bei den kleinen Schwimmerinnen und Schwimmer. Hier gab es Zeitverbesserungen bis zu 20 Sek. und mehr, was natürlich die betreffenden Übungsleiter besonders freute.

Bei den großen Schwimmer/innen gab es leichte Zeitverbesserungen sowie Zeitbestätigungen. Über die Platzierungen hatte man sich vorher offensichtlich geeinigt, denn Philipp Witzmann und Stephan Lieser wechselten sich ständig zwischen Platz 1 und 2 ab.

Ergebnisse und Platzierungen der Konzer Schwimmathleten:

100m Brust: weibl

Jahrg. 1994/93

7. Platz Hanna Gorges 2:00,0

Jahrg. 1991/92

8. Platz Anna Schaack 1:35,9
 10. Platz Julia Schmitt 1:37,9
 13. Platz Lisa Borens 1:38,8

Jahrg. 1989/90

3. Platz Eyleen Gremmler 1:32,7
 7. Platz Melanie Brittner 1:34,9

100m Brust : männl.

Jahrg. 1993

5. Pl... Dimitri Sidorov 1:49,6

Jahrg. 1991/92

2. Pl. Igor Bukovski 1:33,1
 4. Pl. Christian Weirich 1:44,4
 8. Pl. Achim Berend 1:52,4

Jahrg. 1989/90

13. Pl. Tobias Müller 1:39,9
 18. Pl. Raphael Heinz 1:52,1

200 m Rücken männl.

Jahrg. 1991/92

3. Pl. Mathias Probst 3:08,3

Jahrg. 1986 u.ä.

Philipp Witzmann 2:28,8

50m Fr. weibl.

Jahrg. 1996

3. Pl. Julia Münster 1:06,6

Jahrg. 1995

1. Nicole Weber 0:44,3
 2. Hannah Kirch 0:48,0

Jahrg. 1994

2. Pl. Hanna Gorges 0:44,3
 5. Pl. Nora Fürst 0:46,3
 11. Pl. Vivien Gremmler 0:50,4

Jahrg. 1993

3. Pl. Kristin Schmitz 0:38,5
 6. Pl. Lea Schumacher 0:45,0
 8. Pl. Laura Hinske 0:47,8
 9. Pl. Katharina Roczen 0:49,6

Jahrg. 1991/92

18. Pl. Lisa Borens 0:35,1
 23. Pl. Julia Schmitt 0:36,5
 24. Pl. Anna Schaack 0:36,8
 26. Pl. Sina Nieuwenhuiz 0:37,5

Jahrg. 1989/90

7. Pl. Viola Streit 0:32,6
 8. Pl. Eyleen Gremmler 0:32,7
 9. Pl. Anika Wagner 0:33,3
 14. Pl. Melanie Brittner 0:38,8

Jahrg. 1988/87:

1. Pl. Ursula Heusel 0:30,4
 11. Pl. Stefanie Etten 0:36,4

50m Fr.: männl.

6. Pl. Luca Wollscheid 0:47,7
 11. Pl. Niklas Schönberg 1:05,2

Jahrg. 1993

7. Pl. Dimitri Sidorov 0:43,5
 11. Pl. Alexander Fürst 0:53,4

Jahrg. 1991/92:

3. Pl. Mathias Probst 0:33,2
 12. Pl. Ajas Aliyev 0:43,8
 14. Pl. Thomas Mann 0:47,2
 16. Pl. David Schmitz 0:59,1
 17. Pl. Pascal Huber 1:04,8
 18. Pl. Jannik Roth 1:07,9

Jahrg. 1989/90

18. Pl. Alexander Sidorov 0:36,2
 20. Pl. Sebastian Müller 0:36,8
 22. Pl. Christian Lieser 0:37,4
 23. Pl. Raphael Heinz 0:38,2

Jahrg. 1986 u.ä.

4. Pl. Stephan Lieser 0:22,0

200m Lagen weibl.:

Jahrg. 1989/90:

5. Pl. Anika Wagner 3:00,1
 10. Pl. Viola Streit 3:10,2

200m Lagen männl.:

4. Pl. Igor Bukovsky 3:02,2
 12. Pl. Christian Weirich 3:31,4
 13. Pl. Achim Berend 3:32,4

Jahrg. 1986 u.ä.

