33. Jahrgang

Heft 4 /Dezember 2015

TG Konz Aktuell

TG-Vereinzeitung

Ballett
Basketball
Bogensport
Breitensport
Gesundheitssport
Gesundheitslaufen
Handball
Judo
Karate
Kurse
Lauftreff
Leichtathletik
Rehasport
Schwimmen
Skigymnastik
Sportstudio
Tae Kwon Do
Tanzsport
Tischtennis
Triathlon
Turnen
Volleyball
Walking



TURNEN
Gymmotion 2015 - wir waren dabei Seite 40

LAUFTREFF: Der 40. Wurzelweglauf ist Geschichte Seiten 19-25
1. Zumba® -Benefiz-Marathon bei der TG Seiten 10-11



RÖMERSTROM

Wasserkraft? Römisch – seit 2000 Jahren.
RÖMERSTROM? SWT – von Anfang an.

Die Römer bauten bereits Staudämme, um die Wasserkraft für Sägemühlen zu nutzen. Heute sind Sie am Zug. Keine Angst! Einen Staudamm müssen Sie nicht erst bauen. Wasserkraft nutzen Sie einfach per Steckdose – mit einem Wechsel zu RÖMERSTROM.

RÖMERSTROM – natürlich von den Stadtwerken Trier.

SWT

Ralf Faßbender
IMMOBILIENSERVICE

Möchten Sie Ihr Haus oder Ihre Wohnung in Trier, Konz oder im Umkreis 30 km verkaufen?

Bei Beauftragung bis 30.04.2016 für Verkäufer kostenlos, unabhängig wann der Verkauf erfolgt.

Vertrauen Sie auf über 18 Jahre Erfahrung.

Telefon 0651 - 39902 Mobil 0171 - 4911511

www.fassbender-immobilien.de
Saarstraße 54 • 54290 Trier

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

- *Individuelle Planung*
- *Innenausbau*
- *Treppenbau*
- *Parkettverlegung*
- *Parkettrenovierung*
- *Türen*
- *Service*

KONFORM
PLANUNG UND GESTALTUNG MIT HOLZ
BERND KNÖTGEN · STEINBERGERSTR. 13
54329 KONZ - FILZEN · TEL 06501/99136



Inhalt

Inhalt ..... **Seite**
VORSTAND / GESCHÄFTSSTELLE / DIE TG

Vorstand der TG Konz / Impressum 2
Vorwort von Hans-Joachim Schalm und Petra Kewes 2-3
Tschüss - Abschied Helga • Vorstellung Iris Molter-Abel 3
Personelles: Verabschiedung Helga, Karl-Josef und Anke •
Neuer Hauswart Herbert Fischer • Wir gratulieren • Dank zum Jahresende 4
Öffnungszeiten TG Sportpark • Veranstaltungen in der TG Halle •
Mitgliederbestand • TG Aktuell jetzt online •
Noch kein Geschenk für Weihnachten? 5
Top-Bewertung für die TG 6

KURSE
Ich nehme ab 7
Ypoga in der TG Ko0nz: Seit 1999 üben wir gemeinsam 8

TG VERANSTALTUNGEN
Erste Hilfe Kurs bei der TG 9
1. Zumba® - Benefizmarathon der TG Konz 10-11
Internationaler Adventsbasar in der TG Halle 12

BOGENSPORT
Internationales Hallenturnier in Konz 12-13

BREITENSPORT Herren
Humulus Lupulus Sigillatus Bedensis 14-15

BREITENSPORT Damen
Auf den Spuren der Dichter und Denker 16

LAUFTREFF
Marathondebüt in Frankfurt, wie es besser nicht hätte sein können 16-18
Der 40. Internationale Wurzelweglauf ist Geschichte 19-25
Wurzelweglauf 2015: Mein härtester Wettkamf 26-27
Entspannter Kreislauf 28

LEICHTATHLETIK
Abschied Stefan 29
Bezirksmeisterschaften Mehrkampf 2015 Jugend in Konz •
Bezirksmeisterschaften Mehrkampf 2015 -Ergebnisse •
LA-Wettkampf seit Jahren wieder im eigenen Stadion 30
Talentiade 2015>>>2016 LVR •
Springer und Mehrkämpfer in der Deutschen Bestenliste 31
Saison-Abschluss der TG Mehrkämpfer in Betzdorf •
2015 waren die Werfer der LA und Rasenkraftsportabteilung
wieder erfolgreich 32
Beste Sprinterin der TG Konz auf Platz 1 der Deutschen Bestenliste •
Talentförderung 2016 LA-Verband • Resümée 33
12 Athleten der TG Konz erringen in Gladbach sechs 1. Plätze 34

