26. Jahrgang

Heft 1 / Marz 2008

TG KONZ Aktuell

TG Vereinszeitung

Basketball
Bogensport
Boxsport
Breitensport
Gesundheitssport
Handball
Jazztanz
Judo
Karate
Lauftreff
Leichtathletik
Schwimmen
Tae Kwon Do
Tanzsport
Tischtennis
Triathlon
Turnen
Volleyball
Walking
Kurse der TG
TG Sportstudio



Skisport

Verlängertes Skiwochenende (Seite 30)

Neu bei der TG: BOXEN (Seite 8)



...einfach besser leben!

Mit großem Engagement und hohen Investitionen sind wir in Trier und der Region präsent. Die Menschen, die hier leben, versorgen wir mit Strom, Gas oder Fernwärme. Wir liefern Ihnen Trinkwasser in höchster Qualität und kümmern uns in Trier auch um Ihr Abwasser. Mit ÖPNV, Parken in Trier, Telekommunikation und Stadtbad bieten wir Serviceleistungen, die Ihnen sowohl heute als auch in Zukunft einfach ein besseres Leben mit SWT ermöglichen.

Besuchen Sie uns im Internet
www.swt.de

SWT
energie. wasser. service.

Nachhilfe und Hausaufgabenbetreuung

in allen Fächern, für alle Klassen und Schularten
Frühförderung für Vorschulkinder

Konzentrationstraining

Förderung der Selbständigkeit
Verbesserung der Leistungsbereitschaft
Förderung der Aufmerksamkeitssteuerung

LRS-Training und Rechentraining

Pädagogische Schülerhilfe e.V., Leitung: Dipl.Päd. H. Fischer
Tel.: **06501/603030**
www.paedagogische-schuelerhilfe-konz.de

Auto Tjan GmbH
Meisterbetrieb

Dellenentfernung ohne Lackieren (auch Hagel)
Karosserie • Lackierung • Kfz-Technik

Karosserie Fachbetrieb | BOSCH Service | BARTHAU Anhängerbau

An der Granahöhe 13, Gewerbegebiet Wasserliesch, Tel. 06501-608600
Fax 06501-608608, Email: info@auto-tjan.de, www.auto-tjan.de

Für alle Aktiven die ideale Anlaufstation

Für Sport-Ausrüstungen und Sportbekleidung

Sport Simons

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

Privat-, Geschäfts- und Vereinsdrucksachen ...
Formulare, Prospekte, Plakate, Zeitschriften, Bücher, Kataloge ...
und vieles andere mehr ...

Druckerei schneider&alt

Von der Idee bis zum Druck!

Rudolf-Diesel-Str. 4 · 54292 Trier · Tel.: 06 51 / 9 91 10 10 · Fax: 06 51 / 9 91 10 11 · e-Mail: schneider-alt@t-online.de



Inhalt

Inhalt ..... **Seite**

VORSTAND / GESCHÄFTSSTELLE / DIE TG
Vorstand der TG Konz / Impressum 2
Vorwort der 2. Vorsitzenden Petra Kewes • Personelles 2
Mitgliederversammlung 2007 der TG Konz 1885 e.V. 3

AEROBIC
Hallo Aerobicfans 4

BASKETBALL
Basketballsaison 2007/2008 für die U14m und U16m beendet 4-6

BOGENSPORT
15 Konzer Bogenschützen qualifizieren sich für die Landesmeisterschaften 6

BOXEN
Neu bei der TG: Boxen 8

BREITENSPORT
Herren: Seltsames vom Schliersee 8-10
Damen: Fröhliche Weihnachten bei der Wassergymnastikgruppe 10
Paris ist eine Reise wert 11

JUDO
Judo News 12-14

KURSE
Osteoporose 15-22
Individuelles Gruppentraining 21
Top Forming • Salsa 23

LAUFTREFF
Anfängerlaufkurs • 20. Jubiläumslauf beim Wasserliesch Fastnachtslauf 24
Rheinland-Cross-Meisterschaften in Trier 24-25
3. Trainingslager des Lauftreffs 26

LEICHTATHLETIK
Neues von Hammerwerfern der TG Konz • Deutsche Winterwurfmeisterschaften 26
Vielversprechender Star ins neue Jahr beim internationalen Dreikönigslauf 27
Lucas Meyer Crosslauf-Meister • Mannschaften holen zweimal Bronze in Trier • Winni gewinnt zweimal Bronze bei deutschen Hallenmeisterschaften • Hallensportfest in Bernkastel-Kues 28

STUDIO
Training im Fitnessstudio ab 14 Jahren 29

SKISPORT
Verlängertes Skiwochenende 30

TURNEN
Hallo, liebe Turnerinnen, liebe Eltern 30

TANZSPORT
Eine schöne Zeit geht zu Ende 31

TISCHTENNIS
Mehrere TTF Mannschaften im Pokalfinale! 32

TRIATHLON
Crossduathlon im Weißhauswald 32-33

VOLLEYBALL
Die Abteilung gratuliert • Neue Jugendgruppe gefällig? 34
Mit Vollgas in die Oberliga 34-36

WALKING
Übungsstunden der Abteilung Walking 36

MITTELTEIL: **Übungsplan**

Liebe Sportkameradinnen, liebe Sportkameraden,



Heute möchte ich an dieser Stelle einmal all unseren Sportlern und deren Trainern danken, die unseren Verein durch ihre Teilnahme an Wettkämpfen und Turnieren nach außen hin repräsentieren.
Hier nur ein jüngstes Beispiel: Aus einer solchen Beteiligung resultiert der am 28. Februar 2008 im Trierischen Volksfreund erschienene Artikel mit großer Überschrift: „Starker Konzer Nachwuchs". Darin ging es um die Erfolge der Nachwuchsleichtathleten der TG Konz beim Hallensportfest in Bernkastel-Kues.
Oder die zahlreiche Teilnahme unserer jungen Bogenschützen bei Meisterschaften zählt genauso wie auch die vielen Spiele unserer Ballsportmannschaften. Es freut mich immer wieder zu sehen, wie häufig die Gelegenheiten sind, bei denen Vereinsmitglieder mit ihren Leistungen Sportfeste, Wettkämpfe und Turniere bereichern.
Dabei kommt es meines Erachtens noch nicht einmal auf eine vordere Platzierung an. Die wäre als zusätzliches Bonbon zu bewerten. Nein, allein das Dabeisein und Mitmachen ist sehr wichtig. Sportler, die durch ein faires und kameradschaftliches Auftreten, oder Mannschaften die durch Harmonie und gute Laune auffallen und eine Veranstaltung mitgestalten, sind die besten Aushängeschilder der TG Konz. Denn was wären die Veranstaltungen ohne ihre Teilnehmer?
Zum Schluss möchte ich noch unserer neuen Abteilung BOXEN alles Gute für ihren Start im April wünschen. Viele nette Mitglieder, faire Kämpfe und vor allem viel Spaß beim Training!

Viele Grüße
Petra Kewes
2. Vorsitzende

Personelles

Wir gratulieren

Herrn **Raimund Kersten** zum 50. Geburtstag am 2.1.08.,
Frau **Irene Karl** zum 50. am 8.1.,
Frau Elke Hörth zum 50. am 7.3.,
Frau **Charlotte Sinzinger** zum 65. am 14.1.,
Herrn **Hans-Walter Schmitt** zum Geburtstag am 14.2.,
Herrn **Frido Martin** zum 70. am 16.2.,
Herrn **José Luis Gomes** zum 50. am 22.2.,
Herrn **Gustav Geipel** zum 50. am 26.3.,
Frau **Maria Simmer-Ripp** zum 50. am 28.3..

Unseren Geburtstagskindern herzliche Glückwünsche und alles Gute auch an alle, die einer Veröffentlichung ihres Geburtstages nicht zugestimmt haben.

Redaktionsschluss für Heft 2/2008
ist der 9. Mai 2008

Vorstand

Geschäftsführender Vorstand

Vorsitzender:
Hans-Joachim **Schalm**
Am Jesuitenpfad 11, 54329 Konz
Tel. priv.: 06501/2745,
Mail: h-j.schalm@tgkonz.de

Ehrenvorsitzender:
Walfried Heinz,
Albert-Schweitzer-Str. 20, 54329 Konz
(06501) 600771 Fax: 600777
walfried.heinz@tgkonz.de

Stellvertr. Vorsitzende:
Petra **Kewes**
Tessenowstr. 16, 54295 Trier
Tel. priv.: 0651/4357665
Mail: petra.kewes@tgkonz.de

Stellvertr. Vorsitzende:
Gerda Zanoth
Domherrenweg 12, 54441 Wawern
Tel.: 06501/99730, Handy: 0160/5521055
Mail: gerda.zanoth@tgkonz.de

Schatzmeister:
Ewald Gruchey
Tel.: 0651/88166, Handy: 0171/1726831
Mail: ewald.gruchey@tgkonz.de

Sportlicher Leiter:
Christian Albrecht
Tel.: 06501/94668-0
Mail: christian.albrecht@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:
Christian Albrecht
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
Granastr. 96, 54329 Konz
Druck: Schneider und Alt, Trier
Auflage und Erscheinungsweise:
2200 Exemplare/vierteljährlich

Der Bezugspreis ist mit dem Mitgliedsbeitrag abgegolten.

Neu in Wiltingen



Beautyscheune

Christina Feilen
Kosmetikerin

Klosterbergstraße 105
54459 Wiltingen
É 0 65 01/6 03 04 05
Termine nach Vereinbarung

Seit über 15 Jahren
Trier + Konz

TEAM MEDICI
PFLEGE ZUHAUSE
Yvonne Lacour

Wir pflegen und versorgen Sie, wo Sie sich Wohlfühlen - **Zuhause.**

Büro
54329 Konz
Martinstraße 14
Tel.: 06501 - 99150
Mobil 0171 - 3189135
www.team-medici.de

Privat & alle Kassen

WOLFGANG GERLACH
STEUERBERATER

Jeder dritte Steuerbescheid ist fehlerhaft
(Quelle: Bund der Steuerzahler)

Dies bedeutet:
Ihr Nachbar links - Sie - Ihr Nachbar rechts

Einer hat statistisch gesehen Pech gehabt.

Lassen Sie es nicht dazu kommen.

www.Gerlach-Konz.de

54329 Konz, Birnenweg 29
Tel: 06501-60 38 38 Fax: 06501-60 38 39

Kinder lernen das richtige Lernen

AUCH IN IHRER NÄHE!

MEMORY
LERNFÖRDERUNG

MEMORY unterstützt den **individuellen Lernprozess** Ihres Kindes mit Material auf wissenschaftlicher Basis
Pädagogisch und psychologisch ausgebildete Therapeuten trainieren u.a. bei:
- Konzentrationsstörungen - Motivationsproblemen
- Rechenschwäche - Lese- Rechtschreibschwäche
- Aumerksamkeitsstörung - Wahrnehmungsdefiziten

Kostenfreie Beratung und Diagnostik bei:
Dipl.-Päd./Lerntherapeutin **Bärbel Wutzler** 06501/608430
Dipl.-Päd./Lerntherapeutin **Bettina Alsfasser** 0651/9916143

Mitgliederversammlung 2007 der Turngemeinde Konz 1885 e.V.

Am 30. November 2007 fand im Sportpark die Jahreshauptversammlung 2007 der TG statt, zu der Vorsitzender Hans-Joachim Schalm 65 Interessierte begrüßen konnte. Unter ihnen der Ehrenvorsitzende Walfried Heinz sowie Sportkreisvorsitzender Alfons Steinbach, der bei dieser Gelegenheit noch nachträglich zu seinem 75. Geburtstag gratuliert wurde.

Wichtigster Tagesordnungspunkt war der Geschäfts- und Kassenbericht 2006, der von Schatzmeister Ewald Gruchey vorgetragen und die Zahlen ausgiebig erläutert wurden. (Zahlen wurden im letzten TG-Heft vorab bereits veröffentlicht).

Der Abschluss 2006 fiel mit einem Überschuss in Höhe von rund 8000 Euro nicht ganz so hoch wie im Vorjahr aus, was vor allem auf die erheblich gestiegenen Energiekosten sowie höhere Instandhaltungskosten des Gebäudes zurückgeführt wurde. Nachdem keine weiteren Fragen hierzu gestellt wurden, schlug Kassenprüfer Dieter Sabatschus die Entlastung des Vorstandes vor, was mit einstimmiger Mehrheit bei Enthaltung des Vorstandes beschlossen wurde.

Für **25-jährige Mitgliedschaft** wurden geehrt: Markus Kiefer, Mechthild Schneider, Gisela Feld, Martina Wirschem, Heidi Gründel und Marion Schmitt (in Abwesenheit). Für 40-jährige Vereinstreue: Leo Schweitzer.



Das Foto zeigt von links nach rechts die Geehrten: Markus Kiefer, Mechthild Schneider, Vorsitzender Hans-Joachim Schalm, Leo Schweitzer, Gisela Feld, Martina Wirschem und Heidi Gründel.

Aerobic

Abteilungsleiter: Toni Scheer
54329 Konz
Tel. 06501 / 2838

Gisela Frank
54329 Konz
Tel. 06501 / 15673

Hallo Aerobicfans,

wie Andrea im letzten TG-Heft bereits angekündigt hat, gibt es montagabends jetzt von 19:30 bis 20:30 Uhr in der Gymnasiumhalle „Body-Power". Der Schwerpunkt der Stunde liegt auf der Muskelstärkung und dem Ganz-Körper-Training., wobei ich auch Fortgeschrittene ansprechen möchte.
Ich würde mich freuen, Euch in meiner Stunde begrüßen zu dürfen!

Bis dann
Eure Karin von Winklewski



Ferienprogramm Fitness/ Aerobic, Ostern 2008

(vom 12.03. bis 28.03.08)

Montag:	Body Power (am 17.03.)	19.30-20.30 Uhr	Gymnasium	Karin
Dienstag:	Good morning workout (am 25.03.)	09.00-10.00 Uhr	TG Halle	Marlies
	Rückenfitness (am 25.03.)	19.00-20.00 Uhr	TG Halle	Marlies
	Bodyshape (am 18.03.)	19.30-20.30 Uhr	GSMH	Mechthild
Mittwoch:	Fit for fun (am 12.03./ 19.03.)	09.00-10.00 Uhr	TG Halle	Andrea
	Fitness-Gymn. 60+ (am 12.03./ 19.03.)	10.00-11.00 Uhr	TG Halle	Andrea
	Body Styling Compact (am 12.03/ 26.03.)	19.00-20.00 Uhr	TG Halle	Marlies
	Step-Aerobic (am 12.03.)	19.00-20.30 Uhr	Spiegelsaal	Vera
Donnerstag:	Fatburner-Aerobic (am 13.03./ 20.03.)	09.00-10.30 Uhr	TG Halle	Andrea
	Bodyshape (am 13.03./ 20.03./ 27.03.)	18.30-19.30 Uhr	TG Halle	Myriam
Freitag:	Fatburner & Kondition (am 14.03.)	8.30-10.00 Uhr	Spiegelsaal	Andrea

An Karfreitag und Ostermontag findet kein Sport statt!

Öffnungszeiten Studio:
Das TG Sportstudio ist an Karfreitag (21.03.), Ostersonntag (23.03.) und Ostermontag (24.03.) geschlossen.

Basketball

Abteilungsleiter: Holger Bollig
Tel. 06501 / 60 58 43
basketball@tgkonz.de

Basketballsaison 2007/2008 für die U14m und U16m beendet

In der abgelaufenen Saison konnten die jungen Basketballspieler der männlichen U 14 und U16 Mannschaften beweisen, dass auch in Konz Basketball auf hohem Niveau gespielt wird.

So belegte die **U14-Mannschaft** mit 14:2 Punkten am Ende den 1. Platz in der Gruppe I der Kreismeisterschaft. Bei der anschließenden Bezirksmeisterschaft konnte die Mannschaft hinter den TVG Baskets Trier den 2. Platz erreichen, dieser war gleichzeitig die Qualifikation zur Teilnahme an der Rheinland-meisterschaft in Koblenz. Am 13.01.2008 wurde im Rahmen eines ganztägigen Turniers in Koblenz der Rheinland-meister der Saison 2007/2008 ermittelt. Dabei musste unsere Mannschaft gegen den BBC Horchheim, den TV Arzbach und gegen die TVG Baskets Trier antreten. Nach spannenden Spielen und einer guten kämpferischen Leistung konnte man den angestrebten 2. Platz, der zur Teilnahme an der Rheinland-Pfalzmeisterschaft berechtigt hätte leider nicht erreichen.

LOGOPÄDIE
- BEATE EWERZ -
Diplom-Pädagogin Staatlich anerkannte Logopädin
Fachtherapeutin für Kognitives Training
Mediatorin

sonstige Leistungen für Kinder und Erwachsene
• Kommunikationstraining
• Kognitives Training
• Stimme und Beruf

Therapie aller logopädischen Störungsbilder
u.a. Sprach-, Sprech- und Stimmstorungen

Kassenpatienten + Privatpatienten
Termine nach Vereinbarung

Bruckenstraße 2
54329 Konz

Telefon: 06501-947322
Telefax: 06501-947334

WasserSportZentrum Saar - Mosel GmbH
Am Hofgarten 41
D - 54329 KONZ
Tel.: +49 (0)6501-99380
Fax: +49 (0)6501-99381
Sportbootführerscheine Binnen/Segel + Motor
Sportbootführerschein See
Sportküstenschifferschein
UKW-Sprechfunkzeugnis
Auffrischungskurse Segeln - Motorbootfahren
Infos : Hermann-J. Heyer
www.wassersportschule-konz.de

...so schön kann Wetterschutz sein!
Überdachungen
Markisen • Fenster
Rolladen
Diefenbach
☎ 0 65 01 / 17 7 37
Fax 1 26 05
Firma-Diefenbach@t-online.de
Ausstellungs-Studio:
Am Marbach 6
Gewerbegebiet
54329 Konz-Könen
Niederlassung Luxemburg:
19, Um Kiem
L-6960 Senningen
☎ 00 352 / 26 34 01 30
Fax 26 34 01 20

- Alles was Sie für Ihre Gesundheit brauchen -
Rats Apotheke
U. Grün e. K.
Fachapothekerin für Offizinpharmazie
Schillerstraße 10 - 54329 Konz
Tel.: 06501-3131 - Fax: 06501-2567
email: rats.apo.konz@t-online.de
• Bei Sportverletzungen Bandagen, Tapes und vieles mehr.
Ihre hausapotheke mit dem freundlichen Service
- Fragen Sie uns; wir sind für Sie da! -

Abteilungsleiter: Safak Karacam
Tel. 0176 / 24754633
basketball@tgkonz.de

Basketball



Unsere U14m:
Vordere Reihe, von links nach rechts Till Reicharts, Fabian Christen, Andreas Schritz, Antony Wiggins; Hintere Reihe von links nach rechts Sebastian Amtmann (Trainer), Julian Bruckmann, Matthias Schmitz, Pascal Schwarz, Timm Friend, Jan-Niklas Freudenreich, Björn Grünewald (Trainer), Leo Baltes

Die **U16-Mannschaft** konnte sich in der abgelaufenen Saison in der Gruppe II der Kreismeisterschaft ungeschlagen für die Bezirksmeisterschaft qualifizieren und wurde durch Siege über die Mannschaften der MJC Trier und die TVG Baskets Trier auch ungeschlagen Bezirksmeister.
Mit großen Erwartungen trat man am 13. 01.2008 die Reise zu der Rheinlandmeisterschaft in Koblenz an. Leider konnte unser Team diese Erwartungen nicht ganz er-

(Fortsetzung auf Seite 6)

Basketball

Abteilungsleiter: Holger Bollig
Tel. 06501 / 60 58 43
basketball@tgkonz.de

füllen, gab es doch gleich zu Beginn des Turniers eine unerwartete 52:47 Niederlage gegen die Mannschaft der MJC Trier, gegen die man im Rahmen der Bezirksmeisterschaft zuvor noch zweimal gewonnen hatte. So musste nach einem 77:32 Sieg im 2. Spiel gegen den TV Arzbach auch ein Sieg gegen den Post-SV Koblenz her, um die Qualifikation zur Rheinland-Pfalzmeisterschaft noch zu erreichen. Nach einem spannenden Spiel, indem unsere Mannschaft bis 2 Minuten vor Ende noch in Führung lag, konnten sich die Koblenzer am Ende doch noch mit 62:57 durchsetzen und wurden somit ungeschlagen Rheinlandmeister.