1. Pl. Philipp Witzmann 2:27,8
 2. Pl. Stephan Lieser 2:30,8
 6. Pl. Alexander Machhaus 2:40,91
 10. Pl. Marc Jayasundara 2:42,8

50 m Schmetterling weibl.

Jahrg. 1993:

5. Pl. Lea Schumacher 0:56,5

Jahrg. 1987/88:

7. Pl. Ursula Heusel 0:38,2





DIE Pizzeria in Konz

Wir liefern Ihnen die
gewöhnlich 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

HEISSMANGELSTUBE Reinhilde Michels

Weinbergstraße 60
54329 Konz • Telefon 6389

Öffnungszeiten:
Di. - Fr. von 9.00 - 12.00 und von 15.00 - 19.00 Uhr
Montag Ruhetag

Urlaub vom 27.07. - 9.08.2004 einschl.

50m Schmetterling männl.:

7. Pl.	Achim Berend	0:45,3
9. Pl.	Christian Weirich	0:50,3

Jahrg. 1986 u.ä.:

1. Pl.	Stephan Lieser	0:28,7
2. Pl.	Philipp Witzmann	0:30,0
4. Pl.	Marc Jayasundara	0:31,4
8. Pl.	Alex. Machhaus	0:32,6

100m Rücken weibl.:

Jahrg. 1991/92:		
16. Pl.	Julia Schmitt	1:35,0
24. Pl.	Julia Roczen	1:45,9

Jahrg. 1989/90

4. Pl.	Anika Wagner	1:24,1
--------	--------------	--------

100m Rücken männl.:

Jahrg. 1991/92:		
5. Pl.	Igor Bukovski	1:28,2
6. Pl.	Mathias Probst	1:30,2

50m Brust weibl.:

Jahrg. 1995:		
1. Pl.	Nicole Weber	0:52,8
2. Pl.	Hanna Kirch	0:59,9

Jahrg. 1994:

2. Pl.	Hanna Gorges	0:53,7
5. Pl.	Laura Hinske	0:56,0
8. Pl.	Kyra Brandstetter	1:06,4

Jahrg. 1993:

2. Pl.	Vivien Gremmler	0:52,4
--------	-----------------	--------

Jahrg. 1991/92:

4. Pl.	Anna Schaack	0:42,7
8. Pl.	Lisa Borens	0:45,5
14. Pl.	Yvonne Dupré	0:52,8

Jahrg. 1989/90:

2. Pl.	Eyleen Gremmler	0:41,0
4. Pl.	Melanie Brittner	0:41,7
7. Pl.	Lucie Probst	0:45,1

50m Brust männl.:

Jahrg. 1996:		
3. Pl.	Leon Wollscheid	1:07,6

Jahrg. 1994:

2. Pl.	Niklas Schönberger	0:53,0
3. Pl.	Luca Wollscheid	1:00,5
7. Pl.	Benjamin Franzil	1:03,8

Jahrg. 1993:

1. Pl.	Dimitri Sidorov	0:48,6
--------	-----------------	--------

Jahrg. 1991/92:

6. Pl.	Ajas Aliyev	53,5
8. Pl.	Thomas Mann	54,0
9. Pl.	David Schmitz	57,1
12. Pl.	Dominik Lang	1:02,6
13. Pl.	Jannik Roth	1:06,1

Jahrg. 1989/90:

16. Pl.	Sebastian Müller	0:43,5
18. Pl.	Christian Lieser	0:43,8
19. Pl.	Tobias Müller	0:44,7
23. Pl.	Raphael Heinz	0:51,9

Jahrg. 1986 u.ä.:

1. Pl.	Alexander Machhaus	0:33,6
3. Pl.	Marc Jayasundara	0:35,6

200 m Freistil weibl.:

Jahrg. 1989/90:

8. Pl.	Eyleen Gremmler	2:45,3
10. Pl.	Anika Wagner	2:45,4
12. Pl.	Viola Streut	2:46,5
23. Pl.	Melanie Brittner	3:10,7

Jahrg. 1987/88:

4. Pl.	Ursula Heusel	2:36,9
--------	---------------	--------

200m Freistil männl.:

Jahrg. 1991/92:		
11. Pl.	Christian Weirich	3:00,0
14. Pl.	Achim Berend	3:05,2

Jahrg. 1989/90

26. Pl.	Alexander Sidorov	3:05,8
---------	-------------------	--------

Jahrg. 1986 u.ä.:

1. Pl.	Stephan Lieser	2:09,0
2. Pl.	Philipp Witzmann	2:09,1

100m Schmetterling männl.:

Jahrg. 1991/92:

1. Pl.	Igor Bukovski	1:28,9
2. Pl.	Mathias Probst	1:30,7

Jahrg. 1986 u.ä.:

1. Pl.	Stephan Lieser	1:04,8
--------	----------------	--------

200 m Brust weibl.:

Jahrg. 1991/92:

6. Pl.	Julia Schmitt	3:23,8
9. Pl.	Lisa Borens	3:32,8
11. Pl.	Anna Schaack	3:34,3



Schwimmen

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

Jahrg. 1989/90:

2. Pl.	Eyleen Gremmler	3:18,4
3. Pl.	Melanie Brittner	3:24,8
6. Pl.	Lucie Probst	3:42,8

200m Brust männl.:

Jahrg. 1991/92:

8. Pl.	Christian Weirich	3:56,0
10. Pl.	Achim Berend	4:06,1

Jahrg. 1989/90:

13. Pl.	Sebastian Müller	3:34,0
14. Pl.	Tobias Müller	3:35,3

50m Rücken weibl.:

Jahrg. 1995:

1. Pl.	Nicole Weber	0:53,0
--------	--------------	--------

Jahrg. 1994:

5. Pl.	Katharina Roczen	0:57,9
6. Pl.	Laura Hinske	1:03,5

Jahrg. 1991/92:

12. Pl.	Sina Nieuwenhuizen...	0:44,8
14. Pl.	Julia Roczen	0:47,1

50m Rücken männl.:

Jahrg. 1993:

8. Pl.	Alexander Furst	1:04,5
--------	-----------------	--------

Jahrg. 1989/90:

12. Pl.	Alexander Sidorov	0:48,0
---------	-------------------	--------

100m Freistil weibl.:

Jahrg. 1991/92:

25. Pl.	Julia Schmitt	1:19,6
26. Pl.	Lisa Borens	1:19,9
33. Pl.	Anna Schaaek	1:25,4
39. Pl.	Julia Roczen	1:30,5

Jahrg. 1989/90:

9. Pl.	Eyleen Gremmler	1:13,9
11. Pl.	Viola Streit	1:15,3
13. Pl.	Anika Wagner	1:15,7
23. Pl.	Lucie Probst	1:23,8
26. Pl.	Melanie Brittner	1:25,5

Jahrg. 1987/88:

3. Pl.	Ursula Heusel	1:09,5
--------	---------------	--------

100m Freistil männl.:

Jahrg. 1993:

9. Pl.	Dimitri Sidorov	1:45,1
--------	-----------------	--------

Jahrg. 1991/92:

5. Pl.	Igor Bukovski	1:14,6
6. Pl.	Mathias Probst	1:14,9

Jahrg. 1989/90:

31. Pl.	Alexander Sidorov	1:22,6
35. Pl.	Raphael Heinz	1:31,0

Jahrg. 1986 u.ä.:

1. Pl.	Philipp Witzmann	0:59,1
2. Pl.	Stephan Lieser	0:59,5
3. Pl.	Marc Jayasundara	1:01,0
9. Pl.	Alexander Machhaus	1:05,1



Tischtennis

Abteilungsleiter: Thomas Bruckmann
Unter der Fels 27
54332 Wasserliesch
Tel. 0 65 01/5565
Thomas.Bruckmann@gmx.de

12. Porta-Nigra Pokal der Tischtennisabteilung Gelungene Premiere in der Lorenz-Kellner-Halle

Zum ersten Mal wurden die Begegnungen um die Pokale und Medaillen des Porta-Nigra-Turnieres in der Heimarena der TG-Tischtennisspieler ausgetragen. An zwei Tagen war die Lorenz-Kellner-Halle Schauplatz vieler packender und mitunter auch kurioser Kämpfe.

Nachdem das Turnier auf die Jugend beschränkt wurde, passte es auch in die kleine Halle hinein. Auf fünf Tischen wurde dennoch qualitativ hochwertiger Sport geboten und auch mit der Gesamtzahl von 141 Starts waren auch die Organisatoren zufrieden. Im Hinblick auf die anstehenden Ranglistenturniere hatten die jungen Tischtennisstars noch einmal Gelegenheit zur Standortbestimmung.