SCHWIMMEN
Disch, Warnatz, Lok und Moersch machten es klar, vierter Pokalgewinn in Folge • Konzer
Doppelsieg bei Vielseitigkeits-Veranstaltung im Westerwald 34

TISCHTENNIS
Tischtennis-Regionsmeisterschaftften am 7. und 8.11. in Konz 35-38

TRIATHLON
Immer erreichbar - ständig auf Empfang 38
Geschaft, glücklich und zufrieden 39

TURNEN
Gymmotion 2015 - Wir waren dabei! • Mannschaftsmeisterschaft
des Turnverbandes Mittelrhein in Hermeskeil 40
Gaupokal Mannschaft 41-42

VOLLEYBALL
Damen I - Hugo Hey 42
Damen II - eine neue Liga ist wie ein neues Leben •
Damen 4 - ein Team stellt sich vor 43

WALKING
15 Jahre Nordic-Walking 44

MITTELTEIL: Trainingssplan

Liebe TG-Mitglieder,





Der Jahreswechsel hat es für die TG diesmal in sich. Denn mit ihm findet im hauptamtlichen Personalkörper gleichfalls ein bedeutender Wechsel statt.

Helga Reinsbach, unsere langjährige Geschäftsstellenleiterin, ist mit Ablauf des Novembers in den nachberuflichen Lebensabschnitt eingetreten. Ihr merkt, hier wird ein bestimmter Begriff, der zu Helga gar nicht passen würde, geflissentlich gemieden. Aber können wir sie so einfach ziehen lassen? Nein! Zumindest nicht ohne ein paar Worte der Wertschätzung zu diesem Wechsel.
Es gibt gewiss kein Mitglied des Vereins, das Helga nicht kennt. Denn egal, um was es geht, sie war die richtige Ansprechpartnerin. Wer sie nicht bereits beim ersten Vereinskontakt am Telefon hatte, ist irgendwann in unserer Geschäftsstelle gelandet. Dort traf man Helga, immer nett und gut gelaunt. Wer auch kam, ob mit kleinen Problemen des Vereinsalltags oder mit größeren Anliegen, hat bei Helga immer ein offenes Ohr gefunden. Selbst bei privaten Sorgen wandte man sich gelegentlich an sie.
Als Problem- und Konfliktmanagerin hat sie, bemüht um Objektivität, ausgleichend und vermittelnd gewirkt.
In den organisatorischen Angelegenheiten war sie es, die wie ein Fels in der Brandung stand, egal wie viel Wind durch die Geschäftsstelle wehte. Helga behielt immer den Überblick und achtete darauf, dass der Laden lief.
Souverän in der Bewältigung des vielfältigen Aufgabengebiets hatte sie aber auch immer im Auge, was um sie herum passierte.
Über 22 Jahre war Helga Reinsbach die Seele der TG Konz.
Nun hat sie den entscheidenden Antrag gestellt und wir lassen Sie mit zwiespältigen Gefühlen ziehen. Zum einen wird sie uns fehlen, denn wir wissen, was wir an ihr verlieren. Zum anderen gönnen wir ihr herzlich den Eintritt in einen langen Lebensabschnitt, in dem sie ihre Zeit frei nach eigenem Belieben gestalten kann. Der Vorstand wünscht Helga hierfür viele Jahre in guter Gesundheit gemeinsam mit ihrer Familie.
In Abwandlung, liebe Helga: „Carpe tempum!“

Wenn eine Mitarbeiterin nach soundso viel Jahren geht, entsteht immer erst einmal eine Lücke, die es wieder zu schließen gilt. So hat jetzt **Kathrin Fusenig** die Leitungsfunktion inne und als neue Verwaltungskraft wird **Iris Molter-Abel** in diesen Aufgabenbereich mit hineinwachsen.

Auch **Karl-Josef Weishaupt**, der sich als Hausmeister etliche Jahre rührig um unseren Sportpark innen wie außen gekümmert hat, zieht sich ganz in das Privatleben zurück. Es passt, dies an dieser Stelle mit einzubeziehen, denn Helga und Karl-Josef waren auch in diesem Aufgabenfeld, jeder für seinen Part, ein eingespieltes Duo. Die Hausmeistertätigkeit war schon eine nachberufliche Beschäftigung und wir gönnen es Karl-Josef von ganzem Herzen, dass er sich jetzt voll und ganz um seine Familie kümmern kann, was auch sein Wunsch ist.
Als er seinerzeit zu uns kam, waren wir sehr froh. Er war uns aus früheren erfolgreichen Ehrenamtsfunktionen im Sportbereich bestens bekannt. Pflichtbewusst und selbständig hielt er unseren Sportpark in Ordnung und hatte dazu einen hilfreichen guten Draht zu den hauptamtlichen Kollegen des Schulzentrums. Er kümmerte sich auch um Ver- und Entsorgungen, die vielerlei Kleinigkeiten gar nicht erwähnt, und hat bei Veranstaltungen stets hilfreich mit angepackt.
Lieber Karl-Josef, wir wünschen dir noch viele ersprießliche Jahre im Kreise deiner Familie.