Der Dank der Mannschaften gilt ihren Trainern sowie den zahlreichen Eltern, die ihre Jungs in der abgelaufenen Saison bei allen Heim- und Auswärtsspielen angefeuert haben.



Unsere U16m:
Hintere Reihe von links nach rechts Scott Quainoo, Julian Schneider , Andrew Wiggins, Sebastian Ehrismann, Andrew Wiggins (Trainer) Vordere Reihe, von links nach rechts Jens Tossing, Alexander Seer, Thorsten Bruckmann, Fabian Reicharts, Daniel Christen

Bogensport

Abteilungsleiterin: Jutta Weyand
Beethovenstraße 29
54329 Konz
Tel. 0 65 01 / 51 70
bogensport@tgkonz.de

15 Konzer Bogenschützen qualifizieren sich für die Landesmeisterschaften

Mit dem seit Jahren stärksten Aufgebot an Schützen fahren die Bogensportler der TG Konz 2008 zu den Hallen-Landesmeisterschaften nach Solingen. Qualifiziert haben sie sich bei den Bezirksmeisterschaften Anfang Dezember in der Saar-Mosel-Halle in Konz.
7 Bezirksmeistertitel, 3 Vizemeister, 2 Dritte Plätze und weitere gute Platzierungen zeigten die gute Arbeit der Trainer Jutta Weyand und Detlef Müller-Greis.
In der Damenklasse Recurve holte sich Fabienne Reinert mit einem besseren zweiten Durchgang und nur drei Ringen Vorsprung den Titel. Peter Hoff belegte in der Schützenklasse Recurve den 4. Platz.

Eine tolle Überraschung für die Konzer gab es in der Damen Altersklasse, in der Elke Schneider in ihrem ersten Turnier die erfahrene Renate Neumann (PSV Wengerohr) deutlich hinter sich ließ und Bezirksmeisterin wurde. Ursula Dony gewann die Seniorenklasse. Erwin Biewer belegte in der Altersklasse Recurve den vierten und Detlef Müller-Greis den sechsten Platz.
Die Schülerklassen wurden vom Konzer Nachwuchs dominiert. Lediglich Nico Teutsch von TV Cochem konnte sich mit Platz 4 in der Schülerklasse A zwischen 9 Konzer Bogensportler schieben.
Sieger wurde hier Jonas Greis vor Dominik König und Jonas Jakobs. Auf Platz 5 folgte dann Paul Maier, Platz 6 Jonas Wege, Platz 7 Alexander Jax, Platz 8 Yannik Mergen, Platz 9 Till Malburg, Platz 10 Jakob Rendenbach.
Fabian Haas wurde Erster in der Schülerklasse B.

Etwas schwächer als in den letzten Jahren präsentierten sich die Konzer in der Jugendklasse. Lediglich Daniel Schneider konnte an seine Trainingsleistungen anknüpfen und wurde am Ende mit Platz 4 belohnt. Björn Heinz wurde Siebter, Henrik Dewes Achter, Lukas Trapp belegte Platz 9 und Patrick Krohn Platz 10.
Vizemeisterin wurde in der weiblichen Jugendklasse Judith Greis. Kai Haas wurde Erster in der Juniorenklasse A.
Oliver Schneider setzte sich in der Juniorenklasse B gegen seine Teamkollegen Philipp Hill und Stefan Förderer durch und holte sich den Titel.
Jetzt heißt es, intensiv trainieren, denn bei der Landesmeisterschaft geht es auch um die Qualifikation zur Deutschen Meisterschaft im März in Hanau.

Karina Wenzel-Repey

Im Dienst Ihrer Gesundheit

23 Jahre **Apotheke am Markt** 23 Jahre

R. Ruf – Konz – Tel. 06501-99296 Fax: 99297

für Ihr Wohlbefinden

Lassen Sie sich durch unsere monatlichen Aktions-Wochen **beste Apotheken-Qualität** *ruhig etwas weniger kosten!*



Erleben Sie Sehen neu
mit der revolutionären i.Scription®
Optimierung für ZEISS Brillengläser.

Innovative Technik
Attraktive Marken

DIE BRILLE am Rathaus

Am Markt 17
54329 KONZ
Tel. 0 65 01-72 55
Fax 0 65 01-72 67



PRAXIS FÜR KRANKENGYMNASTIK

Manuelle Therapie ● Lymphdrainage

Frank Paßmann

54329 Konz
Am Markt 16
Telefon (06501) 77 37

Dank an alle Inserenten

Wir danken allen Inserenten in dieser und den folgenden Ausgaben unseres Vereinsheftes für die Unterstützung unserer Arbeit. Sie allein ermöglichen es uns durch Ihre Inserate, dieses Heft herauszugeben.
Die Zahl unserer Mitglieder und damit der Leser dieses Heftes ist weiter angestiegen, so dass die Inserate einen noch größeren Empfängerkreis als bisher erreichen.



Boxen

Neu bei der TG:

Boxen

Auch wenn das Datum etwas anderes vermuten lässt, planen wir, mit dem Training am Dienstag, den 01. April zu beginnen. Mit Steve Brickler haben wir einen sehr engagierten Trainer (siehe rechts), der sowohl Kindern und Jugendlichen als auch Erwachsenen die Freude am Boxsport vermitteln möchte.

Trainingsbeginn:
01. April
Immer dienstags und donnerstags von
16.00 – 17.00 Uhr für 8 bis 14 jährige
17.00 – 18.30 Uhr ab 15 Jahre
TG Halle

Bei Interesse wenden Sie sich bitte kurz vorher an die TG Geschäftsstelle, da wir noch auf Material warten. Wir hoffen, dass dieses bis zum 01. April geliefert ist.

Hallo liebe TG-ler,

ich heiße Steve Brickler und bin vor 36 Jahren in Luxemburg geboren.
Da mein Großvater Boxer war, habe ich von klein auf eine Affinität zum Boxen entwickelt. Ich bewunderte die großen Boxlegenden und verfolgte deren Karrieren mit großem Interesse.
Mit 17 Jahren begann ich Boxen, Karate, und Kickboxen zu erlernen.
Ein paar Jahre später habe ich mich dann nur noch auf das klassische Boxen konzentriert.
Anfangs beabsichtigte ich jedoch nicht, Kämpfe zu bestreiten. Da aber ein noch so intensives und hartes Training keinen Wettkampf ersetzen kann, entschloss ich nach ein paar Jahren, mich meinem ersten Gegner zu stellen.
Ich zeigte mich zu ängstlich und verkrampft und somit begann meine Karriere mit einer Punktniederlage. Diese Niederlage spornte mich jedoch an. Ich änderte meine Einstellung und gewann somit den 2ten Kampf durch TKO in der 2. Runde gegen einen Gegner aus der belgischen Nationalstaffel.
Meine Karriere beinhaltet 21 Kämpfe, davon 16 Siege 2 Unentschieden und 3 Niederlagen.
Meine Erfahrungen haben mir bewusst gemacht dass man es trotz einiger Hürden schaffen kann und dies ist, so glaube ich, eine gute Voraussetzung, junge Leute zu motivieren.
Boxen ist eine komplexe Sportart, die Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer erfordert. Die Reflexe werden gesteigert. Selbstsicherheit, Mut und Beharrlichkeit werden gefördert.
Ich möchte dem Boxsport etwas von dem zurückgeben, das mir zugute kam und fühle mich daher angespornt, der TG Konz bei der Gründung der neuen Boxabteilung zur Seite zu stehen.
Ich werde mir die größte Mühe geben, all meine Erfahrung und Motivation in das Boxtraining einfließen zu lassen.
Auch liegt mir am Herzen, den Boxsport ins rechte Licht zu rücken.



Steve Brickler

Meine Trainingsphilosophie beinhaltet, dass Boxen ein Sport ist und somit nur in Notsituationen zur Selbstverteidigung angewandt werden darf.
Ich hoffe, nun einige Leute neugierig gemacht zu haben und wäre erfreut, euch in die Boxkunst einzuweihen.

Steve Brickler

Breitensport

Abteilungsleiter: Toni Scheer
54329 Konz
Tel. 06501 / 2838

Gisela Frank
54329 Konz
Tel. 06501 / 15673

Herren

Seltsames vom Schliersee

Wenn die Breitensportgruppe der TG ihre jährliche Winterreise an den Schliersee unternimmt, stehen für gewöhnlich sportliche Aktivitäten im Vordergrund. Doch wenn Seltsames geschieht, ist es Chronistenpflicht, diesen Ereignissen gebührenden Platz einzuräumen.

Dass es mathematisch möglich ist, einen Euro verschwinden zu lassen, mag noch harmlos anmuten. Bedenklicher wird es jedoch, wenn es einem Sportkameraden gelingt, eine brennende Zigarette vor aller Augen in Luft aufzulösen. Mit einer Leibesvisitation wurde versucht, dem Geheimnis auf die Spur zu kommen, Zimmerdurchsuchung und Kontrolle des Abfalleimers wurden erwogen, die Zigarette blieb jedoch verschwunden, und so wollen auch wir uns die Illusion nicht zerstören lassen und weiterhin an kleine Wunder glauben.

Merk- und Denkwürdiges geschah auch bei dem fast schon traditionellen Besuch beim Jodler Peppi, der besonders mit dem Klagelied auf das höchst tadelnswerte Verhalten eines unhygienischen Borstenviehs - "Die Sau, die wäscht sich nit" - Beifallsstürme erntete. Unversehens wurde hier ein bis dato unbescholtener Sportfreund in den Pfarrerstand erhoben und mit "Hochwürden" tituliert, ein weiterer Gast stellte sich als "Versenkungs-

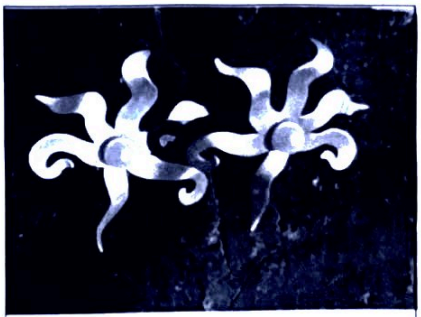
NEU Rund ums Auto bei Reifen Esser

Autoservice

- Inspektion
- Ölwechsel
- Bremsendienst
- Auspuffanlagen
- Klimaanlagenservice
- Fahrwerke
- DEKRA HU/AU

Unser Special
Kostenloser Hol- und Bringservice im Umkreis von 10 km

Reifen
An der Eisenbahn 3
54329 Konz
Tel. (0 65 01) 49 93
Fax (0 65 01) 56 85
www.motorsportesser.de
ESSER
Räder·Reifen·Zubehör



- Neuanfertigungen
- Umarbeitungen
- individuelle Anfertigungen nach Ihren Wünschen

Goldschmiede Meisterin
Nicole Weirich · Am Rapsfeld 4
54329 Konz · 0 65 01-31 40

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

Gisela Frank
54329 Konz
Tel. 06501 / 15673

Breitensport

rat" vor, schwerstes Anglerlatein machte die Runde, der Abend war gelungen.

Dem Vernehmen nach pflegten einige Kameraden Nachtaktivitäten der geräuschvollen Art. Von feinsten Laubsägearbeiten bis hin zum Sägewerk in Vollauslastung reichte die Bandbreite, jedoch - so die Stellungnahme örtlicher Forstleute - sei der Waldbestand am Schliersee nicht gefährdet.

Dass gerade die erst Wandertour rund um den Schwarzkopf am Spitzingsee zur Tortur geriet, war sicher nicht vorhersehbar. Nach einem gemütlichen Aufstieg bis zur Unteren Schönfeld-Alm unternahmen wir den Versuch, über den "W 23" zurück zum Spitzingsattel zu gelangen. Doch schon nach wenigen Metern zeigte der Weg seine Tücken, und getreu dem alten Soldatenmotto "Vorwärts, Kameraden, wir ziehen uns zurück!" traten drei Wanderfreunde den Rückzug über die bereits begangene Route

(Fortsetzung auf Seite 10)



Alles hören, was Sie lieben!



GUTES HÖREN auTec

Infos unter: 06 51/2 46 45

Siemens Hörgeräte zum Nulltarif*

Bei auTec erhalten Sie Hörgeräte von Siemens bereits zum Nulltarif*. Informieren Sie sich und gewinnen Sie an Lebensqualität durch gutes Hören!

Jetzt kostenlos und unverbindlich testen!

* Bei Verordnung durch einen HNO-Arzt und bei gesetzl. Krankenversicherung. Plus 10,- € gesetzl. Zuzahlung. Privatpreis auf Anfrage.

auTec

ROMAN WAGNER HÖRGERÄTE

Trier: Theodor-Heuss-Allee 19
Konz: Schillerstr. 28
Wittlich: Marktplatz 7
Idar-Oberstein: Bismarckstr. 22
Manderscheid: Wittlicher Str. 18
Morbach: Saarstr. 2
Schweich: Brunnenzentrum
Bitburg: Karenweg 18

www.auTec.de
www.wagner-akustik.de

Abteilungsleiter: Toni Scheer
54329 Konz
Tel. 06501 / 2838

Gisela Frank
54329 Konz
Tel. 06501 / 15673

an, während der glorreiche Rest den schmalen, teilweise vereisten Pfad in Angriff nahm. Schritt für Schritt uns vorantastend, jeden Tritt abwägend, ging unser Weg entlang den Hängen des "Wilden Fräulein" , das seinem Namen alle Ehre machte, bis wir schließlich doch unter uns den Spitzingsattel sahen und zurück in zivilisierte Gefilde gelangten. Seit dieser denkwürdigen Tour spricht man in Wandererkreisen vom "gefühlten Kilometer".
Weitere Wanderungen führten zum Wendelstein, hinauf auf die Schliersbergalm, zum Birkenstein und ins Valepp-Tal. Die Königsetappe rund um den Brunskogel musste leider abgekürzt werden, sodass schließlich etwa 80 Kilometer erwandert wurden.
Unsere Gruppe der Alpinen fand zumindest in den ersten Tagen bei strahlendem Sonnenschein die besten Pisten und gute Schneeverhältnisse vor. Am Sudelfeld und oberhalb des Spitzingsees verbesserten sie ihr Können, doch wenn's dem Esel zu wohl wird, dann legt er sich sogar vor laufender Kamera in Stuntman-Manier in den Schnee. Auch der Versuch, in schneller Fahrt vom Schnee auf die grüne





Wiese zu wechseln, endete mit intensiver Bodenberührung.
Die Skilangläufer mussten "aus organisatorischen Gründen" - es lag schlicht und ergreifend kein Schnee im Tal - auf die Höhenlagen ausweichen und fanden dort profihafte Bedingungen vor.
Für die Freunde des runden Leders ging es einmal mehr in die Allianz-Arena zu dem Spiel der Bayern gegen die Mannschaft aus Aberdeen. 5 : 1 stand es am Ende eines begeisternden Matchs und wir alle - na ja, fast alle - erhoben uns zur Aufforderung: Steht auf, wenn Ihr Bayern seid!
Wenn diese Tage am Schliersee in bester Erinnerung bleiben werden, so liegt das an erster Stelle sicher am organisatorischen Talent unseres Freundes Raimund, der mit der Toleranz eines Heiligen Franziskus die Unarten seiner Schäfchen erduldete und mit Engelsgeduld auch auf Einzelwünsche einging. Und wären die Wanderwege alle so gut präpariert gewesen wie Michael, der Leiter der Wandergruppe, das Wandererglück wäre vollkommen gewesen.
Ein spezieller Dank geht auch an das gastliche Haus Freudenberg mit seinen freundlichen und aufmerksamen Mitarbeitern. Sie vermittelten auch uns Preußen von Saar und Mosel stets das Gefühl, jederzeit willkommen zu sein. Wir werden uns daran erinnern und wiederkommen.





Text: Hans-Peter Kornbrust
Fotos: Breitensportgruppe

Damen

Fröhliche Weihnachten bei der Wassergymnastik-Gruppe

mittwochs von 16.15 Uhr- 16.45 Uhr im Hallenbad Konz

Die Gruppe besteht aus „nur" drei Männern und über zwanzig Frauen.
Die Leiterin Frau Fuchs versteht es, die Gruppe zu motivieren und immer bei guter Laune zu halten.
Wie in den letzten Jahren trafen sich die Teilnehmer/innen am 13. 12.2007 zu einer Weihnachtsfeier, diesmal im Restaurant Ratskeller in Konz.
Aus den Reihen der Teilnehmerinnen wurden weihnachtliche Gedichte und Geschichten vorgetragen. Auch Weihnachtslieder wurden gesungen. Zur Belustigung trug ein Päckchentausch bei. Jeder Teilnehmer brachte eine kleine Überraschung mit (alle neutral in Zeitungspapier verpackt), daher konnten diese auch anonym verteilt werden. Aktuelle, brauchbare und lustige Sachen kamen zum Vorschein, was sichtlich zur guten Stimmung beitrug.
Frau Fuchs erhielt als Dank ein Blumengebinde mit „Anhang" von den Teilnehmer/innen überreicht. Einstimmig war man der Meinung, dass dies im nächsten Jahr wieder stattfinden soll.

Irmgard





Apotheke
Beethovengalerie
Michael Zimmer

Telefon (0 65 01) 99 84 84 · 54329 Konz
Schillerstraße 30/Ecke Wiltingerstraße

Gebäudeservice GmbH
Meisterbetrieb der Gebäudereinigung
Wasserschadensanierung

Postfach 1230 Im Handwerkerhof
54338 Schweich
Telefon 06502/93100
Telefax 06502/7909
E-Mail info@greisler.com

KWR
Wertstoffe & Recycling GmbH
Ihr Abfallentsorger für Groß- und Kleinanlieferer
Gewerbegebiet Granahöhe
Tel. 0 65 01 - 12 55 3
Fax 16 25 7

bike
frames & components
passion
Konstantinstr. 1
54329 Konz
Tel: +49 (0)65 01-1 21 96
Fax: +49 (0)65 01-99 80 11
eMail: info@bike-passion.de
www. bike-passion.de

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

Gisela Frank
54329 Konz
Tel. 06501 / 15673

Paris ist eine Reise wert.