Ein passender Zeitplan ermöglichte der Turnierleitung mit Elmar-Georg Konrath, die Konkur-



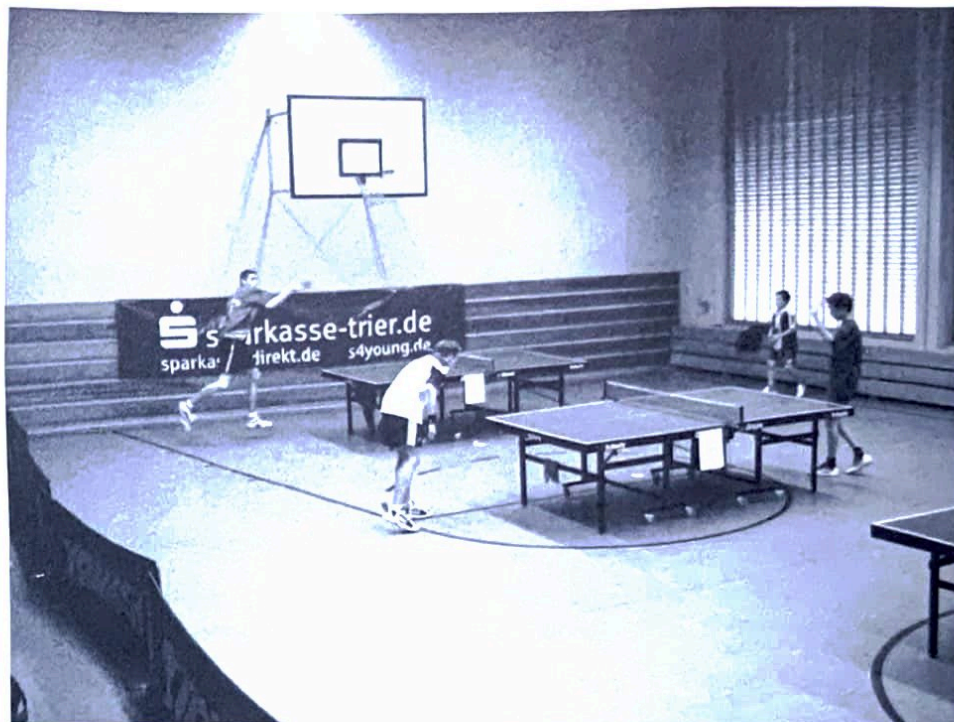
Die Konz-Olewig-Mischung im Jugend-Doppel belegte den 2. Platz



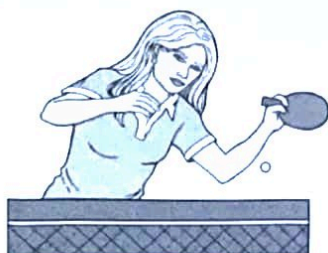
renzen ohne Überlappungen kurz und kompakt auszutragen. Das Helferteam der Tischtennisabteilung konnte auch die sonstigen Bedürfnisse nach ess- und trinkbaren Gütern problemlos erfüllen, so dass dieses Turnier allen Teilnehmern und Besuchern als gut organisierte Veranstaltung mit familiärem Flair in Erinnerung geblieben sein dürfte.

Die Tischtennisabteilung hofft auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr. Sie bedankt sich bei allen Helfern und der Sparkasse Trier für die finanzielle Unterstützung.

(Ergebnisliste auf Seite 30)



Martin Hoffmann verlor zeitweise den Bodenkontakt, wurde aber 2. im Jungen-Einzel



Nebenschauplatz: Minutisch



Die Sieger im Schulerinnen C Doppel mit Andrea Bruckmann und Nicole Lang (2. u. 1. von rechts)



Tischtennis

Abteilungsleiter: Thomas Bruckmann
Unter der Fels 27
54332 Wasserliesch
Tel. 0 65 01/5565
Thomas.Bruckmann@gmx.de

Die Ergebnisliste:

Schülerinnen C Einzel

1. Anja Schuh
2. Julia Hermann
3. Laila Lemmer
4. Lisa Pelzer

Schüler C Einzel

1. Eric Karrenbauer
2. Maximilian Simon
3. Pascal Kresse
4. Carlo Knauf

Schüler C Doppel

1. J. Hermann / L. Lemmer
2. P. Kresse / E. Karrenbauer
3. F. Byns / A. Schuh
3. A. Bruckmann / N. Lang

Schülerinnen B Einzel

1. Ann-Kristin Berweiler
2. Julia Hermann
3. Anja Glasner
3. Jennifer Wagner

Schülerinnen B Doppel

1. A. K. Berweiler / A. Glasner
2. L. Lemmer / J. Hermann

Schüler B Einzel

1. Marc Bläsus
2. Markus Schämaschko
3. Oleg Kaschtanow
3. Philipp Schmitt

Schüler B Doppel

1. M. Schämaschko / M. Bläsus
2. F. Becker / S. Klimasch
3. P. Schmitt / T. Heinz
3. M. Etringer / G. Schmitt

Schülerinnen A Einzel

1. Verena Glasner
2. Sophie Thielen
3. Christina Langbein
4. Christiane Thul

Schülerinnen A Doppel

1. V. Glasner / C. Langbein
2. C. Thul / S. Thielen

Schüler A Einzel

1. Stefan Zimmer
2. Michael Laptev
3. Marc Bläsus
3. Sebastian Schuh

Schüler A Doppel

1. S. Zimmer / S. Schuh

Schüler A Doppel

2. M. Laptev / S. Bepperling

Schüler A Doppel

3. C. Schaller / T. Hausen

Schüler A Doppel

3. M. Schämaschko / M. Bläsus

Mädchen Einzel

1. Stephanie Thul
2. Heike Hartmann
3. Andrea Landsmann
4. Sarah Schröder

Jungen Einzel

1. Andrej Kessler
2. Martin Hoffmann
3. Nico Schmitt
3. Alexander Kessler

Jugend Doppel

1. Alexander Kessler / Benedikt Keilen
2. M. Hoffmann / M. Bläsus
3. A. Landsmann / S. Schröder
3. H. Hartmann / S. Thul

Viele Grüße
Thomas



Die Porta-Nigra-Pokale



Fast ein Durchmarsch – die Verbandsliga Herren

Saison 2003/04

Nach dem Aufstieg aus der Bezirksliga war das Ziel ein gesicherter Platz im Mittelfeld der Verbandsliga. Gleich im ersten Spiel kam es dann auch ganz Dicke: beim Durchgangskandidaten Mendig gingen wir mit 0:3 unter und besaßen nicht den Hauch einer Chance. Wie sich jedoch später herausstellte, sollte Mendig in dieser Saison kein einziges Spiel verlieren – kein Wunder, waren doch einige Ex-Bundesligaspieler bzw. Ex-Nationalspieler in der Mannschaft. Mit dieser Erkenntnis ging es dann auch leichter in die nächsten Spiele und der Erfolg stellte sich von selbst ein. Am Ende der Hinrunde sah es dann schon ganz anders aus: wir belegten hinter Mendig den zweiten Platz und hatten somit sogar die Chance auf eine Relegation zur Landesliga. Leider kam es dann wieder so wie jedes Jahr in Konz: Verletzungen und andere Ausfälle sorgten dafür, dass wir kaum einmal mit genügend Alternativen zum Wechseln antreten konnten und dadurch auswärts das ein oder andere unnötige Spiel verloren. Die Moral der Mannschaft war aber ausgezeichnet und auch die Mischung aus älteren Semestern und jungen Spielern klappte hervorragend. Besondere Stärke war wie in jedem Jahr die tolle Stimmungen bei unseren Heimspielen in der Nikolaus-Halle, wo wir sieben von acht Spielen gewannen. Erst im allerletzten Spiel wurden wir nach einer hervorragenden Leistung von Mendig bezwungen. Daher auch an dieser Stelle nochmals ein besonderer Dank an alle, die uns bei unseren Spielen unterstützt haben. Konz hat eben immer noch die besten Fans – egal in welcher Liga wir gerade spielen. Am Ende belegten wir dann einen immer noch guten 3. Platz. Einziger Wermutstropfen ist der mögliche Verlust von Spielertrainer Torsten Harig der nach der Saison erst einmal Richtung Hamburg verschwunden ist und dessen Rückkehr noch sehr ungewiß ist. In den kommenden Monaten heißt es nun, die schwierige spielfreie Zeit zu überbrücken, um im Herbst dann wieder einen neuen Angriff zu starten.

Hanso

DAS SONNENSTUDIO IN KONZ !