Glücklicherweise ist es uns wiederum gelungen, für die Hausmeisterfunktion eine adäquate Nachfolge zu finden.
Herbert Fischer, der einigen unter uns nicht nur als Sportkamerad, sondern auch von seinen Allround- Fähigkeiten her bekannt ist, soll seine Tätigkeit unmittelbar anschließend aufnehmen.

Für den Geschäftsstellenbereich der TG beginnt eine neue Ära, die - dessen sind wir gewiss - recht

Vorstand

Geschäftsführender Vorstand

Vorsitzender:
Hans-Joachim Schalm
Trevererstr. 1b, 54295 Trier
Tel. priv.: 0651/9963830,
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
Lasinskystr. 17, 54296 Trier
Tel. priv.: 0651/4357665
Mail: petra.kewes@tgkonz.de

Gisela Brech
Gottlieb-Daimler-Str. 8
54329 Konz
giselabrech@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:

Beisitzerin:
Elvira Philippi
Sebastianusstr. 6, 54329 Konz
(06501) 5313
Mail: elvira.philippi@tgkonz.de

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

Datenschutzbeauftragter:
Pascal Glass
Tel.: 06501/999321
Mail: datenschutz@tgkonz.de

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 1, 54329 Konz
Redaktion:
Vorstand und Abteilungsleiter
Anzeigenverwaltung:
Schommer
Granastr. 96, 54329 Konz
Layout: Patricia Remlinger
Druck: Schneider und Alt
Auflage und Erscheinungsweise:
2200 Exemplare/vierteljährlich

Der Bezugspreis ist mit dem Mitgliedsbeitrag abgegolten.

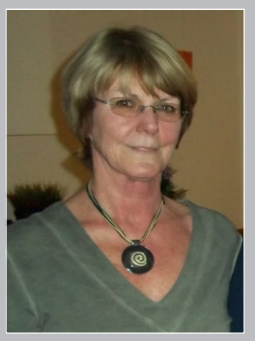
COLLI-TEC
IT-Technik aus Ihrer Region
Auerswald KYOCERA terra Qualität aus Deutschland OKI PRINTING SOLUTIONS
54292 Trier * Paulinstraße 53 * Tel.: +49 (651) 99 50 360 * info@colli-tec.de

bald zu einer eingespielten Mannschaft wie bisher zum Wohle der TG zusammenfinden wird.
Freuen wir uns auf eine konstruktive Zusammenarbeit in einem guten kollegialen Klima und mit dem richtigen Maß an Empathie für eure Belange, liebe Sportkameradinnen und Sportkameraden.
Von eurer Seite wünschen wir uns, dass ihr dem neuen Team freundlich gesonnen sein möget.
So, liebe Mitglieder, mit dieser Darlegung zu gewichtigen Veränderungen möchten wir es bezüglich Rückschau und Aussicht zum Jahreswechsel heuer bewenden lassen.

• Der Vorstand dankt euch allen für die vielfältigen Aktivitäten im und für den Verein. Neben dem allgemeinen Trainingsbetrieb können wir auf ein sportliches Jahr zurückblicken, in dem vielseitige Veranstaltungen stattfanden. Stellvertretend für alle verdienen es hier die letzten Großereignisse, noch herausgehoben zu werden. Das ist der 40. Wurzelweglauf, ein großartiger Jubiläumswettkampf, den das Organisationsteam des Lauftreffs mit einem außergewöhnlichen Einsatz als auf die Beine gestellt hat. Am selben Tag wurde ein regionales Turnier von der Spielgemeinschaft Tischtennisfreunde Konz mit beachtlicher organisatorischer Leistung ausgetragen. Und einige Wochen zuvor fand auf Bezirksebene ein von unserer Leichtathletik-Abteilung perfekt ausgerichteter Jugendwettkampf statt. Für dieses außerordentliche Engagement gebührt allen Beteiligten hohe Anerkennung und großer Dank.
Unseren Gönnern danken wir für die hilfreichen Unterstützungen finanzieller sowie ideeller Art und unseren hauptamtlichen Kolleginnen und Kollegen für die konstruktive und engagierte Zusammenarbeit untereinander sowie mit dem Vorstand.
Wir wünschen euch allen ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes Jahr 2016.