Wir, die Gruppe Wassergymnastik und Breitensport Damen, starteten am Samstag, den 20.11.07 um 7.30 Uhr für 2 Tage mit dem Busunternehmen Kylltal von Konz nach Paris. Nach einem Zwischenstopp zum zweiten Frühstück kamen wir bei schönem Wetter am späten Vormittag in Paris an. Es begann die Stadtrundfahrt über die Champs-Elysées zu den bekanntesten Punkten, Eiffelturm, Triumphbogen, vorbei am Elysée Palast, teuren Hotels und Läden, die schon teilweise im herrlichen Weihnachtsschmuck erstrahlten. So kamen wir dann am frühen Abend im Hotel Campanile an. Aber ausruhen war nicht angesagt. Schnell zogen wir uns um und wieder fuhren wir los in die Stadtmitte, um zu Essen und eine Lichterfahrt auf der Seine zu erleben. Diesmal sahen wir alles vom Wasser aus bei herrlichem Lichterglanz. Empfehlenswert für Parisreisende. Nun ging es weiter mit einem Besuch im Cabaret La Belle Epoche, einem kleinen familiären Cabaret. Die meisten Besucher verzehrten dort ein Menue. Nach viel Gesang und Showeinlagen klang die Nacht aus und wir waren froh, nun ins Bett zu kommen. Sonntag früh waren wir alle wieder munter und nach einem guten Frühstück fuhren wir zur Kirche Notre Dame. Dann ging es zu Fuß hinauf zur Sacré-Coeur und dem Künstlerviertel von Montmartre, wo wir noch Geschenke kauften. Voll schöner Eindrücke und bester Stimmung fuhren wir wieder Richtung Konz. Unser Dankeschön an Ilse, die wieder alles organisiert hatte, Reise, Bus und Cabaret. Ebenso ein Lob an den Busfahrer, der sehr pariskundig war und es uns ermöglichte, in der kurzen Zeit so viel zu sehen.

Gisela





KONZER PAPIER MARKT
schreiben, spielen, basteln !
54329 Konz Saar-Mosel-Zentrum
Tel. 06501/3025 Fax 06501/6220

Der Schutzengel-Tipp:
„Kompetenz und persönlicher Service Ihrer Provinzial-Geschäftsstelle."
www.pro-an-sicherheit.de
Ihr Pro an Sicherheit Nr. 1
Geschäftsstelle
Thomas Gérard & Frank König GbR
Saar-Mosel-Platz 1 • 54329 Konz
Telefon 06501 923923
Immer da. Immer nah. PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen

Jazztanz

Hallo Jazzdance- Mädels,

wie Euch Eure **Trainerin Julia Kleinfeld** schon mitgeteilt hat, kann sie aus privaten Gründen nach den Osterferien vorerst nicht mehr regelmäßig **mit euch samstags** trainieren.
Daher **finden die Trainingseinheiten** samstags nach den Ferien leider nicht mehr statt.

Aber: Julia wird weiterhin Jazzdance in Form von Kursen bei der TG anbieten. Zwischen den Oster- und Sommerferien soll der erste Kurs beginnen. Dieser geht über 8 Wochen
(= 8 Trainingseinheiten). Wochentag, Altersgruppen und weitere Infos werden noch bekannt gegeben (Internet, Aushänge, Zeitung).

Falls Ihr Interesse habt, meldet Euch bitte bei der Geschäftsstelle an (06501-946680), da die Kurse nur bei ausreichender Teilnehmerzahl stattfinden.

Judo

Abteilungsleiter: Kurt Hromatke
judo@tgkonz.de



Judo New´s

TG - Judoka holen zwei Bezirksmeistertitel und einen Vize-Bezirksmeistertitel

Nach den guten Plazierungen beim Kyu-Turnier in Remagen konnten unsere Judoka nun in der Bezirksklasse ihr Können unter Beweis stellen.
Am 9.12.2007 fand in Wengerohr das Bezirksturnier der Klassen U11 / U14 statt und unsere Wettkämpfer fieberten diesem regelrecht entgegen. Zum ersten Mal seit der Gründung unserer Abteilung traten gleich 9 Judoka unseres Teams auf einem Wettkampf an und wir Trainer hatten alle Hände voll zu tun, denn die Kämpfe wurden auf 3 Wettkampfflächen ausgetragen.
Unsere U 11er-Gruppe, bestehend aus Tim Strate, Oliver Reinert, Nicolas Krewer und Marcus Theobald, musste an diesem Tage zuerst ran. Nicolas und Marcus hatten zwar die wenigste Wettkampferfahrung, konnten aber durch ihren tollen Einsatz je einen 5. Platz erkämpfen .Tim und Oliver konnten schon einiges mehr an Wettkampferfahrung mitbringen, jedoch reichte es bei Tim auch nur zu einem 5.Platz, weil er von seinen Gegnern geschickt überlistet wurde. Die letzte Hoffnung in dieser Klasse setzten wir nun alle auf Oliver Reinert, in dem wir ihm noch einige wertvolle Hinweise gaben und ich auch darauf bestand, seine Spezialtechnik ein zusetzen.
Oliver legte sich seinen Gegner regelrecht zurecht, setzte die Anweisungen, die er von uns vom Mattenrand aus bekam, exzellent um und ehe sein Gegenüber begriff, worum es ging, war es auch schon für ihn vorbei.
Eingeschüchtert durch den Kampfrichter, diesen Wurf nicht mehr einzusetzen, ging Oliver in den 2. Kampf und wurde regelrecht weggeblasen.

OPTIK KRANZ

Kleider machen Leute,
Optik KRANZ macht Gesichter

54329 Konz, Granastr. 38
Tel.: 0 65 01 - 56 15

Unsere TOP-Leistungen für Sie:

- Mit 3 bis 24 bequemen Monatsraten zu Ihrer Wunschbrille.
- OPTI(k)-Partner©: Sie erhalten 5% Zinsen auf Ihren Beitrag.
- Wir informieren Sie gerne.

http://www.optik-kranz.de

AUGEN TRAUM
INNOVATIVE BRILLENMODE

... traumhaft Sehen ...
... traumhaft Aussehen ...

SAAR-MOSEL-CENTRUM, Konz
Tel.: 0 65 01 - 18 01 40

Abteilungsleiter: Kurt Hromatke
judo@tgkonz.de

Judo



Durch diese Niederlage war Oliver in die Trostrunde abgerutscht und vorbei war es mit einer guten Plazierung in dieser Gruppe. Da Olivers Spezialwurf nicht unter die Kategorie „verboten" gestellt wurde, forderte ich diesen abermals von ihm. Er setzte diese Anweisung wirkungsvoll um und bekam sogar von Kampf- und Außenrichter einen Applaus spendiert.
Leider konnte Oliver Reinert auf diesem Turnier „nur" einen 3. Platz erreichen, aber er hat mit Abstand die schönste Technik ausgeführt, und die ist für uns Trainer allemal genauso viel wert wie ein 1. Platz.



Oliver Reinert (rechts) setzt zu seinem Tomoe-Nage an

Unsere U14er
In der Kategorie U14 traten Frithjof Otto, Philipp Goergen, Luca Krewer ,Christopher Reinert und Isabel Hromatke an.
Philipp Goergen eröffnete aus unserem Team die Wettkampfrunde, stellte unter Beweis, dass unser Donnerstags-Training den Wettkämpfern nur zugute kommt. Philipp konnte die erlernten Techniken in das Wettkampfgeschehen einbeziehen und uns Trainer und das gesamte Team mit einem tollen 3. Platz bereichern



Philipp Goergen und Luca Krewer im vereinsinternen Duell

Frithjof versteht es, im richtigen Moment das Richtige zu tun und es scheint, dass der 2. Platz auf dem Siegerpodest und der Vize-Bezirksmeister-Titel ihm besonders gut gefallen.
Unter vorbehaltener Hand hatte ich unserem Wettkampf-Neuling Luca Krewer so gerne mindestens einen 5. Platz gewunscht, damit er das Gefühl gewinnt, zu den fünf Besten zu gehören. Er hat mich aber eines Besseren belehrt, indem er alles von mir Geforderte, so gut es ging, umzusetzen verstand und für unser Team ebenfalls einen tollen 3. Platz erkämpfte.

Mit dreieinhalb Jahren zum Judo
Isabel Hromatke ist eine Judoka, die schon mit 3,5 Jahren die Judomatte als ihren liebsten Spielplatz eroberte, zahlreiche Bezirksmeistertitel erkämpfte und 2005 Rheinlandmeisterin wurde.
Nach der langen Wettkampfpause, bedingt durch die mit dem Vereinswechsel verbundene Wettkampfsperre, schien jedoch alles anders zu sein und meine innere Stimme sagt mir, dieser Wettkampf steht für sie unter keinem guten Stern. Sie wirkte sehr nervös und unkonzentriert, konnte meine Anweisungen am Mattenrand in keinster Weise umsetzen. Diese Partie konnte sie dennoch für sich entscheiden. Beim 2. Kampf musste sie infolge ihrer Unkonzentration Tribut zahlen und sich ihrer übermächtigen Gegnerin geschlagen geben. Während der Kampfpause bekam sie vom gesamten Team Trost und Mut zugesprochen und alles war plötzlich wie in ihrer erfolgreichen Vergangenheit.

Der Bodenkampf ist ihr Revier
Beim 3. Kampf zeigte sie, dass sie noch da ist und stand nach einem souveränem Sieg wieder im Finale. Angefeuert durch unser tolles Team und den 1. Judo-Bezirksmeistertitel für die TG-Konz vor Augen, zeigte Isabel ihrer Gegnerin, der sie sich noch im 2. Kampf geschlagen geben musste, dass dieser Meistertitel nicht nach Daun, sondern nach Konz gehört und setzte in „ihrem Bodenkampf" einen Ude Garami (Armhebel) wirkungsvoll ein.

Das Unmögliche möglich machen
Christopher Reinert hat aus seinen Fehlern beim Kyuturnier so einiges dazu gelernt. An

(Fortsetzung auf Seite 14)

Judo

diesem Tag ließ er sich durch nichts beirren und sorgte so für die Überraschung des Tages. Er war der einzige Kämpfer, der über die gesamte Kampfzeit gehen musste. Durch eine Unachtsamkeit handelte er sich jedoch eine Strafe ein und konnte diese 5 sec. vor Kampfende jedoch wieder ausgleichen.

Golden Score (alles oder nichts)

Durch die Anfeuerungen der gesamten Mannschaft, das Unmögliche möglich zu machen und den 2. Meistertitel für die TG-Konz nach Hause zu nehmen, besiegte Christopher seinen Kontrahenten mit einem schönen Ippon, mit dem niemand gerechnet hatte.

Starten statt stottern.

1a autoservice

Das komplette Fitnessprogramm für Ihr Auto bekommen Sie bei uns, für alle Marken und Klassen.

Ihr zuverlässiger Partner
AUTOHAUS GREIF
1a autoservice
54459 Wiltingen, Tel. 06501 / 94880
www.greif.go1a.de
e-mail: autohaus-greif@t-online.de

Wir machen, dass es fährt. www.go1a.de

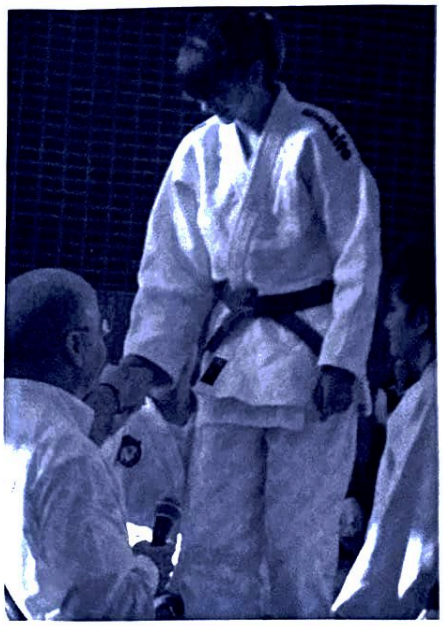
Über 1.100 mal in Deutschland und Österreich



Oben: Nicolas Krewer, Isabel Hromatke, Christopher Reinert, Tim Strate, Frithjof Otto
Unten: Oliver Reinert , Luca Krewer , Kurt Hromatke stellvertr. für Phillipp Goergen

Unser Erfolg

An diesem Wettkampftag hat unser noch so junges Judoteam ein hervorragendes Gesamtergebnis mit 2 Bezirksmeistern, 1 Vizemeister, 3 x den 3. Platz und 3 x den 5.Platz für die TG-Konz erkämpft. Jedoch sollte sich jeder darüber im Klaren sein, Erfolg bekommen wir nicht geschenkt, sondern den müssen wir uns durch gutes und regelmäßiges Training hart erarbeiten!



Isabel Hromatke wahrend der Siegerehrung

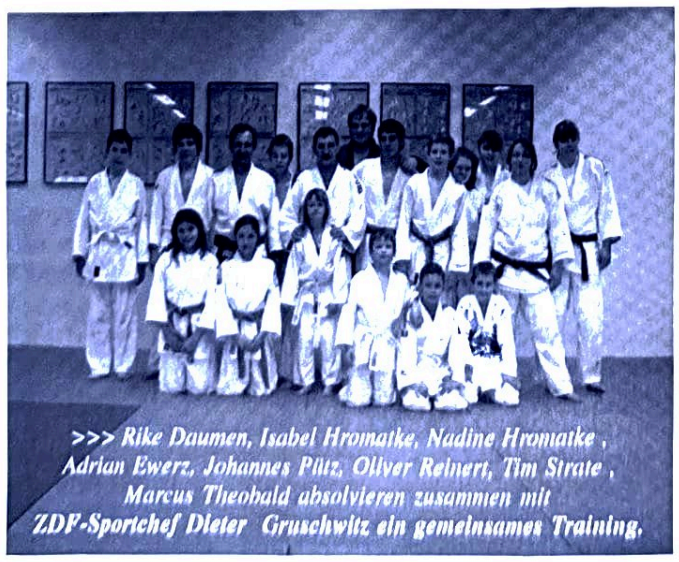
+++++ Unsere Schlagzeilen +++++

>>ZDF-Sportchef Dieter Gruschwitz trainiert mit TG-Judoka

>>> Isabel , Nadine Edith & Kurt Hromatke folgen der Einladung von **ZDF-Sportmoderator** und ehemaligen Top-Judoka **Alexander van der Gröben**.

>>> Rike Daumen und Oliver Reinert legen wegen guter Jahresleistungen die Prüfung zum 7. Kyu (gelber Gürtel) vorzeitig ab.

>>> Nächster Kyu - Prüfungstermin 19.04.2008



>>> Rike Daumen, Isabel Hromatke, Nadine Hromatke , Adrian Ewerz, Johannes Plitz, Oliver Reinert, Tim Strate , Marcus Theobald absolvieren zusammen mit ZDF-Sportchef Dieter Gruschwitz ein gemeinsames Training.

Osteoporose

Osteoporose (stammt aus dem Griechischen und bedeutet Knochenschwund) zählt nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation zu den zehn häufigsten Erkrankungen. Jede dritte Frau und jeder achte Mann über 50 ist weltweit gefährdet, einen osteoporosebedingten Knochenbruch zu erleiden. In Deutschland leiden ca. 7,8 Millionen Menschen an Osteoporose. Fast so viel wie Niedersachsen Einwohner hat!

Die Krankheit ist gekennzeichnet durch eine geringe Knochenmasse und einen übermäßig raschen Abbau der Knochensubstanz und -struktur. Dadurch steigt die Gefahr von Knochenbrüchen, insbesondere an der Wirbelsäule, den Handgelenken, dem Oberschenkelhals, Hüfte und Becken.
Leider wird Osteoporose bei den meisten Betroffenen erst festgestellt, wenn sie einen Knochenbruch erlitten haben. Dabei kann Osteoporose von Ihrem Arzt relativ leicht diagnostiziert werden.
Ihr individuelles Risiko, an Osteoporose zu erkranken, können Sie mit Hilfe der nachfolgenden Checkliste selbst abschätzen.

Haben Sie Ihre Menstruation sehr spät bekommen und sind relativ frühzeitig in die Menopause gekommen? -------- Ja / Nein

Beträgt also die Zeit Ihrer Geschlechtsreife weniger als 35 Jahre? ---------- Ja / Nein

Gab es in Ihrem Leben längere Phasen von Mangelernährung, vor allem bezüglich der Milchprodukte? --------- Ja / Nein

Sind in Ihrer Familie vermehrt Knochenbrüche aufgetreten? -- Ja / Nein

War Ihr Körper schon längere Zeit ruhig gestellt, bedingt z.B. durch Unfälle oder Lähmungen? ---------- Ja / Nein

Mußten Sie längere Zeit mit Cortison behandelt werden? --- Ja / Nein

Haben Sie extreme Schlankheitskuren durchgeführt? -------- Ja / Nein

Waren Sie magersüchtig? ---------- Ja / Nein

Trinken Sie häufig Cola- und Limonadengetränke? ---------- Ja / Nein

Meiden Sie Milch und Milchprodukte? ---------- Ja / Nein

Trinken Sie viel Kaffee? ---------- Ja / Nein

Rauchen Sie viel? ---------- Ja / Nein

Sind Sie von Natur aus hellhäutig und grazil gebaut? -------- Ja / Nein

Trinken Sie übermäßig Alkohol? ---------- Ja / Nein

Je häufiger Sie mit „JA" geantwortet haben, um so dringlicher raten wir Ihnen, Ihren Hausarzt aufzusuchen.

ANZEIGE

Nicole Marzi
Sporttherapeutin



Energetische Rückenmassage nach R. Breuß

Diese manuelle Rückenmassage wirkt präventiv gegen Verkrampfungen der tiefen Rückenmuskulatur und Blockaden im Wirbelsäulenbereich. Ihr Körper

Dauer: 40 – 45 Minuten
Preis: 37,00 Euro

Bitte reservieren Sie sich einen Termin.
Wenn Sie jemandem eine Freude machen möchten, stelle ich Ihnen gerne einen Gutschein aus.

Gesundheitssport
als Prävention und
Rehabilitation

Personaltraining
Kleingruppentraining
Firmenschulungen



VIVACITAS -
Lebe Deine Kraft

M o b i l 0163 77 2 66 69
E Mail info@vivacitas.com

PRÄVENTION

Ernährung, Bewegung und Sonnenlicht spielen im Rahmen der Prävention eine wesentliche Rolle. Wichtig ist eine optimale Zufuhr an Calcium, Vitamin D und K.

a) Ernährung
Milch und Milchprodukte sind gute Calciumlieferanten für jedes Lebensalter. Sie liefern auch andere Inhaltsstoffe wie Phosphor, Magnesium, Zink und Protein.
Milchprodukte wie Joghurt und gereifter Käse sind meist auch bei Lactoseintoleranz verträglich. Außerdem sind Mineralwässer mit >150 mg Calcium/l sowie calciumreiches Gemüse (Brokkoli, Grünkohl, Fenchel und Lauch) gute Quellen für die Zufuhr von Calcium.