Nähe
REWE
ZENTRUM

Wesslingstraße 7, 54329 Konz, Tel. 06501 / 7557



DAS SONNENSTUDIO IN KONZ
Kaufen Sie "Briane" nicht von der Stange...
... wenn Sie fürs selbe Geld
... den "Maßanzug" bekommen!



Auch wir erfüllen die Bedingungen für den
Internet-Guide von Sonnenstudio-Performance
www.beste-sonnenstudios.de

Avantgarde 600 6000 Ultra
Ergoline
44, 50, 600 UTP

Unsere Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9.00-21.00 Uhr + Sa. 9.00-17.00 Uhr
Sonntags und Feiertags: 10.00 - 16.00 Uhr

Black Power GBI.160... Magnum Power...
Black Power V12 L...
Starflight 58/48... by **UWE**

Wir schenken Ihnen Geld!



Das ist unser Dankeschön für Ihre Kundenwerbung!
Wie das geht, erfahren Sie bei uns!

Stress abbauen, relaxen, Energie tanken, die Haut schützen -
und pflegen, natürlich bräunen: Im "Sunshine Boulevard" !!!

Tabelle Verbandsliga Volleyball Herren 03/04

1	VC MAOAM Mendig III	32 : 0	48 : 7
2	VBC Ediger	22 : 10	40 : 23
3	TG Konz	20 : 12	34 : 26
4	SC Ransbach-Baumbach III	16 : 16	32 : 31
5	VC Lahnstein	16 : 16	31 : 30
6	TSV Elgendorf	14 : 18	26 : 35
7	TV Lützel	12 : 20	31 : 37
8	TuS Asbach	10 : 22	25 : 39
9	TV Ehrang	2 : 30	7 : 46



Freude an der Bewegung

Der Trendsport ist zur Zeit Walking und Nordic-Walking, wie man in der Tagespresse und am regen Zulauf in den Walking-stunden feststellen kann. Einige, die zum Walking kommen, ob durch Bekannte motiviert, durch den Arzt aufgefordert etwas zu tun oder durch die Presse neugierig geworden, sind häufig Menschen, die mit sportlicher Betätigung wenig Erfahrung haben und zum Teil mit gesundheitlichen Problemen kämpfen müssen. Diese Teilnehmer in die bereits bestehenden Walkinggruppen zu integrieren, ist eine besondere Herausforderung für die gesamte Gruppe und insbesondere für die Übungsleiter. Die geübten Walker legen natürlich nach mehreren Jahren Walking ein zügiges Tempo an den Tag. Damit die Neuzugänge aber auch das Gefühl der Zugehörigkeit bekommen, ist es sehr wichtig, daß die geübten Walker Rücksicht nehmen!

Eine gute Möglichkeit ist das Hin- und Herpendeln der schnellen Gruppe zu der etwas langsameren bzw. an einem vereinbarten Punkt umzudrehen und die langsame Gruppe wieder aufschließen zu lassen. Beim Hin- und Herpendeln kann auch das Tempo variiert werden. Für die geübten Walker bietet sich so die Möglichkeit, in der gleichen Zeit eine insgesamt längere Strecke zu walken und somit einen höheren Trainingseffekt zu erzielen.

Jeder sollte ab und zu mal an seine Anfänge zurückdenken und bedenken, daß es sehr wichtig ist, gerade die Anfänger zu motivieren und zu fördern. Eine gute Gruppenatmosphäre kann dabei sehr hilfreich sein und ist nur mit allen Teilnehmern gemeinsam zu erreichen!

Damit das Walken nicht zum Stress wird, sollten 60- 90 Min. Zeit eingeplant werden. Walking dient der Entspannung und fördert die Leistungsfähigkeit. Eine Walkingeinheit wird in drei Teile gegliedert:
Zum Aufwärmen am Anfang Lockerungs- und Mobilisationsübungen,
Walking etwa 45 - 60 Minuten, zum Schluss Dehn- und Entspannungsübungen.

Walking ist fast risikolos!

Durch die Mitgliedschaft in der TG Konz. ist jeder versichert.

Voraussetzung: alle Teilnehmer der Walkingeinheit halten sich an die Anweisungen der Übungsleiter, an die vorgegebene Strecke und niemand entfernt sich von der Gruppe.

In diesem Sinne grüßen Marianne und Mario Erschens

Der Einfachheit halber reden wir von Walkern, damit sind natürlich auch die Walkerinnen, die Nordic-Walkerinnen und Nordic-Walker gemeint.