Für den Gesamtvorstand
Petra Kewes, H.-Joachim Schalm

Tschüss!



Nach 45-jähriger Berufstätigkeit, davon 22 Jahre als Geschäftsstellenleiterin der TG, ist nun die Zeit des Abschieds gekommen. Ab dem 1.12.2015 bin ich „Rentnerin".
Ich gehe natürlich nicht, ohne mich zu bedanken bei Euch, liebe Mitglieder, den Übungs- und Abteilungsleitern, meinen Kolleginnen und Kollegen, dem Vorstand sowie allen, die auch im Hintergrund mit mir zusammen gearbeitet haben.
Die Arbeit in der Geschäftsstelle mit den immer wieder neuen Herausforderungen hat mir riesig Spaß gemacht, egal, wie stressig es manchmal auch war. Dazu beigetragen hat natürlich auch das tolle Team und unser gutes Verhältnis untereinander.
Nun wartet ein „neues Leben" auf mich, dem ich mit Spannung entgegen sehe.
Der TG bleibe ich natürlich weiterhin verbunden, werde zumindest versuchen, regelmäßig das große Sportangebot zu besuchen.
Meiner Nachfolgerin Kaddy Fusenig und der neuen Mitarbeiterin Iris Molter-Abel wünsche ich einen guten Start ins neue Aufgabengebiet. und dem ganzen Team weiterhin einen guten Zusammenhalt.
Für meine für mich sehr schöne Verabschiedungsfeier bedanke ich mich extra gerne. Über die liebevoll zusammengestellten Abschiedsgeschenke des Vorstands sowie der Kollegen, Kolleginnen und allen, die daran beteiligt waren, habe ich mich riesig gefreut.
Ich werde euch alle sehr vermissen!

Helga Reinsbach

Hallo, Liebe TG`ler,



ab dem 01.Dezember 2015 werde ich als neue Mitarbeiterin in der Geschäftsstelle der TG Konz die Arbeit aufnehmen. Aus diesem Grund möchte ich mich gerne kurz vorstellen.
Mein Name ist Iris Molter-Abel, bin 43 Jahre alt, verheiratet, habe drei Kinder und lebe in Konz.
Als gelernte pharmazeutisch-kaufmännische Assistentin leitete ich einen großen Teil meiner Berufsjahre die Einkaufsabteilung einer neu gegründeten Versandapotheke in Ludwigshafen. Aus privaten Gründen kehrte ich 2011 wieder in meine Heimatstadt Trier zurück. In den letzten Jahren war ich in einer Steuerkanzlei und einer Apotheke beschäftigt.
Sport war mein stetiger Begleiter auf meinem bisherigen Lebensweg. So gehe ich in meiner Freizeit gerne Joggen und Skifahren.
Witzigerweise habe ich vor fast 20 Jahren, nämlich 1996, die Übungsleiterausbildung des Sportbundes Rheinland bei der TG in Konz absolviert und danach als Aerobic-Trainer Stunden in der Pfalz gegeben. So schließt sich der Kreis.
Der regelmäßige Besuch der Eintracht Trier zählt ebenso zu meinen Hobbys.
Auch wenn ich in Teilbereichen berufliches Neuland betrete, so freue ich mich doch sehr auf die neue Herausforderung, in diesem sympathischen Team zu arbeiten.

Mit sportlichen Grüßen
Iris Molter-Abel

Liebe Helga, lieber Karl-Josef,



nach vielen Jahren bester Zusammenarbeit, geht ihr beide in den wohl verdienten Ruhestand. Und mit euch geht ein Stück TG. Ihr wart immer hilfsbereit und hattet stets ein offenes Ohr für uns Arbeitskollegen und die Belange der Vereinsmitglieder. Und wenn ihr mir in Zukunft im Sportpark nicht mehr über den Weg laufen, weiß ich, dass es „anders" sein und „etwas" fehlen wird. Weiterhin bin ich mir ganz sicher, dass ich im Namen all eurer Arbeitskollegen sagen kann, dass wir euch vermissen werden. Aber wir halten euch als ganz liebe Kollegen in bester Erinnerung.
Wir wünschen euch beiden alles erdenklich Gute, Gesundheit und viel Spaß & Erholung beim Nichtstun ☺.
Falls euch einmal langweilig wird, seid ihr natürlich jederzeit herzlich willkommen und könnt uns bei einer Tasse Kaffee vom Nichtstun berichten und uns die Nase lang machen…