Kohlgemüse und grüne Blattgemüse liefern zusätzlich Vitamin K. Vitamin K ist an der Bildung knochenspezifischer Proteine beteiligt. Ein Vitamin-K-Mangel kann zu erniedrigter Knochendichte führen und das Frakturrisiko erhöhen.

Vitamin D ist nötig, damit Calcium überhaupt vom Körper aufgenommen werden kann. Es wird unter dem Einfluss von Sonnenlicht gebildet. In den Sommermonaten genügen bereits 5 bis 15 Minuten Sonnenstrahlung auf Gesicht, Hände und Arme, um ausreichend Vitamin D zu bilden. Fettreiche Lebensmittel wie z.B. Heringe, Lachs, Thunfisch und Eier zählen zu den wichtigen Vitamin D-Quellen.

(Fortsetzung auf Seite 16)

Tab. 1:
Referenzwerte für die tägliche Zufuhr an Calcium und Vitamin K

Alter in Jahren	Calcium	[mg] Vitamin K [µg]
Kinder		
1 bis <4	600	15
4 bis <7	700	20
7 bis <10	900	30
10 bis <13	1100	40
13 bis <15	1200	50
Jugendliche und Erwachsene		
15 bis <19	1200	70 (m)/60 (w)
19 bis <51	1000	70 (m)/60 (w)
>51	1000	80 (m)/65 (w)

Tab. 2:
Quellen für Calcium und Vitamin D

Lebensmittelgruppe	Menge pro Tag	Empfohlene Lebensmittel	Nährstoffgehalt	
Milch und Milchprodukte	200-250 mg	Milch, Joghurt, Buttermilch, Milchmixgetränke, Dickmilch, Kefir	300 mg	Calcium
	50-60 g	Käse	400 mg	
Gemüse	250 von 400 g insgesamt	Brokkoli, Fenchel, Grünkohl, Lauch, Kohlgemüse, Blattgemüse	220 mg	
Getränke	0,5 l von 1,5 l insgesamt	Calciumreiche Mineralwasser (>150 mg Calcium/l), mit Calcium angereicherte Fruchtsäfte	80 mg	
			Ó 1 000 mg	
Fisch	1-2 mal pro Woche	Fettreiche Seefische:		Vitamin D
		Hering,	22,5 µg	
		Lachs,	16,3 µg	
		Heilbutt,	5,0 µg	
		Sardine,	8,0 µg	
		Thunfisch	5,4 µg	

Rezepte für eine ausreichende Calcium Versorgung finden sie im Anhang.

a) Bewegung

Körperliche Aktivität ist sehr wichtig für die Knochengesundheit. Zur Prävention sind besonders solche Aktivitäten geeignet, die die Muskelkraft steigern und den Knochen physiologisch belasten.
z.B. Krafttraining, Gymnastik, regelmäßiges Laufen und Wandern

Übungsvorschläge für zu Hause:

Muskelkräftigung – oberer Rücken

Ausgangsposition:
Bauchlage mit aufgestützten Füßen, die Arme im rechten Winkel, Daumen zeigen nach oben, Blick zum Boden gerichtet



Bewegungsausführung:
Arme mit der Ausatmung anheben, halten und langsam bis 10 zählen, Arme ablegen
5 Wiederholungen



(Fortsetzung auf Seite 21)

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: BASKETBALL		Holger Bollig/	Tel. 06501/605843	
basketball@tgkonz.de		Safak Karacam		
Montag	16.00-17.30	D-Jugend (U14)	Björn Grünewald	S.-M.-H
	17.30-19.00	C-Jugend (U16)	S. Amtmann	S.-M.-H.
	18.30-20.00	HerrenII	B. Grünewald	S.-M.-H.
	19.30-21.00	Herren I	Safak Karacam	S.-M.-H.
	20.30-22.00	Masters	Andrew Wiggins	Gymn. Halle
Dienstag	18.30-20.00	Damen + weibl. Jugend	Grünewald/Weber	Gymn. Halle
Mittwoch	15.00-16.30	Minis (6-12 J.)	B. Grünewald	St.Nik.Halle
	17.30-19.30	C-/D-Jugend	Amtmann/Karacam	S.-M.-H.
	17.30-18.30	D-Jugend	n.n.	Gymn. H.
Donnerstag	18.30-20.00	Damen	B. Grünewald	Gymn.Halle
	18.30-20.00	Herren III/A-Jugend	Safak Karacam	Gymn.Halle
	20.00-22.00	Herren I	Safak Karacam	Gymn.Halle
Freitag	14.30-16.00	Minis + D-Jugend	Grünewald/T. Scott	S.-M.-H.
	16.00-18.00	B-/C-Jugend m	Amtmann/Karacam	S.-M.-H.
	18.30-20.00	Herren II/A-Jgd.	Grünewald	Gymn.-Halle
	18.30-20.00	Weibl. Jugend	Th. Weber	St. Nik. Halle
Abteilung: BOXEN		Steve Brickler		
boxent@tgkonz.de		ab 01.04.2008		
Dienstag	16.00-17.00	bis 14 Jahre	Steve Brickler	TG Halle
	17.00-18.30	ab 14 Jahre	Steve Brickler	TG Halle
Donnerstag	16.00-17.00	bis 14 Jahre	Steve Brickler	TG Halle
	17.00-18.30	ab 14 Jahre	Steve Brickler	TG Halle
Abteilung: BOGENSPORT		Jutta Weyand	Tel.06501 / 5170	
bogensport@tgkonz.de				
Gruppe I: Kinder und Jugendliche; Gruppe II: Jugendliche ab 16 Jahre und Erwachsene				
Montag	16.00-18.00	Gruppe I	Jutta Weyand& D. Müller-Greis	ETus Halle am Tunnel*
	18.00-20.00	Gruppe II	Jutta Weyand	ETus Halle am Tunnel*
Mittwoch	16.00-18.00	Gruppe I	D. Müller-Greis	ETus Halle am Tunnel*
	18.00-20.00	Gruppe II	Jutta Weyand	ETus Halle am Tunnel*
Freitag	16.00-18.00	Gruppe I	D. Müller-Greis	ETus Halle am Tunnel*
	18.00-20.00	Gruppe II	Jutta Weyand	ETus Halle am Tunnel*
Sonntag	10.00-12.00	Gruppe II	freies Training	ETus Halle am Tunnel*
	Ab Oktober ETUS-Halle			
	Ab April Gelände Wiltinger Kupp			
Abteilung: BREITENSPORT		Toni Scheer breitensport_herren@tgkonz.de	Tel. 06501 / 28 38	
DAMEN UND HERREN		Gisela Frank breitensport_damen@tgkonz.de	Tel. 06501/ 15673	
Abteilungsleiterin Aerobic:		Andrea Kallenborn aerobic@tgkonz.de	Tel. 06584/1430	
Montag	9.00-10.00	Body-Styling Compact E-M-F	Marlies Frick	TG Sportpark
	10.00-11.00	Wirbelsäulengymnastik	Marlies Frick	TG Sportpark
	15.00-16.00	Beckenbodentraining/Bauch-Beine-Po	Mechthild Schneider	TG Sportpark
	18.30-19.30	Fitness-Gymnastik 50+	Beate Jochem	Gymn.Halle
	19.00-20.00	Rhythmische Gymnastik Damen	I. Achtermann	Spiegelsaal
	19.30-20.30	Body Power	Karin v. Winklewski	Gymn.Halle
	20.00-21.00	Aerobic/Workout/Kondition	Beate Jochem	TG Halle
Dienstag	09.00-10.00	Good morning workout BBP E-M-F	Marlies Frick	TG Sportpark
	19.30-20.30	Bodyshape E-M-F	Mechthild Schneider	G.S.-M.-H.
Mittwoch	09.00-10.00	Fit for Fun E/M/F	Andrea Kallenborn	TG Spprtpark
	10.00-11.00	Fitnessgymnastik 60+	Andrea Kallenborn	TG Sportpark
	19.00-20.15	Skigymnastik, Konditionsgymnastik	Mario Erschens	Gymn.Halle
	19.00-20.30	Step-Aerobic	Vera Orth	Spiegels./Sportp.
	19.30-20.30	Body-Styling Compact + E-M-F	Marlies Frick	TG Halle
	20.00-21.30	Rhythmische Gymnastik Damen	Elfriede Riehm	Kloster - K.
Donnerstag	09.00-10.30	Feel the Power M-F	Andrea Kallenborn	TG Sportpark
	18.30-19.30	Bodyshape /Fatburner	Myriam Ott	Spiegelsaal
Freitag	08.30-10.00	Fatburner & Kondition E/M	Andrea Kallenborn	Spiegelsaal
	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

Präventivkurse, wie z. B. Herz-Kreislauftraining, Wirbelsäulengymnastik, Rückenschule, Osteoporose. können von den Krankenkassen bezuschusst werden. Informationen erhalten Sie auf der Geschäftsstelle oder im Spoertstudio.

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung : HANDBALL handball@tgkonz.de		Manfred Thees	Tel. 0651/300465	
Montag	18.00 - 20.00	weibl. B-Jugend (Jahrg. 91/92)	M. Paßmann/S. Sturm	Trier Feyen
	19.00 - 20.30	A-Jugend w. (89/90)	S. Burg	Halle Langsur
Dienstag	18.00 - 19.30	weibl. B- u. C-Jugend (Jahrg. 91-94)	Sturm/Paßmann/Demerath	S.-M.-H.
	18.00 - 19.30	männl. C- u.D-Jugend (Jahrg. 93-96)	A. Keiler/D. Greif	Trier Feyen
	19.00 - 20.30	Damen	Melanie Schiller	S.-M.-H.
	19.30 - 22.00	Herren I + II	M. Trierweiler	S.-M.-H.
Mittwoch	16.00 - 17.30	Minis (99 u. jünger)	B. Gores/G. Kleemann	Trier-Feyen
	16.00 - 17.30	Ballschule 7-9 Jahre	Chr. Albrecht	S.-M.-H.
	17.30 - 19.00	weibl. D-Jugend (Jahrg. 95-96)	D. Greif/B. Klein/T.Thees	Trier Feyen
	19.00 - 20.30	männl. B- u. C-Jugend (91-94)	E. Friesen/T. Dohm	Trier Feyen
	20.15 - 22.00	Herren III	P. Lauterborn	Gymn.-Halle
	20.30 - 22.00	A-Jugend (89/90)	S. Burg	S.-M.-H.
Donnerstag	16.00 - 17.30	Minis (99 u. jünger)	Kleemann/Gores	Trier Feyen
	17.15 - 18.30	männl. C-Jugend (93/94)	A. Keiler/D. Greif	Gymn.-Halle
	17.30 - 19.00	weibl. C-Jugend (93-94)	S. Sturm/M. Demerath	Trier Feyen
	19.00 - 20.30	A-Jugend w. (89/90)	S. Burg	Halle Trier West
Freitag	15.30 - 17.30	weibl. D- Jugend (95-96)	T. Thees/B. Klein/D. Greif	Trier Feyen
	18.00 - 19.30	Damen	M. Schiller	Saar-Mosel-Halle
	17.00 - 18.30	männl. D-Jugend (95-96)	T. Alltenheim/T. Thees	Trie Feyen
	19.30 - 22.00	Herren I u. Herren II	M. Trierweiler	Saar-Mosel-Halle
Abteilung: JUDO judo@tgkonz.de		Kurt Hromatke	Tel.: 0170 6735651	
Donnerstag	18.00-19.30	5-7 Jahre	Kurt Hromatke	Spiegelsaal
Samstag	9.45 - 12.00	Kinder ab 7 Jahre / Jugendliche	Kurt Hromatke	TG Halle
Abteilung: KARATE karate@tgkonz.de		Christof Piskol	Tel. 06581 / 95107	
Montag	20.00 - 21.30	Anfänger Erwachsene	M. Kiefer/S. Walter /C. Piskol	Spiegelsaal
Dienstag	18.00 - 19.30	Fortgeschr.Jugend-Erwachsene	C. Piskol	GSMH
	18.00- 19.30	Fortgeschr. Jugend-Kinder	e. Gerhartz/N. Schneider	GSMH
	18.00 - 19.30	Anfänger/Jugend-Kinder	M. Kiefer/E. Gerhartz	GSMH
Donnerstag	19.30 - 21.00	Leistungsgruppe /Fortgeschr.	M. Kiefer/ S. Walter	Spiegelsaal
Freitag	18.00 - 19.30	Fortgeschr. /Jugend-Erwachsene	S. Walter	GSMH
	18.00 - 19.30	Fortgeschr. Jugend-Kinder	M. Kiefer/Ch. Piskol	GSMH
	18.00 - 19.30	Anfänger Kinder	M.Kiefer/C. Piskol	GSMH
Abteilung: LAUFTREFF lauftreff@tgkonz.de, silvia_lauftref@yahoo.de		Silvia Büdinger, Abt.-Leiter	Tel. 06584/7372	
Dienstag	18.30 - 20.00	Lauftreff, gezieltes Wettkampftraining	Andreas Kilian	Stadion
	19.00 - 20.00	Lauftreff	Hans Burkholz	Stadion
Donnerstag	18.30 - 20.00	Lauftreff (Wettkampfgruppe)	Andreas Kilian	Stadion
	19.00 - 20.00	Lauftreff, Betreuung für Anfänger		Stadion
Sonntag	8.00	Lauftreff nach Absprache		Stadion
	9.00	Lauftreff ohne Betreuung		Stadion
Abteilung: LEICHTATHLETIK leichtathletik@tgkonz.de		Winfried Weires	Tel. 06501/4235	
Winterzeiten 2007/2008 ab Oktober/November				
Montag	17.00-19.00	Hammerwurftraining ab 14 Jahre	Siegfried Wegener	Stadion/WP
	18:00–20:00	Mehrkampftraining ab 14 J.	Weires	Stadion
	18:00–20:00	Lauftraining ab 14 Jahre	Ernst Kletke	Stadion
	19.00–20:00	Krafttraining für Werfer	Siegfried Wegener	KSMH
Dienstag	17:00–19:00	Mehrkampftraining 12-14 J.	Weires	Stadion
	17:00–19:00	Sprint-/Sprungtraining ab 14 J.	Willi Günther	Stadion
Mittwoch	16:30–18:30	Leichtathletik 10 – 11 Jahre	Weires/Bermes	Stadion
	17:00–19:00	Sprint-/Sprungtraining ab 14 J.	Willi Günther	Stadion
	17:00–19:00	Hammerwurftraining ab 14 Jahre	Siegfried Wegener	Stadion/WP
	17:00–19:00	Mehrk.- u. Lauftraining ab 14	Weires/Kletke	Stadion
	19:00–20:00	Krafttraining für Werfer	Siegfried Wegener	KSMH
Donnerstag	15:00–16.00	Leichtathletik 6 – 7 Jahre	Weber/Scheuer	Stadion
	16.00–17.00	Leichtathletik 8 – 9 Jahre	Weber/Polis	Stadion
	17.00–19.00	Mehrkampftraining 12 - 14 J.	Weires	Stadion
Freitag	17:00–19:00	Sprint-/Sprungtraining ab 14 Jahre	Willi Günther	Stadion
	17:00–19:00	Hammerwurftraining ab 14 Jahre	Siegfried Wegener	Stadion/WP
	18.00-20.00	Mehrkampf- und Lauftraing ab 14 J.	Weires	Stadion
	19:00–20:00	Krafttraining für Werfer	Siegfried Wegener	KSMH
	20.00–21:30	Masters	Weires	Stadion
Sonntag	10:00–12:00	Masters	Detlef Müller-Greis	Stadion
	11:00–14:00	Hammerwurf-Training ab 14 J.	Siegfried Wegener	Stadion/WP

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: LEICHTATHLETIK WALKING	walking@tgkonz.de	Mario Erschens	0170/8139123	
Montag	9.00- 10.00	Walking/Nordic-Walking	M. Erschens/U. Blasl/D. Jakobs	Parkplatz Stadion
Dienstag	19.00- 20.00	Walking/Nordic-Walking	Sonja Hartmann	Parkplatz Stadion
Mittwoch	19.00- 20.15	Skigymnastik/Konditionsgymnastik	M. Erschens	Gymn. Halle
Donnerstag	9.00- 10.00	Walking/Nordic-Walking	M. Erschens/U. Blasl/D. Jakobs	Parkplatz Stadion
	19.00/ 20.00	Walking/Nordic-Walking (ab 10.4.08)	M. Erschens/U. Blasl/D. Jakobs	Parkplatz Stadion
Abteilung: SCHWIMMEN	schwimmen@tgkonz.de	Anja Schuh	Tel. 06501/ 998002	
Montag	16.30 - 17.30	Kinderschwimmen-Fortgeschr.1	Tobias Müller	Hallenbad
	17.30 - 18.30	Technik-Training	Sabine Richter	Hallenbad
	19.30 - 21.00	Konditionstraining	MichaelLang	Gymn. Halle
Dienstag	16.30 - 17.30	Kinderschwimmen-Anfänger (Aufnahme 1.+2. Di. im Quartal)	Trainerteam	Hallenbad
	17.30 - 18.30	Wettkampfgruppe-Einsteiger	Elke Brittner	Hallenbad
	17.30 - 19.00	Wettkampfgruppe	Sabine Richter	Hallenbad
Mittwoch	15.30 - 17.00	Trockentraining WK-Mannschaft	Sabine Richter	Halle u. Kraftr.
Donnerstag	16.00 - 17.00	Fördergruppe	W. Bartholome/Heike Warnatz	Hallenbad
	17.00 - 18.00	Kinderschwimmen-Fortgeschr.1	Anja Bartholome	Hallenbad
	18.00 - 19.30	Wettkampfmannschaft-Auswahl	Sabine Richter	Hallenbad
Freitag	15.00 - 17.00	Trockentraining WK-Mannschaft	Sabine Richter	Halle u. Kraftr.
Samstag	17.00 - 18.30	Wettkampfgruppe-Einsteiger	Elke Brittner	Hallenbad
	17.00 - 18.30	Wettkampfgruppe	Elfi Brittner	Hallenbad
	18.15 - 19.00	Sportl. Freizeitschwimmen f. Erwachsene	Michael Lang	Hallenbad
Abteilung: Tae Kwon Do	taekwondo@tgkonz.de	Ghasem Nurbachsch	Tel. 0152 / 03014991 06501/947828	
Montag	16.00-17.00	Anfänger Kinder (6-9 Jahre)	G. Nurbachsch, Z. Basereh	TG Sportpark
	17.15-18.15	Fortgeschrittene Kinder(9-13 Jahre)	G. Nurbachsch, Zahra Basereh	TG Sportpark
	18.30-19.45	Erwachsene (ab 14 Jahre)	G. Nurbachsch	TG Sportpark
Freitag	16.00-17.00	Anfänger Kinder (6-9 Jahre)	G. Nurbachsch, Alex Sidorov	TG Sportpark
	17.15-18.15	Fortgeschrittene Kinder ()-13 Jahre)	G. Nurbachsch, Zahra Basereh	TG Sportpark
	18.30-19.45	Erwachsene (ab 14 Jahre)	G. Nurbachsch, Zahra Basereh	TG Sportpark
Abteilung: TANZSPORT	tanzsport@tgkonz.de	TG-Geschäftsstelle n.n.	Tel. 06501/946680	
Donnerstag	20.00-21.00	Gruppe I	K.O. Mühlhaus	TG Sportpark
	21.00-22.00	GruppeII	K.O. Mühlhaus	TG Sportpark
Abteilung: TISCHTENNIS	tischtennis@tgkonz.de	Thomas Bruckmann	Tel. 06501/5565	
Montag	17.30-19.00	Anfänger-Training	Christa Bruckmann	Lorenz-Kellner H.
	17.00-19.00	Fortgeschrittene	R. Hein	GSMH
	19.00-22.00	Damen und Herren	N.N.	Lorenz-Kellner H.
Dienstag	18.00-20.30	Hobby	R. Endres	Kloster Karthaus
Mittwoch	19.00-22.00	Damen + Herren	N.N.	Lorenz-Kellner H.
	19.00-22.00	Leistungstraining Damen und Herren	N.N.	GSMH
Donnerstag	17.00-18.30	Anfänger	R. Hein	GSMH
	17.00-19.00	Leistungstraining Jugend	R. Hein	GSMH
Freitag	17.00-19.00	Fortgeschrittene	M. Hoffmann/R. Werner	Lorenz-Kellner H.
	18.00-22.00	Hobby + Jungen Wettkampf	R. Endres	Kloster Karthaus
	19.00-22.00	Damen u. Herren	N.N.	Lorenz-Kellner H.
Samstag	14.00-22.00	Wettkämpfe Damen + Herren		Lorenz-Kellner H.
	14.00-22.00	Wettkämpfe Damen + Herren		GSMH
	15.00-18.00	Freies Training	N. Schmitt	Lorenz-Kellner H.
Sonntag	9.00- 14.00	Wettkämpfe Damen + Herren		GSMH
Abteilung: TRIATHLON	triathlon@tgkonz.de	Uwe Lellinger	Tel.06501 / 4612	
Montag	18.30-19.30	Schwimmtraining 1 Bahn	Trainerteam	Hallenbad
Mittwoch	18.30/ 20.00	Lauftreff f. Fortgeschrittene	Uwe Lellinger	Stadion
Samstag	10.00-11.15	Schwimmtraining 1 Bahn	Achim Bartholome	Hallenbad
	ab 14.00	Fahrradtraining	Uwe Lellinger	
Sonntag	nach Absprache	Lauftreff + Fahrrad nach tel. Absprache	Uwe Lellinger	Stadion