Noch einige kurze Anmerkungen zum Thema:

Leserbriefe zum Walking

In letzter Zeit liest man des öfteren in der hiesigen Tageszeitung Leserzuschriften über die richtige Walking-Technik und über das Nordic-Walking. So mancher gibt hier seine Kenntnisse über das Softwalken bis hin zum Powerwalken kund. Andere geben Ratschläge, wie man mit den Stöcken richtig walkt und wenn man diese Technik dann umsetzen will, geht es einfach nicht bzw. die Schultern beginnen zu schmerzen. Wieder andere empfehlen, die Stöcke in die Ecke zu stellen, weil man doch nur darüber stolpert und fällt und die Verletzungsgefahr doch erheblich ist. Mancher fragt sich nun, was das ganze soll. In unseren Gruppen und Kursen wird von uns immer das vermittelt, was wir in unserer mehrtägigen Walkingausbildung beim Deutschen Walking Institut gelernt haben. Also es ist immer besser, sich einer Gruppe mit ausgebildeten Übungsleiter anzuschließen und dort seine eigenen Erfahrungen zu machen, als es irgendwie und irgendwo so einfach mal zu probieren.

Noch ein Hinweis für die Sommerferien:

Vom 19. Juli bis zum 27. August
finden die Walkingstunden wie folgt statt:
Montags von 9.00-10.30 Uhr und
Dienstags von 19.00-20.30 Uhr.



*Zapfen Sie mit uns die Sonne an
...Ihr zuverlässiger Partner für*

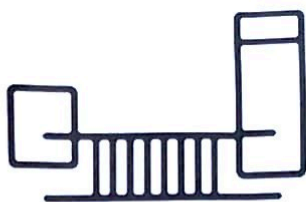
Heizung & Sanitär

LANGE

- Solar-Anlagen
- Öl-Gasfeuerung
- Sanitäre Anlagen
- Kundendienst

Brunostraße 86 Konz Tel. 06501/3736 Fax 06501/2609
Internet: <http://www.lange-konz.de> E-mail: info@lange-konz.de

Stahlbau - Schlosserei



SCHÄFER

GmbH

54329 Konz-Könen
Gewerbegebiet
Tel. (0 65 01) 92 34 00
Fax (0 65 01) 92 34 05



**Ihre Werkstatt
mit System
ist da.**

**Elektronisches Diagnosesystem,
fachmännisches Können
und preiswerte Reparaturen
von Meisterhand.
Einfach alles rund um's Auto.**

Ihr zuverlässiger Partner

AUTOHAUS GREIF



DAEWOO -Vertragspartner

54459 Wiltingen · Tel. 06501/94880

Wir machen, dass es fährt.

Von der Idee bis zum Druck ... Wir gestalten Ihre Drucksache !



DRUCKEREI
schneider & alt
SATZ · LAYOUT · SCAN · BELICHTUNG · DRUCK

Rudolf-Diesel-Straße 4 · 54292 Trier · Industriegebiet Nord · Tel. 0651/9911010 · Fax 0651/9911011 · e-Mail schneider-alt@online.de

Walter's ~~DISCOUNT~~ Tankstellen

*Ihre freundlichen und preiswerten Tankstellen!
2 x in Wasserbillig, 1 x in Remich, Totalfina-Tankstelle
Kreuzung Rtg. Bad Mondorf*



**Ziele setzen.
Wir helfen Ihnen,
sie zu erreichen.**



Ziele erreicht man nur mit Leistung. Im Sport wie überall im Leben. Bei Ihren Geldangelegenheiten läuft jedoch manches einfacher... und dennoch erfolgreich. So zum Beispiel mit Geldanlage- und Vorsorgeplänen, mit denen Sie Ihre finanziellen Ziele bequem erreichen. Setzen Sie sich Ziele. Und machen Sie gleich den nächsten Schritt: zu uns www.sparkasse-trier.de

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

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

KÄMPFER NATUR

GT 2090

Herren-Runningschuh
mit dem weiterentwickeltem Impact
Guidance System (IGS),
sichtbares GEL-Dämpfungssystem im
Vor- und Rückfuß,
3M Reflektoren erhöhen
die Sicherheit bei
Dunkelheit



€ 119,95



Schuhe + Sport
Josef Holbach
Tel. 06501 / 92940
Wiltinger Str. 26-30
54329 Konz