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: TURNEN turnen@tgkonz.de		Nadine Leuthner	Tel. 06501 / 7471	
Montag	17.00 - 18.30	Hinführung zum Leistungsturnen	B. Stablo/D. Jakobs/G. Thein	Gymn. Halle
	17.00 - 19.30	Kunstturnen/Wettkampfgruppe	N. Leuthner/A. Paulus/S. Goth	Gymn. Halle
Freitag	09.00 - 10.00	Mutter - Kind-Turnen Gruppe 1	Beate Jochem	TG Sportpark
	10.00 - 11.00	Mutter - Kind-Turnen Gruppe2	Beate Jochem	TG Sportpark
z. Zeit Warteliste:	15.30 - 16.30	Spielend turnen lernen i. Kindergartenalter 3-5	B. Neureuther	St.Nik.Halle
z. Zeit Warteliste:	16.30- 18.00	Boden- und Geräteturnen 6-9 Jahre	B. Neureuther	St.Nik.Halle
	17.00- 18.30	Leistungs-/Boden-/Geräteturnen (9-15 J.)	N. Leuthner/A. Paulus/S. Goth	Gymn. Halle
Abteilung: VOLLEYBALL volleyball@tgkonz.de		Christoph Hanold Torsten Heinz	Tel. 0651 / 4633615 Tel. 0651 / 4637307	
Montag	16.00-17.30	Bambinis (weibl., 8-13J.)	A. Reiter/M. Burozzadeh	S.-M.-H.
	20.00-22.00	Herren I	Chr. Schneider	St. Nik. Halle
Dienstag	16.45-18.30	Bambinis (männl., 10-13 J.)	T. Grün	St. Nik. Halle
	18,30-20.00	Damen I / C-Jugend (13-16 J.)	Stefan Beyer	St. Nik. Halle
	20.00-22.00	Mixed	N.N.	St. Nik. Halle
Mittwoch	16.00-17.30	Ballsport (7-10 J.)	Chr. Albrecht	S.-M.-H.
	19.00-20.30	Damen I (C-Jug. 13-16 J.)	Stefan Beyer	S.-M.-H.
Donnerstag	18.30-20.00	Damen II (C-Jugend Anfänger)	Stefan Beyer	St. Nik. Halle
	20.00-22.00	Herren I	Chr. Schneider	St. Nik. Halle
	20.00-22.00	Senioren-Mix	N.N.	Lorenz-Kellner-H.
Freitag	20.00-22.00	Damen II (C-Jgd. 13-16 J.) (evtl. auf Dienstag verschoben, bitte bei Trainer nachfragen)	Stefan Beyer	St. Nik. Halle

KURSE DER TG KONZ

Auch Nichtmitglieder können die Kurse besuchen, da sie über das Bildungswerk des Landessporbundes 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 für Ältere	Mechthild Schneider	Aula Realschule
Dienstag oder nach Donnerstag Absprache	19.00-20.00	*Präventive Wirbelsäulengymnastik	Marlies Frick	TG Halle
		TOPFORMING	Marie-Louise Conen	Seminarraum 3
Mittwoch	19.30-21.00	Yoga	Mechthild Schneider	Aula Realschule
Donnerstag	17.30- 19.00	Yoga	Mechthild Schneider	Aula Realschule
	19.00- 20.30	Yoga	Mechthild Schneider	
		Präventives Herz-Kreislauftraining	nach Absprache	Studio
		Präventives Haltungstraining	nach Absprache	Studio
Schwimmen und Wassergymnastik				
Montag	15.00-16.00	Schwimmkurs f. Mutter u. Kind	Ilse Fuchs	Hallenbad
Mittwoch	*16.15-16.45	Wassergymnastik für alle * Fällt während der Freibadsaison aus	Ilse Fuchs	Hallenbad
Jazztanz für Mädchen - Termine bitte auf Geschäftsstelle erfragen			Jutta Kleinfeld	

Individualkurse • Termin nach Vereinbarung • Tel 06501 - 9466831

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

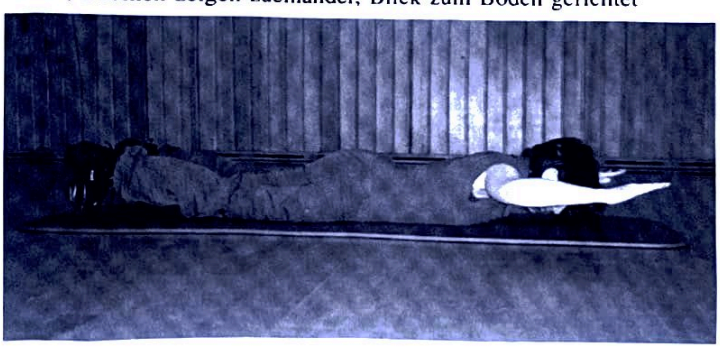
TG Sportstudio ... das etwas andere Studio! • Studiotelefon 06501/94668-31

Wochentag	Öffnungszeiten	Trainer/-in	Ort
Montag	8.00- 12.00	Christian Albrecht	TG Sportpark
	15.00-18.30	Jörg Skalbania	TG Sportpark
	18.30-21.30	n.n.	TG Sportpark
Dienstag	8.00- 12.00	Christian Albrecht	TG Sportpark
	15.00-18.30	Christian Albrecht	TG Sportpark
	18.30-21.30	Beate Jochem	TG Sportpark
Mittwoch	8.00- 12.00	Marlies Frick	TG Sportpark
	15.00-18.30	Jörg Skalbania	TG Sportpark
	18.30-21.30	Christian Albrecht	TG Sportpark
Donnerstag	8.00- 12.00	Christian Albrecht	TG Sportpark
	15.00-18.30	Jörg Skalbania/Christian Albrecht	TG Sportpark
	18.30-21.30	n.n.	TG Sportpark
Freitag	8.00- 12.00	Marlies Frick	TG Sportpark
	15.00-18.30	Christian Albrecht	TG Sportpark
	18.30-21.30	Jörg Skalbania	TG Sportpark
Samstag	14.00-17.00	Trainer im Wechsel	TG Sportpark
Sonntag	9.00- 13.00	Trainer im Wechsel	TG Sportpark



Muskelkräftigung – oberer Rücken

Ausgangsposition:
Bauchlage mit aufgestützten Füßen, die Arme im rechten Winkel angehoben, Daumen zeigen zueinander, Blick zum Boden gerichtet



Bewegungsausführung:
Ellbogen im Wechsel langsam fußwärts ziehen und wieder zur Ausgangsposition zurück
3 Sätze mit 10 Wiederholungen



(Fortsetzung auf Seite 22)

Muskelkräftigung – unterer Rücken

Ausgangsposition:
Bauchlage mit aufgestützten Füßen, ein Arm nach vorn gestreckt, Daumen zeigt nach oben, der Kopf ruht auf dem Handrücken der anderen Hand
Bewegungsausführung:
gestreckten Arm und entgegengesetztes Bein mit der Ausatmung anheben, halten und langsam bis 10 zählen, Arm und Bein ablegen
5 Wiederholungen



DEUTSCHER SPORTBUND
SPORT PRO GESUNDHEIT
GEPRÜFT & EMPFOHLEN

WOLLEN AUCH SIE ETWAS FÜR IHRE GESUNDHEIT TUN?

INDIVIDUALKURSE UND GRUPPEN -TRAINING (AUCH IM FITNESS-STUDIO) !!!

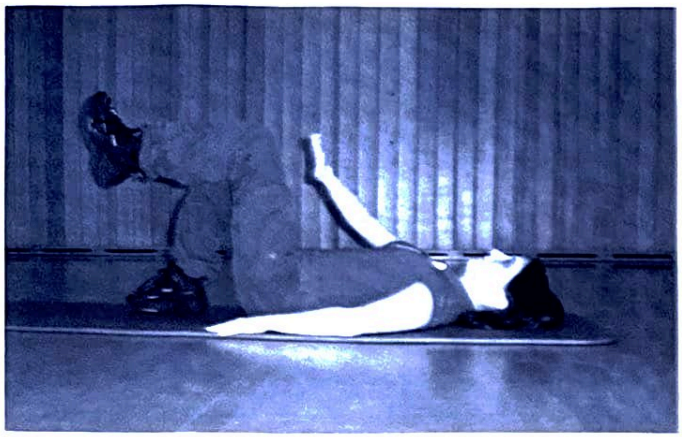
ES BESTEHT DIE MÖGLICHKEIT, DASS DIE KURSE VON IHRER KRANKENKASSE BEZUSCHUSST WERDEN !!!

INFORMATION IN DER TG GESCHÄFTSSTELLE oder IM STUDIO !

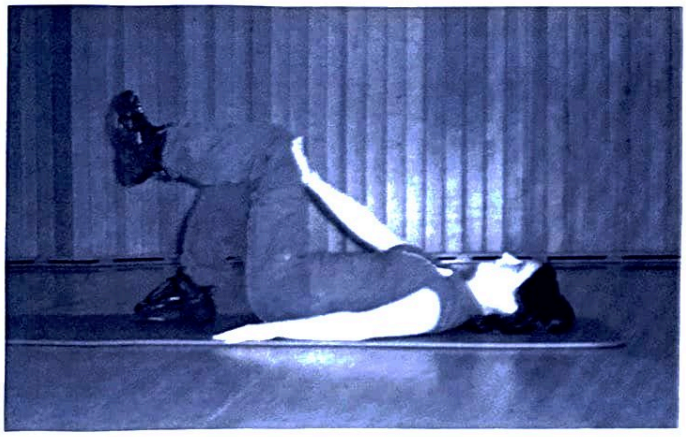
Informationen zu den Kursen erhalten Sie in der TG Geschäftsstelle (06501-946680).

Muskelkräftigung – Rumpfmuskulatur

Ausgangsposition:
Rückenlage, Füße aufgestellt, ein Bein im 90° Winkel anheben, entgegengesetzten Arm anheben, Kopf liegt entspannt auf dem Boden, Bauchnabel zieht in Richtung Wirbelsäule



Bewegungsausführung:
angehobenen Arm mit der Ausatmung gegen das Knie drucken, halten und langsam bis 10 zählen, wieder locker lassen
5 Wiederholungen



Wer nun Lust auf mehr bekommen hat und etwas für seine Gesundheit tun möchte, kann sich gerne zu einem unserer Kurse anmelden. Es besteht die Möglichkeit, dass die Kurse von Ihrer Krankenkasse bezuschusst werden.
Infos erhalten Sie in der Geschäftsstelle oder telefonisch unter: 06501-946680
Viel Spaß beim Trainieren und Guten Appetit wünschen Beate Jochem und Nicole Marzi

Quellen:
Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.
http://www.dge.de/modules.php?name=News&file=article&sid=674

Roche
http://www.roche.com/de/home/diseases/dis_ost.htm

Rezepte

Bananenquark

2 reife Bananen,
Saft von einer Orange,
etwas Honig
150 g Magerquark,
100 ml Sahne (30%),
50 g Sesamsamen

Die Bananen schälen und mit Orangensaft, Honig und Quark pürieren.
Zum Verfeinern die Sahne mit dem Quark verrühren und die Sesamsamen darüber streuen.

Broccoli Flan

500 g Broccoli,
* Liter Gemüsebrühe,
2 Becher Schmand,
4 Eier
200 g geriebener Emmentaler,
Salz,
Pfeffer,
Muskat,
Butter zum Ausfetten,
Semmelbrösel zum Bestreuen,
Petersilie zum Garnieren

Den Broccoli verlesen, waschen, abtropfen lassen und in Stükke zerteilen. Die Brühe erhitzen und den Broccoli darin bißfest garen, herausnehmen und abtropfen lassen.
Den Schmand mit den Eiern und dem geriebenen Emmentaler verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen. Eine Gratinform mit etwas Butter fetten und mit Semmelbroseln bestreuen. Den Broccoli darin verteilen. Die Schmand – Käsemasse darauf gießen und verteilen. Mit Butterflöckchen belegen und im auf 180 - 200 °C vorgeheizten Backofen 20 Minuten backen.
Den Broccoli Flan herausnehmen, mit Petersilie garnieren und sofort servieren.

Frischkäse mit Parmesan und Nüssen

250 g Rahm – Frischkäse,
50 g frisch geriebener Parmesan
50 g saure Sahne,
etwas Milch,
ein Bund Petersilie,
75 g Haselnußkerne,
Zitronensaft,
Salz,
Cayennepfeffer

Den Frischkäse mit dem Parmesan, der sauren Sahne und etwas Milch zu einer cremigen Masse verrühren.
Die Kräuter und Haselnußkerne fein hacken und unter die Creme mischen. Mit Zitronensaft, Salz und Cayennepfeffer würzen.

Dazu passen Pellkartoffeln oder Brot.

Informationen zu den Kursen erhalten Sie in der TG Geschäftsstelle (06501-946680).

FAHRRAD Stemper GMBH
TRIER-ZEWEN - www.fahrradstemper.de
Telefon 06 51 / 8 61 81



Top Forming

Der neue Kurs unter der Leitung von Marie-Luise Conen ist in Planung.
Bei Interesse melden Sie sich bitte bei der Geschäftsstelle!!!

TOP-FORMING Kids

DER ERFOLGREICHE ABNEHMKURS FÜR KINDER!

Das duale Ernährungsprogramm für Kinder ist ein Ernährungstraining, das sich nicht nur an übergewichtige, sondern an alle Kinder richtet, die ihre Ernährung schonend, dauerhaft und ohne Verbote umstellen wollen.
Ein spielerisches Training für ein optimales Essverhalten bildet die Vorraussetzung, dass sich der junge Mensch ein Leben lang gesund ernährt. Im Bewegungsteil werden weiterhin die Alltags- und Freizeitaktivitäten gefördert, um langfristig eine Bewegungssteigerung zu erreichen.

Auf Anfrage kann dieser Kurs von der Krankenkasse bezuschusst werden.
Bei Interesse bitte bei der Geschäftsstelle melden, da der Kurs nur bei genügender Teilnehmerzahl stattfindet.

Lebensfreude Pur !

Salsa, Merengue und Bacchata

2-Tage Anfängerworkshop in Konz
05.-06. April von 14.30 bis 17.30 h
10.-11. Mai von 14.30 bis 17.30 h

1 Tages Workshop für Anfänger mit Vorkenntnissen
26. April von 14.30 bis 17.30 h
17. Mai von 14.30h bis 17.30 h

Ort: TG-Konz, Spiegelsaal



Anmeldung:
TG Konz, Tel. 06501-946680 o.
Bianca Ball, Tel. 0160-6110005 o.
Email an info@tgkonz.de

Abteilungsleiter: Silvia Büdinger
Tel. 0 65 84/73 72
lauftreff@tgkonz.de

Lauftreff TG Konz Anfängerlaufkurs

Der Lauftreff der TG Konz bietet auch in diesem Jahr wieder einen Anfängerkurs an. Unter dem Motto „FIT DURCH DEN FRÜHLUNG" wollen wir allen Laufwilligen den Einstieg leichter machen.

Der Kurs ist für Laufanfänger gedacht, die durch ein gesundheitsförderndes Ausdauertraining sich fit für den Sommer machen wollen. Das Trainingsprogramm wird geleitet durch einen in der Ausbildung befindlichen Sportlehrer, der unter der Leitung von Jens Nagel (GET FIT) steht.

Kursinhalt: Herzfrequenz orientiertes Lauftraining, Verbesserung der Lauftechnik durch Lauf ABC und Koordinationsübungen, Laufstilanalyse durch Videoaufnahmen, Test zur Bestimmung der maximalen Herzfrequenz für die Festlegung individueller Belastungsbereiche. Es ist ein präventives Lauftraining und wird von den Krankenkassen gefördert.

Start des Kurses ist am Donnerstag, dem 03.04.2008. Dauer des Kurses 12 Wochen, bis Ende Juni. Der Kurs ist 2 mal in der Woche, Montags und Donnerstags um 19.00 Uhr im Konzer Stadion und im Konzer Wald. Die Kursgebühr beträgt , 70.—, für TG Mitglieder , 50.—. Die Bestätigung der Teilnahme kann man den Krankenkassen einreichen, einen Teil der Gebühr bekommt man erstattet.

Nähere Auskunft unter der E-Mail: silvia_lauftreff@yahoo.de oder unter der Tel.Nr. 06584/626 nach 20.30 Uhr.
durch die Abteilungsleiterin Silvia Büdinger,
Lauftreff TG Konz

20. Jubiläumslauf beim Wasserliescher Fastnachtslauf

Auch der Lauftreff der TG Konz hat es sich nicht nehmen lassen mit einer großen Gruppe bei dem Jubiläumslauf in Wasserliesch mitzumachen. Als schön verkleidete Jägersleut jagten wir einem armen einzelnen Hasen hinterher, der dann zu seinem Glück im Ziel nicht abgeschossen wurde, sondern heil in die Halle zum Feiern mitgenommen wurde.



Auch wenn die meisten von uns in der Gruppe, mit einer Zeit von 58:24 Min. ins Ziel kamen, so konnten wir doch zwei AK-Platzierungen belegen. So belegte Conny Jansohn in der AK W40
den 2. Platz und Beatrice Michels in der AK W40 den 3. Platz. Katrin Friedrich, WHK belegte sogar den 2. Platz in der Gesamtwertung der Damen. Sie lief allerdings nicht in der großen Jägerschar mit, sondern machte einen richtigen Wettkampf daraus. Mit einer Zeit von 41:41 Min. wurde sie damit auch 1. in der AK WHK.
Wilfried Hermesdorf , Uwe Persch und unser jüngstes Lauftreffmitglied Dominik von Wirth sowie Roman Hoffmann liefen zwar auch relativ lange und auch kurz hintereinander ins



Ziel, waren aber nicht so als Karnevalsjeck verkleidet wie der Rest der Truppe. Denn sonst hätten sie auch nicht die erzielten Zeiten laufen können. Wilfried Hermesdorf wurde in einer Zeit von 36:58 Min. 1. in der AK M50. Roman Hoffmann war nur kurz hinter ihm. Er lief in 37:10 Min. in Ziel, gefolgt von Dominik von Wirth, der in einer Zeit von 37:32 Min. in Ziel kam und damit seine AK gewonnen hat. Es fehlte im Vierergespann Uwe Persch. Er lief in einer Zeit von 38:20 ins Ziel. Erfreulich war auch, dass ein ehemaliges TG Lauftreffmitglied, Andreas Biermann, er läuft jetzt für den Tus Serrig (dort wohnt er auch) in einer guten Zeit von 38:57 Min. das Rennen beendete.

Durch die gute nachbarliche Beziehung, die wir mit dem Wasserliescher Lauftreff führen, sind auch immer jede Menge Konzer in Wasserliesch am Start. So konnten wir nicht nur mit unserer Kostümierung, sondern auch als Teilnehmer stärkste Mannschaft Preise erzielen. Zusammen mit den Jugendlichen und Kindern der Leichtathletik-Abteilung konnten wir eine Gruppe von 40 Teilnehmern verzeichnen. Es war wie immer eine gelungene Veranstaltung mit viel Spaß und bei herrlichem Laufwetter ein guter Zeitvertreib für den Karnevalssamstag.

Rheinland-Cross-Meisterschaften in Trier

Ich kann nur aus meiner Sicht berichten wie es bei dieser Meisterschaft zuging.. Ich war jetzt seit längerer Zeit mal wieder bei einer Crossmeisterschaft dabei und empfand es angenehm, dass alles zentral und eng beieinander war. Da sich das Ganze im Stadion in Trier abspielte, war alles sehr übersichtlich. Gelaufen wurde ein Rundkurs von 1100 m. Der komplette Rundkurs war für die Zuschauer einsichtig, man konnte alles gut beobachten. Durch die unterschiedlichen Streckenangebote und AK Wertungen wurde die Runde entweder 3, 5, 6 oder 8 mal gelaufen. Von den Jüngsten nur 1 oder 2 Mal.
Es war ein schöner Sonntag mit Sonne pur, sodass wir in unserem kurzen Laufdress starten konnten. Es gab ganz mutige weibliche Teenager, die sogar bauchfrei gelaufen sind. Das konnten sich allerdings Wilfried Hermesdorf und Uwe Persch noch nicht erlauben. Um 11.00 Uhr bei ihrem Start für die 5650 m zu laufen, war es noch recht kühl und gefroren. Wilfried wurde im ersten Rennen des Tages schon Rheinland-Meister in seiner AK M50. In einer Zeit von 20:49 Min. wurde er nicht nur AK-Sieger, sondern auch Gesamtsieger, da er das Rennen in der letzten Runde für sich entscheiden konnte und gewonnen hat. Uwe Persch wurde in einer Zeit von 21:41 Min. 6. Dann kam Dominik von Wirth an die Reihe. Sein Start war ca. 11Uhr 40. Es wurde nun immer schöner und wärmer und so langsam taute auch der Boden des alten Stadions in Trier auf. Der Start der gesamten Wettkämpfe war auf einem roten Prascheplatz. Dementsprechend sahen die Läufer und Läuferinnen dann am Ende der Wettkämpfe auch aus. Zwar nur von hinten, aber man sah schön gesprenkelt aus.
Dominik lief die 3450 m in einer hervorragenden Zeit von 12:19 Min.

Ihr Partner für

- Elektroinstallation für Haus- und Industriebereich
- Steuerung und Automatisierung

DIN EN ISO 9001

SCHMITT Elektrotechnik

SCHMITT Elektrotechnik GmbH
Albert - Einstein - Straße 7 * 54329 Konz
Telefon (0 65 01) 92 87-0 * Telefax (0 65 01) 1 78 46

Fahrschule MERTZ DRIVE

www.fahrschule-mertz.de
Tel. 06501 / 99420

Konz, Beethoven - Galerie	Di, Do, Fr	19.00 Uhr
Konz - Oberemmel	Mi	19.00 Uhr
Konz - Roscheid	Mi	18.30 Uhr

NATURSTEINE
JOSEF JUNY GMBH

Fensterbänke - Treppen - Bodenbeläge
Küchenarbeitsplatten - Waschtischabdeckungen
Brunnen - Grabsteine

Gewerbegebiet Granahöhe
54332 Wasserliesch

Tel. 0 65 01/1 37 07
Fax: 0 65 01/1 83 41

e-mail: josef-juny@t-online.de
Internet: www.naturstein-juny.de

LBS
Bausparkasse der Sparkassen

ab 2,95 % Zinsen
*effektiver Jahreszins gemäß PAngV 3,22 % nach Zuteilung des Bausparvertrages

Günstig und zinssicher über die gesamte Laufzeit, kalkulierbar, ohne Risiko.
Haben Sie auch große Pläne? LBS-Bausparen ist der staatlich ge-förderte Weg ins eigene Zuhause – lassen Sie sich jetzt gut bera-ten. Unternehmen der Sparkassen-Finanzgruppe www.lbs-rlp.de

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause
Ihre LBS-Bezirksleiterin
Elfriede Ott

Schillerstr. 37 – 39, Konz • Tel.: (0 65 01) 9 45 98 – 0 • Fax (0 65 01) 9 45 98 – 76
E-Mail: Elfriede.Ott@lbs-rlp.de

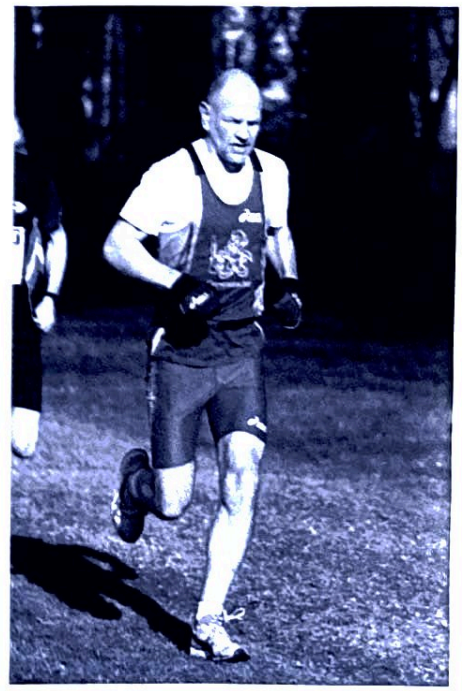
Abteilungsleiter: Silvia Büdinger
Tel. 0 65 84/73 72
lauftreff@tgkonz.de

Lauftreff

Ich lief im letzten Rennen des Tages. Konnte so noch lange die Sonne genießen, mit Laufkolleginnen aus anderen Vereinen quatschen und mich in aller Ruhe auf die 8950 m vorbereiten.
Auf 8950 m vorbereitet, war ich erstaunt, dass uns der Stadionsprecher schon nach 7 Runden in Ziel geführt hat. Es ist auch kein Wunder dass sich Volkart Rosch beim letzten Rennen mal verzählt hat. Er stand von morgens 11.00 Uhr bis in den späten Nachmittag ununterbrochen auf seinem Stuhl am Stadionrand und hat nur von den Wettkämpfen und über die Läufer und Läuferinnen berichtet und erzählt. Er kennt sie alle und weiß über Viele auch Vieles zu berichtet. Hut ab, auch für diese Leistung. Ach ja, ich sollte auch noch schreiben, wie ich mein Rennen beendet habe. Es waren nur 7 Frauen am Start, es gab keine AK-Wertung. Ich habe die beiden angetretenen Damenmannschaften, Post-Sport Telekom und LG Vulkaneifel-Wittlich, getrennt und belegte als Einzelläuferin hinter den Damen der Post-Sport Telekom den 4. Platz in einer Zeit von 35:47 Min.

Silvia Büdinger





Abteilungsleiter: Silvia Büdinger
Tel. 0 65 84/73 72
lauftreff@tgkonz.de

3. Trainingslager des Lauftreffs

Es konnte nicht anders sein, es mußte an diesem Wochenende vom 15.02.-17.02.2008 die Sonne scheinen. Nachdem der Lauftreff im 1. Trainigslager im Wirfttal jede Menge Schnee hatte, im 2. in Gerolstein viel Regen dabei war, so konnte es jetzt beim 3. Mal nur schön sein. Die Sonne strahlte die ganze Zeit und der Himmel war so blau, dass wir die vielen Berganstiege im Hambachtal fast total vergessen hatten (wir merkten sie nur abends in den Beinen).
Wir waren eine Gruppe von 23 Personen, die sich entweder auf einen Marathon, Halbmarathon oder auch auf die 10 km Wettkampfstrecke vorbereiten wollten. Es standen 5 Trainingseinheiten auf dem Plan, 2 am Freitag, 2 am Samstag und 1 noch am Sonntagmorgen. Da es ja unterschiedliche Leistungsbereiche gab, waren die Gruppen auch schnell eingeteilt. Es gab eine schnelle Gruppe um Willi Hermesdorf, dann eine Marathongruppe mit einer Marathon-Endzeit von ca. 3:15 Std. und eine größere Gruppe um unseren Trainer, die sich dann entweder auf die 10 km oder einen Halbmarathon im Frühjahr oder sogar den ersten Marathon überhaupt in Angriff nehmen wollten. Diejenigen, die nicht alle 5 Trainingseinheiten mitmachen wollten und konnten, haben die Zeit mit Schwimmen oder Sauna verbracht, so kamen auch die Entspannung und das Relaxen nicht zu kurz. Am ersten Abend wurde gemeinsam gekocht und danach gemütlich beisammen gesessen und natürlich auch etwas gefeiert (mit antialkoholischem Erdinger). Am zweiten Abend gingen wir dann gemeinsam ins Restaurant des Ferienparks essen. Man kann diesen Park für solch ein Trainingslager nur weiterempfehlen. Die Häuser sind gut ausgestattet, nicht mehr ganz neu, aber es ist alles drin. Die Betten sind in Ordnung und die Küche ist gut eingerichtet. Wer sich nicht selbst versorgen will, kann im Restaurant gut essen gehen.
Es war mal wieder ein gelungenes Wochenende und ein erfolgreiches Trainingslager. Erfreulich ist, dass auch immer wieder neue Mitglieder mit fahren, denn durch so ein Wochenende ist man schnell in eine Gruppe integriert und ich denke, es hat allen Spaß gemacht. Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr, wenn es wieder heißt „Wer fährt mit ins Trainingslager?"





Abteilungsleiter: Winfried Weires
Langenbergring 12
54329 Konz
Tel. 06501/4235
leichtathletik@tgkonz.de

Neues von Hammerwerfer der TG Konz

Ende des Jahres werden immer die 30 besten Schüler/innen, Junioren/innen bzw. die50 besten Athleten/innen der Jugend, Männer. und Frauen in Deutschland in der Deutschen Bestenliste erfasst.
Mit acht Nennungen war die Saison 2007 wieder erfolgreich.

Mit **drei** Platzierungen schaffte Carina Ludwig die meisten Nennungen, gefolgt von Natalie Idt und Patrick Weber mit jeweils **zwei** und Thomas Kirsch mit **einer** Platzierung in der Deutschen Bestenliste.

Die Nennungen im Einzelnen:

Schulerinnen
1 Platz Carina Ludwig **52, 95 m**
neuer Rheinland Pfalz Rekord

Weibliche B Jugend
15 Platz Carina Ludwig **42,01 m**
Weibliche Jugend A
30 Platz Carina Ludwig **42,01 m**
Juniorinnen
27 Platz Natalie Idt **46,75 m**
Frauen
42 Platz Natalie Idt **46,75 m**
Männliche Jugend B
4 Platz Patrick Weber **59,90 m**
Männliche Jugend A
18 .Platz Patrick Weber **52,08 m**
40 Platz Kirsch Thomas **44,52 m**

Deutsche Winterwurfmeisterschaften am 16 .02 2008 in Düsseldorf

Mit einer Weite von **58,95** und dem **fünften Platz** von Patrick Weber sowie dem **siebten Platz** mit der Weite von 42,11 m von Carina Ludwig setzen sich die Erfolge der Hammerwerfer auch 2008 fort

Siegfried Wegener

Textilpflege Herz
54329 Konz, Granastraße 24, Telefon 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

DIE Pizzeria in Konz
Wir liefern Ihnen die gewohnt gute Qualität auch zu Ihnen nach Hause
Pinocchio - Heimservice
Rufen Sie an
06501/5058 & 998140
Fax 998141
PINOCCHIO
RESTAURANT · PIZZERIA
Restaurant klimatisiert
Granastraße 90
Konz
Mittwochs Ruhetag
Alle Gerichte zum Mitnehmen

BESTATTUNGEN
Peifer
54329 Konz • Bahnhofstraße 25
Telefon 0 65 01 / 60 76 22 • Mobil 01 71 / 7 37 77 06
Fax 0 65 01 / 60 76 23

AUTO PETER GmbH
KFZ-WERKSTATT &
AUTOLACKIERERERI
MEISTERBETRIEB
KONZ Konzerbrück 35 • Tel. 1 69 84

Abteilungsleiter: Winfried Weires
Langenbergring 12
54329 Konz
Tel. 06501/4235
leichtathletik@tgkonz.de

Leichtathletik

Viel versprechender Start ins neue Jahr beim Intern. Dreikönigslauf

Marc und Nicole Weber gewinnen ihre Altersklassen

In Biersdorf erzielten die Konzer Leichtathleten folgende positiven Resultate:
Schülerlauf 1 km: Marc Weber 1.MSD (4:08 min); Joshua Mayer 2.MSD (4:37 min); Henrik Kletke 4.MSC (4:52 min); Richard Kletke 3.MSD (5:07 min).
Jugendlauf 4 km: Janek Kletke 2. MSB (18:29 min); Nicole Weber 1.WSB (19:45 min).
Text und Bild: Ernst Kletke



Von links nach rechts: Joshua Mayer, Marc Weber und Richard Kletke.

Abteilungsleiter: Winfried Weires
Langenbergring 12
54329 Konz
Tel. 06501/4235
leichtathletik@tgkonz.de

Crosslauf

Lucas Meyer Crosslauf-Meister

Lucas Meyer war Anfang des Jahres der einzige Vertreter unserer Nachwuchs-Läufer bei den Bezirks-Crosslauf-Meisterschaften in Thiergarten in der Nähe von Hermeskeil. Deshalb kam es zu einem optimalen Ergebnis: Platz 1 in 4:16 Minuten auf der 1080m-Crosslaufstrecke, herzlichen Glückwunsch!

Hunger ist schlimmer als Heimweh.
Weltweit fliehen Millionen Menschen vor dem Hunger. Helfen Sie uns, ihnen zu helfen.
Deutsche Welthungerhilfe
Spendenkonto 1115
Sparkasse Bonn
BLZ 380 500 00
www.welthungerhilfe.de

Rheinland Crosslauf-Meisterschaften

Mannschaften holen zweimal Bronze in Trier!

Die B-Schüler (12/13 Jahre) erreichten als Mannschaft den dritten Platz in der Besetzung: Thomas Persch, Janek Kletke und Philipp von Wenzlawowiez in einer Gesamtzeit von 14:27 Minuten auf einer Strecke von 3x1250m. In der Einzelwertung (M13) wurde Philipp fünfter in 4:53 Minuten. Mit einer Zeit von 4:52 Minuten belegte Janek Kletke Rang 11 in der M12 und Thomas Persch Rang 7 in 4:42 Minuten.

Die A-Schülerinnen (14/15 Jahre) erkämpften sich ebenfalls Bronze in einem großen Teilnehmer-Feld von insgesamt neun Mannschaften. Kristin Schmitz, Constanze Thiel und Nicole Weber liefen die 3x2350m in 30:50 Minuten. Wobei Nicole Weber wegen der Mannschaftswertung auf einen Start in ihrer Altersklasse (W13) verzichtete. Aber auch in der höheren Altersklasse (W14) erzielte sie einen guten fünften Platz in 10:20 Minuten. Constanze Thiel belegte in derselben Altersklasse Rang 4 in 10:16 Minuten. Kristin Schmitz belegte Rang 11 in der Altersklasse W15 und erzielte mit 10:14 Minuten das beste Teilergebnis für die Mannschaftswertung.

Masters DM in Erfurt

Winni gewinnt zweimal Bronze bei deutschen Hallenmeisterschaften

Winfreid Weires, Abteilungsleiter der Konzer Leichtathleten, holte zum zweitenmal in Erfurt nach 2002 im 60m-Hürdenlauf Bronze in seiner Altersklasse (M55). Im Stabhochsprung sicherte er sich ebenfalls eine Bronze-Medaille mit einer übersprungenen Höhe von 3,00m, obwohl er im Winter keine Möglichkeit hatte Stabhochsprung in der Halle zu trainieren.
Auf der 200m-Hallenrunde kam er mit einer Zeit von 26,62 Sekunden und Rang 8 noch in die Urkunden-Ränge. Auch in dieser Disziplin hätte er um eine Medaille kämpfen können, wäre die Vorbereitungsphase optimal verlaufen. Hier fehlte der geplante Trainingsaufbau mit den entsprechenden Tempoläufen wegen verletzungsbedingtem Trainingsausfall. Trotzdem kann er mit dem Gesamtergebnis zufrieden sein!



Hallensportfest in Bernkastel-Kues:
Die erfolgreichen Leichtathleten der TG Konz (12 bis 15 Jahre) mit ihren Urkunden, Medaillen und Pokalen, v.l.: Constanze Thiel, Nicole Weber, Vian Mahmod, Theresa Pfeifer, Maximilian Henrich, Trainer: Ernst Kletke, Antje Bermes, Trainer: Winfried Weires, Janek Kletke. Einen Pokal für die vielseitigsten Jahrgangsbesten erhielten Antje Bermes (W14) und Maximilian Henrich (M12).
Foto: Walter Henrich



Hallensportfest in Bernkastel-Kues:
Die Leichtathleten der TG Konz (bis 11 Jahre) mit Trainern und Betreuern nach dem erfolgreichen Wettkampf, aber noch vor der Siegerehrung, wo jeder Athlet eine Urkunde und eine Bronzemedaille erhielt. Richard Kletke erhielt eine Goldmedaille und einen Pokal für das beste Dreikampfergebnis in der Altersklasse M 7.
Jeweils eine Silbermedaille für Rang zwei in ihrer Altersklasse erhielten Joshua Meyer (M9) und Christina Laubenstein (W11)!
Foto: Thomas Winkler

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) 60 53 - 0

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

AUTOLACKIEREREI
WOLFGANG PUNESSEN
AUTOLACKIERERMEISTER
Unfallinstandsetzungen
Karosseriearbeiten
Auch samstags von 8 bis 12 Uhr geöffnet
54329 Konz-Könen - Gewerbegebiet
Telefon (0 65 01) 1 56 01
www.autolackiererei-punessen.de

Johann Bast
Trierer Str.90
54329 Konz
Heizöl EL Standard
Super Heizöl Ecotherm
Dieselkraftstoff
bp-Markenschmierstoffe
06501
2002
Bündelbriketts
Buchenholz für Öfen u. Kamin
Grillholzkohle - Grillbriketts
Floragard Erden - Naturdünger
Rindenmulch u.v.m

Studio

Training im Fitness-Studio ab 14 Jahren

Da das Training im TG Fitness- Studio bisher erst ab 16 Jahren möglich ist und es in letzter Zeit häufiger Anfragen gab, ob nicht schon Jüngere dort trainieren können, haben wir uns überlegt, ein Training für 14-15jährige anzubieten. Im Grunde genommen spricht nichts gegen ein Krafttraining in diesem Alter – vorausgesetzt man trainiert richtig - wollen wir dieses einmal ausprobieren. Allerdings soll der „normale Trainingsbetrieb" nicht beeinflusst werden. Erfahrungsgemäß steigt der Geräuschpegel, je jünger die Trainierenden sind und es ist auch schon vorgekommen, dass im jugendlichen Leichtsinn mit schweren Gewichten „Blödsinn" gemacht wurde. Eine wichtige Voraussetzung, dieses Angebot ins TG Sportstudio dauerhaft zu integrieren ist, dass die Teilnehmer die Anweisungen der Trainer befolgen und sich an die Regeln halten. Zum Krafttraining gehört ein gewisses Maß an Disziplin.

Was ist geplant?
Ein 2x wöchentliches Training für Jugendliche im Alter von 14 und 15 Jahren. Das Training findet jeweils montags und donnerstags von 14.00 bis 15.30 Uhr unter Aufsicht eines Trainers statt. Die Teilnehmer erhalten nach den Einweisungstrainings (hier werden 2 Termine vereinbart) einen Trainingsplan.

Was sollte beachtet werden?
Die Mehrheit der Jugendlichen in Deutschland ist haltungsschwach. Der Sportunterricht in der Schule, dem meistens Spiele und nur bedingt Ausdauertraining zu Grunde liegen, vermag dies nicht zu kompensieren, da die Muskulatur nicht genügend beansprucht wird, um sich weiter zu entwickeln. Mit einem richtig dosierten Krafttraining kann gezielt Haltungsschwachen entgegengewirkt werden. Des Weiteren wirkt sich ein Muskeltraining positiv auf die Knochen aus und durch die vorhandenen Ausdauergeräte (in Verbindung mit einem Krafttraining) kann Übergewicht abgebaut werden.
Krafttraining im Jugendalter hat nichts mit Bodybuilding oder dem „Stemmen schwerster Gewichte" zu tun, wo sehr intensiv trainiert wird, um gezielt Muskelmasse aufzubauen. Wer diese Vorstellung hat, ist fehl am Platz. Bei Jugendlichen nimmt nicht unbedingt die Muskelmasse zu, sondern die Muskulatur (die einzelnen Muskelfasern) wird voll aktiviert und kann somit ihre volle Leistungsfähigkeit entfalten. Das Training sollte neben der Kräftigung auch Ausdauer- sowie Beweglichkeitstraining beinhalten.

Training für 14-15jährige
im Fitness-Studio

Ab Montag, dem 31.03.2008
immer montags und donnerstags
von 14.00 – 15.30 Uhr
im TG Sportstudio!

Bitte für die Einweisungen vorher einen Termin vereinbaren
(06501-9466831)







Verlängertes Skiwochenende

vom 18- 22. Januar 2008 in Kaprun

Erfolgreiche Kooperation der TG mit der Betriebssportgruppe der ADD

Insgesamt 41 Skibegeisterte nahmen an dem verlängerten Skiwochenende für LL- und Alpinskisportler teil. Die Fahrt ist im September 2007 in Kooperation mit der Betriebssportgruppe der ADD geplant und ausgeschrieben worden. TG-Vorsitzender Jochen Schalm hegte schon lange den Wunsch, nicht nur Skigymnastik anzubieten, sondern mittelfristig auch den Weg zu einem Skifahrtenangebot weiter zu beschreiten. „Wir haben mit diesem Kooperationsprojekt einen ersten Schritt getan. In der TG gibt es viele Wintersportler, die durch Marios Skigymnastik fit gehalten werden und hoch motiviert sind. Mit TG-Mitglied Christof Pause, der für die Betriebssportgruppe der ADD als Organisator tätig war, haben wir einen Skiübungsleiter, der über langjährige Erfahrung in der Organisation und Durchführung von Skifahrten verfügt. " so unser Vorsitzender über die Hintergründe des erfolgreichen Kooperationsprojektes.

Am 18. Januar 2008, einem Freitagabend, startete der Reisebus mit 5 Langläufern, 3 Snowboardern und 33 Alpinskiläufern von Trier in Richtung Kaprun/Piesendorf im Pinzgau (Salzburg). Nach einer Nachtfahrt, die - entgegen mancher Besorgnisse - durchaus erträglich war und einem guten Frühstück im Gästehaus Klawunn wurde der erste Skitag in Angriff genommen. Die LL-Gruppe musste Schattenlagen suchen, denn der Föhneinbruch ca. eine Woche vor der Fahrt hatte der Schneedecke im Pinzgautal arg zugesetzt. An den restlichen beiden Skitagen wählte man ein höher gelegenes LL-Gebiet am Pass Thurn. Die LL-Gruppe hatte dort richtig Spaß und konnte sich in verschiedenen Leistungsstufen „austoben". Die Boarder und die Alpinskiläufer freuten sich im Gebiet Kitzsteinhorn über ein Skieldorado mit genügend Schnee, abwechslungsreichem Gelände und einer sehr guten Liftinfrastruktur. Wenig Betrieb, überwiegend Sonne und - abgesehen von einigen eisigen Windböen - gutes Wetter sorgten an allen drei Skitagen für optimale äußere Bedingungen.

Im Gästehaus Klawunn fühlten sich alle Teilnehmer wohl. Der entspannende Besuch der Saunalandschaft stellte für manche eine notwendige Wohltat nach den Anstrengungen des Tages dar. Die Kochkünste von Chef Markus Klawunn wurden von allen gelobt. Einer der Höhepunkte war das vom Gastgeber eigens für die Gruppe veranstaltete Après-Ski mit hausgemachtem Apfelstrudel am Ende des letzten Skitages. Auf der Terrasse an der Bar gab es unter klarem abendlichem Himmel die allseits bekannten Après-Ski-Getränke; wer wollte, konnte zu „Schirmbarmusik" das Tanzbein schwingen.

Die Gruppe war trotz der erheblichen Alterspanne von 17- jährigen bis zu den „Best-Agern" sehr harmonisch. An den abendlichen geselligen Runden, in denen die Skierlebisse des Tages diskutiert, gespielt oder dem Weingenuss gefrönt wurde, hatten alle ihren Spaß.

Besonders eindrücklich war die von einem Teilnehmer als „Naturereignis" beschriebene Senior-Chefin des Gästehauses Klawunn. Weil sie die Gruppe wegen einer Reise schon nicht begrüßen konnte, ließ sie es sich nicht nehmen, die Gruppe im Bus herzlichst zu verabschieden, verbunden mit dem Wunsch, im nächsten Jahr wiederzukommen. Die Verabschiedung gipfelte in der von der Senior-Chefin spontan veranlassten Vollsperrung des bei der Ausfahrt vom Gästehaus Klawunn gelegenen Kreisverkehrs der österreichischen Bundesstraße 168, um unserem Bus freie Fahrt zu verschaffen.

Nach allseits positiver Resonanz soll die Fahrt im nächsten Jahr wieder in ähnlicher Weise angeboten werden.

Christof Pause

Abteilungsleiter: Monika Meyer

Turnen

tern,

wie viele von euch schon wissen, sind die Freitagsgruppen bei Berit zur Zeit total überfüllt, was mit Sicherheit auch für ihre super Arbeit spricht. Aus diesem Grunde mussten wir Wartelisten aufsetzen. Bei der Vergabe der Plätze gehen wir nach der Reihenfolge, in der die Anfragen eingegangen sind.

Des Weiteren bemühen wir uns, eine zusätzliche Turnstunde für die entsprechenden Altersgruppen anzubieten. Leider ist dies nicht ganz einfach. Selbst wenn ein/e Übungsleiter/in zur Verfügung steht, sind wir darauf angewiesen, eine passende Halle zur richtigen Zeit zu bekommen. Im Sommer ist dies noch eher möglich als im Winter, wenn z.B. die Leichtathleten oder die Fußballer ihren Sport in die Halle verlegen. Aber was nutzt eine zusätzliche Sportstunde, wenn wir im Winter die Hallenzeit wieder abgeben müssten?

Daher bitten wir Sie, noch etwas Geduld zu haben. Und mit etwas Glück können wir schon bald eine neue Stunde anbieten, um die Warteliste langsam abzubauen.

Euer TG Team

Beste Leistung zum fairen Preis!

TKDZ
Fertiggaragen GmbH
Albert-Einstein-Str. 3
54329 Konz
Tel. 06501-13092
Fax 06501-13093
www.tkdz-garagen.de

Komplettlösungen aus einer Hand
Kincl. Fundamente und Pflaster:
Einzelgaragen • Reihengaragen • Sonderausführungen

TKDZ Fertiggaragen GmbH

Tarkett
Schöne Böden

Telefonanschluss gestört ?
Keine Internetverbindung ?
ISDN-Anlage defekt oder veraltet ?

Rufen Sie uns an !

Wir lösen Ihre Probleme fachmännisch und kompetent.

COLLI-TEC
Tel.: 0651 / 99 50 360

Der DACHDECKER
Ihr Meisterbetrieb für:
- **Dächer**
- **Fassaden**
- **Abdichtungen**
- **Bauklempnerei**

René Schneider
Inhaber: Bernd Schneider
54329 Konz · Schleslerstraße 32
0 65 01/22 67

TG Geschäftsstelle
Tel. 06501/946680

Tanzsport

Eine schöne Zeit geht zu Ende



Dienstag, 18.12.07 um 20.30 Uhr, ein letztes Mal Tanzsporttraining bei Harry und Trudchen. Noch einmal zeigen wir unser Können auf dem Parkett, was uns die Beiden in all den Jahren beigebracht haben. Es wurde zusätzlich unermüdlich trainiert für die Sportabzeichen, ja sogar für einen Showtanz, der uns viel Spaß machte. Mit Hartmuts strenger netten Art sowie den Sätzen „stört euch nicht an der Musik", wenn wir da standen und uns unterhielten oder „ich weiß, ihr diskutiert nur über das Tanzen". Was waren das für ereignisreiche Jahre. Wir gingen zusammen wandern, feierten Winterfeste oder es gab ein von Harry organisiertes Frühstück. Ebenso bedanken wir uns für den schönen Abschiedsabend in Mesenich. So wünschen wir euch, lieber Hartmut und liebe Edeltrud, alles Gute. Bleibt gesund und immer bereit für einen Einsatz in Vertretung.

Einen guten Start für das neue Tanztraining bei Klaus-Otto, Donnerstagabend um 21.00 Uhr, wünscht im Namen aller

Gisela



Tischtennis

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

Mehrere TTF Mannschaften im Pokalfinale!!!

Die zweite Herrenmannschaft der TTF Konz hat es in der laufenden Saison geschafft, den Einzug ins Regionspokalfinale perfekt zu machen.
In der zweithöchsten Spielklasse, Herren B, startete man mit einem Freilos.
In der zweiten Runde traf man auf einen vermeintlich schwachen Gegner, der sich jedoch als hohe Hürde herausstellte. Die MJC Trier bezwang man mit einem knappen, aber verdienten 4:3.
Im Viertelfinale trafen die Konzer auf den Erzfeind und Ligakonkurrenten von TTC Gelb-Rot II. Konz spielte mit leicht veränderter Aufstellung, und es sah schon nach der Halbzeit nach einer klaren Niederlage für die Konzer aus. Im einzigen Doppel mussten die Konzer Hoffmann/Hoffmann sogar Matchbälle abwehren und konnten schließlich das Spiel aber noch gewinnen. Danach kippte der gesamte Spielverlauf, und die Konzer standen nach einem 4:3 im Halbfinale.
Im Halbfinale musste man nach Irsch/Saar reisen, wo man ganz klar als Favorit gegen den eine Liga tiefer spielenden Gegner galt. Dieser Rolle wurden die Konzer gerecht und gewannen souverän mit 4:2.

Somit steht die 2.Herrenmannschaft der TTF Konz im Pokalfinale, wo man auf den Seriensieger aus Wittlich trifft. Am 13.April 2008 werden die Konzer versuchen, auch gegen die Säubrenner zu triumphieren, um dann eine Woche später im Rheinlandpokalfinale starten zu können. Austragungsort wird wie jedes Jahr die Stefan-Andres-Halle in Schweich sein.

Die einzelnen Rundenergebnisse der 2.HM:

2.Runde:
TTF Konz II – MJC Trier 4:3
(gepunktet für Konz haben:
Horst Hoffmann, Maik Müller-Wulff,
Ralf Hein je 1x,
Doppel Müller-Wulff/Hein 1x)

Viertelfinale:
TTF Konz II – TTC Gelb-Rot Trier 4:3
(Horst Hoffmann, Martin Hoffmann,
Ralf Hein je 1x,
und Doppel Hoffmann/Hoffman 1x)

Halbfinale:
SV Irsch/Saar II – TTF Konz II 2:4
(Martin Hoffmann 2x,
Horst Hoffmann und Ralf Hein je 1x)

Erfreuliches ist auch von den Pokalergebnissen unserer dritten Herrenmannschaft zu berichten, die nach mehreren überzeugenden Leistungen in ihrer Spielklasse bereits im Halbfinale steht und auf die etwas höher eingestuften Schweicher von der TuS Mosella treffen. Es wäre ein schöner Erfolg, wenn eine zweite Konzer Herrenmannschaft die Finalespiele erreichen könnte.

Vom Jugendpokal gibt es ebenfalls gute Nachrichten: Hier sind bereits die Schüler für das Finale qualifiziert. Die Jungenmannschaft steht auch schon im Halbfinale und hat damit noch alle Möglichkeiten, das Schweicher Finale zu erreichen.

Abschließend gibt es auch noch die Möglichkeit, das Finale der Damen B-Klasse zu erreichen. Hier gilt es aber, zuerst noch den Rivalen aus Trierweiler auf dessen eigenen Platten zu bezwingen, was zwar schon einmal im letzten Meisterschaftsspiel gelang, aber sicherlich eine ordentliche Herausforderung sein wird.

Der Tag der Pokalendspiele (13. April 08, Schweich) könnte also zu einem TTF Festival werden. Bis dahin bleibt aber abzuwarten, ob und wie viele Regions-Pokal-Titel errungen werden können.

Martin Hoffmann



Triathlon

Abteilungsleiter: Uwe Lellinger
Tel. 0 65 01 / 46 12
triathlon@tgkonz.de

Crossduathlon im Weißhauswald.

Für die Ausdauersportler der Region war der Sonntag, 17.Februar, der Weißhauswald das Ziel. Schon früh tummelten sich Männlein und Weiblein oberhalb Triers mit ihren Mountainbikes und Laufschuhen, um ihre Startunterlagen abzuholen und anschließend die Räder einzuchecken. Es wurden drei Wettbewerbe angeboten: Cross der Asse über 5KM Laufen, 25 KM MTB und 5KM Laufen, Volksduathlon über 2,5KM, Laufen 12,5KM, MTB und 5KM Laufen und das gleiche auch als Staffel.
Als Vorbereitung für den Ironman in Roth waren auch zwei Triathleten vom TRI-Team der TG Konz am start. Andreas Mangrich und Uwe Lellinger nahmen das Angebot an, hier ihre Ausdauer zu testen. Es kann vorweg genommen werden: Ausdauertest mit Bravour bestanden!
Bei Kaiserwetter und kühlen Temperaturen von 10 Grad starteten beide beim Cross der Asse .Zuerst mussten zwei Laufrunden durch das falsche Biewertal mit zwei giftigen Treppenanstiegen zum Wildgehege über 5KM absolviert werden. Anschließend ging es in die Wechselzone zum Mountainbike, um damit vier Radrunden von 25 KM mit insgesamt 800 Höhenmetern abzustrampeln. Der Radparcours forderte dabei alles ab.
Vom Waldstadion geht es sofort bergan am Wildschweingehege vorbei auf den Kockelsberg zum Schusterskreuz. Von dort in rasanter Abfahrt mit zwischenzeitigen Steigungen hinab ins falsche Biewertal.
Die letzte Steigung geht am Wildgehege vorbei und man kommt wieder ins Waldstadion. Unterwegs viele Zuschauer und Helfer,die unermüdlich klatschten und mit den Vornamen die Teilnehmer anfeuerten. Gott sei Dank stand Andreas Freundin Silvia an der Strecke, denn Uwe hatte seine Radflasche vergessen. So wurde er in jeder Radrunde von Silvia mit Wasser versorgt. Sie stand an unterschiedlichen Stellen und reichte ihm jeweils ihre Flasche. (Danke nochmals an dieser Stelle!) Durch das kühle und trockene Wetter der vorangegangenen Tage präsentierte sich die Radstrecke in einem

fenster-innenausbau
riehm+sohn
schreinerei

Historische Holzsprossenfenster

Moderne und historische Türen
für Innen und Außen

Moderne Holz- und
Kunststoff-Fenster

Gesamter Innenausbau:
Wand- und Deckenvertäfelung
Möbel und Einbauschränke

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

ELEKTRO Spanier GMBH
Inh. Mario Reduch

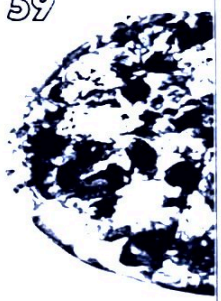
Planung und Ausführung von:

Elektroinstallation
○ Elektrohandel
EDV-Datennetztechnik
○ Sprechanlagen
○ Beleuchtungstechnik
○ Elektro-Nacht-
speicherheizung
○ Photovoltaik-Anlagen

Karthäuser Straße 81
54329 KONZ
Tel. 0 65 01 / 2845
Fax 0 65 01 / 5936

ANADOLU GRILL
Pizza & Kebap Haus
Tel: 06501 - 60 01 59
Granastr 52

NEU! NEU! NEU!
Heimservice
Ab 15 € (ohne Getränke)
frei Haus im Zentrum
Unter 15 €
+ 1,50 € Fahrtkosten im Zentrum
Im Umland
immer 1,50 € Fahrtkosten
Mindestbestellwert 12,- €
Lieferzeiten
Sonntag bis Donnerstag 17.00 - 23.00 Uhr
Freitag und Samstag 17.00 - 24.00 Uhr



Öffnungszeiten:
Montag bis Donnerstag 11.00 - 24.00 Uhr
Freitag und Samstag 11.00 - 01.00 Uhr
Sonntag 12.00 - 24.00 Uhr

KÜS
Prüfstelle
Konz

• Hauptuntersuchung
• Abgasuntersuchung
• Änderungsabnahmen
09.00 - 12.00
und
15.00 - 18.00
Sa. von 15.00 - 16.00

• Arbeitssicherheit
• Tachoprüfung
• Prüfung von Gasanlagen
• Schaden u. Wertgutachten

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

Abteilungsleiter: Uwe Lellinger
Tel. 0 65 01 / 46 12
triathlon@tgkonz.de

Triathlon



guten Zustand. Nach den vier Radrunden ging es wieder in die Wechselzone, um anschließend den Laufparcours über nochmals 5KM abzuspulen. Hierbei waren die zwei Treppenanstiege nach dem Radfahren besonderst hart. Mit viel Applaus von Zuschauern und Helfern kamen Andreas und Uwe ins Ziel. Andreas überquerte die Ziellinie als 42. mit einer Zeit von 1:59:32 (20.TM30) Uwe erreichte als 57 in der Zeit von 2:13:55 (1TM60) das Ziel. Im übrigen war Uwe auch mit der Startnummer 57 gestartet. Gewonnen hat den Cross der Asse Benjamin Rossmann von der RSG Montabaur in der Zeit von 1:28:36.

Jetzt kann es am Wochenende ins Trainingslager nach Lanzarote gehen. Guido Becker ist noch dabei. Uwe Warnatz der eigentlich auch mitfliegen wollte, weilt leider zur Zeit aus beruflichen Gründen in Japan.

Aber er hat fest versprochen, neben der Arbeit zu trainieren, um am 13.07.2008 in Roth an der Startlinie zu stehen, um mit mir den Ironman gemeinsam zu bewältigen.

Uwe Lellinger

TG KONZ

Abteilungsleiter: Christoph Hänold
Tel. 0651/4633615
Torsten Heinz
Tel. 0561/463730
volleyball@tgkonz.de

Die Abteilung gratuliert...

...dem 51 cm großen und 3830 g schweren neuen Erdenbürger! Die kleine **Anna Marie** kam am **28.02.2008** um **11:10 Uhr** in **Trier** auf die Welt und ist wohlauf. Aufgrund der außerordentlichen Aktualität dieser Nachricht, können wir leider noch kein Bild der Kleinen zeigen, holen dies aber auf alle Fälle in der nächsten Ausgabe nach.
Wir gratulieren ganz herzlich den überglücklichen Eltern, **Tina und Torsten Harig**.
Torsten Heinz



Der Vorstand und das gesamte TG Team schließen sich den Glückwünschen an und wünschen der kleinen
Anna-Marie alles Gute für ihren Lebensweg und den Eltern viel Freude mit ihrem Kind.

Neue Jugendgruppe gefällig...?

Durch Umstrukturierungen in unseren Trainingszeiten, können wir mit Stolz mitteilen, allen interessierten Volleyball-Lernern eine zusätzliche Bambini-Einheit anzubieten. Alle weiteren Infos hier



Torsten Heinz

Mit Vollgas in die Oberliga...!?

In unserem letzten Bericht vor der Jahreswende erfuhren wir, dass der Start der TG Konz Herrenmannschaft in der Landesliga Rheinland doch noch recht stockend verlief. Nachdem der erste Sand aus dem Getriebe entfernt war, ging die wilde Fahrt doch erst so richtig los. Ob am Ende das angepeilte Ziel, der Aufstieg in die Oberliga Südwest, dabei heraussprang? ...aber bitte, lest hier doch weiter:

TPSV Enkenbach-TG Konz 3:0
Oje, das war gar nix...gelinde gesagt, in keiner Phase des Spiels waren wir in der Lage zu dominieren. Das starke Angriffsspiel der Enkenbacher ließ nie nach und so waren alle guten Vorsätze in Kürze dahin. Vergessen das letztjährige Gastspiel an gleicher Stelle, als wir nach großem Kampf und hart umkämpften Sätzen mit 3:2 triumphieren konnten. Kuriose Anekdote am Rande: der letzte Satz (Tie-Break) endete mit 30:28 zu unseren Gunsten, obwohl ein Tie-Break regulär nach 15 gewonnenen Punkten endet, da es kein Team schaffte einen zwei Punkte Vorsprung zu erspielen. Mit nun drei verlorenen Spielen und somit 6 Gegenpunkten, wagte es nun kaum einer, noch von der Oberliga zu träumen. Nun musste von Spiel zu Spiel geschaut werden...

TG Konz-TV Hochstetten 3:2
TG Konz-SC Ransbach-Baumbach 3:0
Das abschließende Heimspiel vor der Weihnachtspause begann zäh. Der Aufsteiger aus Hochstetten, in der Nähe von Kirn gelegen, begann äußerst nervös und zerfahren, so dass schnell ein unspektakulärer 2:0 Satzvorsprung erspielt werden konnte. Nach einem Punktevorsprung von 18:14 im dritten Satz, sieben Punkte vor einem erfolgreichen Spielgewinn, wurde von unserer Seite das Volleyballspielen fast gänzlich eingestellt. Die Ner-

Abteilungsleiter: Christoph Hänold
Tel. 0651/4633615
Torsten Heinz
Tel. 0561/463730
volleyball@tgkonz.de

vosität wechselte die Seiten und wir verloren mal ratz-fatz die Sätze 3 und 4. Erst nachdem wir im Tie-Break 1:5 zurücklagen, brach die Aggressivität aus uns heraus, die nötig ist, um ein solches Spiel noch zu biegen. Wir machten zehn (!) Punkte in Folge und schnappten uns schließlich noch Satz und Spiel mit 15:8.
Anschließend ging es gegen den ehemaligen Zweitligisten aus dem Westerwald, den SC Ransbach-Baumbach. Noch mit der Euphorie aus dem vorangegangenen Spiel infiziert, wurde dieses Spiel recht schnell und deutlich 3:0 gewonnen. Besondere Vorkommnisse gab's hier nicht, dafür war der Kräfteunterschied an diesem Tage zu groß. Lustig und gesellig ging's dann anschließend noch auf unserer Weihnachtsfeier im TG Sportpark zu, zu deren Erscheinen ich allen Anwesenden an dieser Stelle noch mal recht herzlich danken möchte! Dieses Jahr gibt's bestimmt ne Wiederholung...

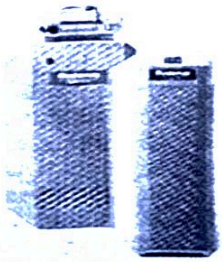
Zeitlose Elegance
in Keramik mit Holz



FISCH
BADAMBIENTE
SANITÄRE ANLAGEN
HEIZUNG • LÜFTUNG

Besuchen Sie unsere
Badausstellung
in Konz
Saarstraße 4
Tel. 0 65 01/60 44 38

Öffnungszeiten:
montags bis freitags 10 bis 12 Uhr
und 14 bis 18 Uhr
samstags 9 bis 14 Uhr



Heizkostenersparnis
durch moderne
Technik

WOLFGANG FISCH • Karthäuser Straße 119
54329 Konz • Telefon 06501/2398

TG Konz-VBC Ediger 3:1
TG Konz-TPSV Enkenbach 3:1
Direkt mit einem Heimspiel in die Rückrunde, so ist's richtig. Die noch müden Knochen nach Jahresbeginn nicht gleich durch die Gegend transportieren, sondern die Anderen mal kommen lassen. Den Auftakt sollten unsere Freunde aus Ediger machen, die uns im Hinspiel in ihrem „Hexenkessel" zumindest zu Beginn einiges abverlangten. Im Rückspiel zeigte sich nun das andere Gesicht des VBC Ediger: zuhause hui, auswärts pfui. Hier konnte man sehen, warum die Mannschaft bis zuletzt Probleme haben wird, die Liga zu halten. Recht kraftlos gaben sie die ersten beiden Sätze an uns ab, wonach wir es im dritten Satz versäumten den sprichwörtlichen Sack zuzumachen, dies dann allerdings prompt nachholten.
Das eigentliche Highlight sollte erst folgen, die Revanche gegen Enkenbach. Hier wurde wieder auf beiden Seiten Angriffsvolleyball vom Feinsten demonstriert, wobei die ersten beiden Sätze nach famoser Leistung an uns gingen. Der dritte Satz wurde im Anschluss knapp mit 25:27 verloren und auch im vierten Satz lagen wir bereits 20:23 hinten. Die Kräfte schienen uns langsam zu verlassen, als sich unser Block noch mal ein Herz fasste und den Satz letztlich mit 25:23 nach Hause brachte. Dieser Sieg setzte zum ersten Mal in der Saison richtig Emotionen frei und der Glaube an einen Aufstieg in die Oberliga flammte wieder ein wenig auf.

SC Ransbach-Baumbach-TG Konz 0:3
Das Auswärtsspiel im Westerwald zeichnete doch etliche Parallelen zum Heimspiel. Das Spiel wurde kompromisslos und ohne bedeutende Eigenfehler gewonnen. Mehr gibt's hierzu eigentlich nicht zu sagen...wieder zwei Punkte mehr auf dem Konto.

TV Hochstetten-TG Konz 2:3
Sonntags morgens so gegen halb zehn durch den Hochwald nach Kirn zu kutschieren ist etwas, was man nicht unbedingt den Lesern näher bringen muss. Deswegen sei hier an dieser Stelle auch der Mantel des Schweigens darüber gelegt. Obwohl die Mannschaft aus Hochstetten als Drittletzter der Tabelle gegen den Abstieg kämpfte, stellten sie uns wieder ernsthaft vor Probleme. In einem von unserer Seite aus sehr fahrig geführten Spiel, lagen wir in nahezu jedem Satz mit jeweils 5-8 Punkten hinten. Immerhin konnten wir uns irgendwie in den Tie-Break kämpfen, wo wir auch wieder den Beginn verpennten und 0:3 hinten lagen. Erst nach insgesamt zwei Stunden fingen wir in diesem Spiel an, den Gegner zu dominieren, was uns dann letztendlich den Tie-Break und somit das Spiel einbrachte.
Ein in der Nachbetrachtung merkwürdiges Spiel, in dem wir es uns „erlauben" konnten, zeitweise so schwach zu spielen, dass der Gegner in jedem Satz mit einer Handvoll Punkte in Führung gehen konnte um dann zu guter Letzt doch das Spiel abzugeben. Na ja, vielleicht sind wir ja mittlerweile eine richtige „Spitzenmannschaft"...was ja auch mittlerweile beim Blick auf die Tabelle erkennbar wurde. Dort setzten wir uns auf Platz zwei fest und die Verfolger auf den anschließenden Plätzen sollten am kommenden Wochenende zu Gast in der Nikolaushalle sein.

TG Konz-VSC Guldental 3:1
TG Konz-TuS Gensingen 3:2
Das Fest war angerichtet, der Tisch gedeckt...zu Beginn dieses „Festpieltages" wurde der VSC Guldental empfangen, welche uns am ersten Spieltag eine empfindliche 1:3 Niederlage beibrachte. Diesmal sollte es anders herum laufen: nach leicht nervösem Beginn wurde unsere Mannschaft immer sicherer und schnappte sich schließlich recht deutlich die ersten beiden Sätze. Phasenweise wurde der Gegner sprichwörtlich an die Wand gespielt, das war Volleyball, der auch in der Oberliga nicht auf verlorenem Posten stehen würde. Nach einem kurzen „Luftholen" im dritten Satz (wir neigen ja dazu nach zwei gewonnenen Sätzen, im dritten ein wenig zu unterkühlen...), wurde der vierte wiederum souverän gewonnen.

(Fortsetzung auf Seite 36)

Volleyball

Abteilungsleiter: Christoph Hänold
Tel. 0651/4633615
Torsten Heinz
Tel. 0561/463730
volleyball@tgkonz.de

Immer im Hinterkopf, zwei extrem kraftzehrende Spiele zu haben, versuchten wir die Euphorie über das gewonnene erste Spiel, mit in das zweite zu transportieren...das gelang anfangs überhaupt nicht! Gensingen trat extrem aggressiv und laut in fremder Halle auf, was unsere Jungs doch zu irritieren schien. Zeitweise waren zwei Personen der Gastmannschaft lauter als unsere gesamte Mannschaft samt Publikum. In den ersten beiden Sätzen klappte bei uns annähernd überhaupt nichts: keine Annahme, schwacher Angriff und ein löchriger Block führten zu ratlosen Gesichtern auf dem und abseits des Feldes. Die Ergebnisse sprachen eine deutliche Sprache: 15:25, 14:25. Da kann man schon von Welten sprechen...und das, obwohl wir uns auf dem Weg zum Aufstieg keine weitere Niederlage erlauben dürfen.
Wir beschlossen, mit neuem Annahmespieler in den dritten Satz zu gehen und siehe da, plötzlich lief es! Angetrieben von einer gehörigen Portion Wut im Bauch nahmen wir den Kampf an, zeigten plötzlich voran vermisste Aggressivität und holten uns den Satz 25:20. Auch im vierten Satz verblasste die Gegenwehr der Gastmannschaft und wir konnten unseren Vorsprung zwischenzeitlich auf sechs Punkte ausbauen. Insgesamt ging auch dieser Satz mit 25:20 an uns. Das Spiel war nach mittlerweile dramatischem Kampf wieder ausgeglichen... Der Tie-Break begann, wie schon so oft in dieser Saison, schlafmützig – 1:6 aus unserer Sicht nach sieben gespielten Bällen. Und das bei einer erfahrenen Mannschaft wie Gensingen, die sich normalerweise nicht aus der Ruhe bringen lässt. Mit dem Wissen um die letzte Chance wurde Punkt für Punkt zurück erobert, bis es beim Spielstand von 10:10 zum ersten Mal ausgeglichen war. Ein anschließender Aufschlag auf die Netzkante, der glücklicherweise auf der Seite der Gastmannschaft, unerreichbar für die Annahmespieler, herunter fiel, kippte endgültig die Waage. Konsterniert ließ die Gastmannschaft die letzten Punkte liegen und nach dem finalen Punkt zum 15:11 kannte der Jubel in der Halle keine Grenzen mehr.

Als wir dann noch erfuhren, dass der bis dato führende Spitzenreiter aus Sinzig in eigener Halle verloren hatte, schmeckte das „Siegerbier" gleich viel besser. Nun haben wir es selbst in der Hand, bei einem Sieg in Sinzig kommendes Wochenende den Aufstieg in die Oberliga klar zu machen. Das Spiel wird nicht einfach, aber eine solche historische Chance, noch nie wurde Oberliga-Volleyball in Konz gespielt, wollen wir uns auf keinen Fall nehmen lassen.

Leider muss der letzte Teil unseres Saison-Reports auf das nächste Heft verschoben werden, auch wenn bei Erscheinen dieser Ausgabe es bereits feststeht, wohin die Reise nächste Saison geht.

Torsten Heinz

Hier noch mal zur Veranschaulichung die momentane Tabelle, bei noch zwei für uns ausstehenden Spielen:

Landesliga Rheinland-Pfalz Männer

#	Team	Punkte	Satzp.	Ballp.
1	TG Konz	22 : 6	36 : 20	1272 : 1146
2	LAF Sinzig	20 : 6	35 : 16	1196 : 1054
3	TuS Gensingen	20 : 8	35 : 24	1292 : 1220
4	VSC Guldental	20 : 10	36 : 26	1363 : 1330
5	TPSV Enkenbach	14 : 16	27 : 30	1285 : 1258
6	SG Lerchenberg/Bretzenheim	12 : 16	24 : 30	1206 : 1160
7	TV Hochstetten	10 : 18	26 : 30	1226 : 1283
8	SC Ransbach-Baumbach	8 : 20	17 : 36	1008 : 1246
9	VBC Ediger	2 : 28	18 : 42	1220 : 1416

Walking

Abteilungsleiter: Mario Erschens
54329 Konz
walking@tgkonz.de

Übungsstunden der Abteilung Walking

Treffpunkt Parkplatz Konz Stadion

Montag:	9.00- 10.00 Uhr
Dienstag:	19.00- 20.00 Uhr
Donnerstag:	9.00- 10.00 Uhr
	19.00- 20.00 Uhr ab Donnerstag, den 10. April 2008
Mittwoch	19.00- 20.00 Uhr Skigymnastik in der Gymnasiumhalle

Ab Mai 2008 1x monatlich samstags 10.00- 12.00 Uhr Abnahme des DOSB.
Bitte telefonische Voranmeldung bei der Geschäftsstelle der TG Konz 06501-946680 oder bei Mario Erschens 06501-6014460

Brot
für die Welt
Postbank Köln 500 500-500

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

LIERAC
PARIS



NEU: jetzt mittwochs ganztags geöffnet!

Stern-Apotheke
Kerstin Iversen
Bahnhofstraße 32
54329 Konz
Tel.: 0 65 01 - 23 23
Fax: 0 65 01 - 62 10

Karthäuser Apotheke
Kerstin Iversen
Karthäuser Str. 74
54329 Konz
Tel.: 0 65 01 - 92 98-0
Fax: 0 65 01 - 92 98-40

SAMOK-BAU

Wohnungsunternehmen Diwo GmbH & Co KG
54329 KONZ • Schillerarkaden 7

Telefon: 06501 / 94660 • Telefax 06501 / 946649
Internet: www.Samok-Bau.de
e-mail: Info@Samok-Bau.de

Wir vermieten in guten Wohnlagen besonders ausgestattete Mietwohnungen sowohl im frei- als auch im öffentlich geförderten Wohnungsbau.
Zur Zeit erstellen wir frei finanzierte Wohnungen in Konz, Wiltingerstraße 29.
Fragen Sie unsere Sachbearbeiter nach unserem reichhaltigen Angebot.
Wir sind montags und donnerstags bis 19.00 Uhr für Sie da.

Wolter's DISCOUNT Tankstellen

Ihre freundlichen und preiswerten Tankstellen!
2 x in Wasserbillig, 2 x in Remich, Total -Tankstellen
Kreuzung Rtg. Bad Mondorf



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 (Warmbadetag)	6.00 - 10.00 u. 14.00 - 21.00 Uhr
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 - 13.00 Uhr
Sonn- u. Feiertage	8.00 - 13.00 Uhr

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

...wir spielen mit!

Sportbekleidung • Sportschuhe

Schuhe + Sport

HOLBACH

Wiltinger Str. 26-30 • 54329 Konz