Christian & das TG Team



Liebe Anke,

auch Du wirst deine Funktion in der TG nach 22 Jahren ablegen. Seit 1993 bist du fester Bestandteil des Teams, damals als Trainerin und Hilfe der Verwaltung heute verantwortlich für die Studiokasse. Jetzt müssen wir dich gehen lassen, da auch du in den „Ruhestand" gehen möchtest. Wir danken Dir für deine Mitarbeit, für die gute Zusammenarbeit und deine lebhafte Art, die immer wieder Schwung in unser Büro gebracht hat. Lass dich zwischendurch mal blicken und besuche uns doch mal in den Sportstunden ☺

Alles Gute!!!
Das TG Team

Neuer Hauswart



Mein Name ist Herbert Fischer, ich bin 65 Jahre alt und war bis zu meinem Rentenbeginn als Elektrotechniker in einer Baumaschinenfabrik tätig.
Seit 33 Jahren bin ich bereits in der Volleyball Abteilung aktiv und freue mich darauf ab Januar die TG als Hauswart für den Sportpark unterstützen zu dürfen.

Gruß
Herbert Fischer

Wir gratulieren:

Andreas Hüfner zum 50. Geburtstag am 08.08.
Wolfgang Kugel, , zum 60. Am 01.10.2015
Alfons Berg zum 60. am 10.10.
Christian Ehrismann zum 60. am 13.10.
Herbert Fischer, unserem neuen Hausmeister, zum 65. am 17.10.
Sabine Marx, zum 70. am 19.10.
Dieter Schwarzenbart, zum 60. am 20.10.
Kerstin Nagel, zum 70. am 28.10.
Manfred Jochem, zum 60. am 04.11.
Jürgen Thurn, zum 65. am 04.11.
Annemarie Hein, zum 70. am 10.11.
Detlev Seidel, zum 70. am 11.11.
Elisabeth Hölzmer, zum 70. am 19.11.
Klara Glöckner, zum 65. am 20.11.
Brunhilde Formella, zum 75. am 28.12.
Beate Jochem, unserer lieben Kollegin in der Geschäftsstelle, zum 50. am 15.11.2015.

Unseren Geburtstagskindern Glückwünsche und alles Gute zum neuen Lebensjahr, auch denjenigen, die einer Veröffentlichung nicht zugestimmt haben.

Dank zum Jahresende

Natürlich möchten auch wir uns zum Jahresende beim Vorstand, den Abteilungs- und Übungsleitern, den ehrenamtlichen Mitarbeitern und Helfern im Hintergrund für die Unterstützung und gute Zusammenarbeit im Jahr 2015 bedanken. Auch den Mitgliedern und Sportlern wünschen wir für das Jahr 2016 viel Erfolg und vor allem Spaß!
Auch ein Dankeschön und ein dickes Lob an die vielen „Schriftsteller" und Fotografen , die jedes Quartal dafür sorgen, dass unser Heft lebhaft, informativ und spannend bleibt. Nicht zu vergessen einen Dank an die Anzeigenkunden, ohne die unsere Zeitung nicht erscheinen könnte.
Euch allen und euren Familien ein besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Jahr 2016.
Euer TG Team

Unseren Kunden, Freunden und Bekannten
ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes Neues Jahr.

- Alles was Sie für Ihre Gesundheit brauchen -
Jetzt im neuen Gesundheits- und Dienstleistungszentrum
an der „Blauen Säule“ Konz Mitte

Rats Apotheke
U. Grün e. K.

Fachapothekerin für Offizinpharmazie
Lessingstr. 3 - 54329 Konz • Tel.: 06501-3131 - Fax: 06501-2567
email: rats.apo.konz@t-online.de

- Fragen Sie uns; wir sind für Sie da! -
Mo, Di, Do, Fr 8-18.30, Mi 8.-17, Sa 9-13.

OptikAtelier
Ihr Optiker in Konz
an der „Blauen Säule“ | Granastr.72
Tel. : 06501 6084414
www.optikatelier.de

Vorstand / Die TG

Öffnungszeiten Sportpark

Wie in jedem Jahr bleibt das Sportstudio an Heilig Abend, dem 1. und 2. Weihnachtstag sowie an Silvester und Neujahr geschlossen. Die Geschäftsstelle ist in der Zeit vom 21.12.2015 bis einschließlich 03.01.2016 nur sporadisch besetzt.

Mitgliederbestand

zum 24.11.2015: 2061

Eintritte: 350
Austritte: 441

Veranstaltungen in der TG Halle:

Weiberdonnerstag, 04. Februar 2016, 14.11 Uhr, TG Halle.
Fastnachtsveranstaltung mit der Konzer Frauengemeinschaft St. Nikolaus.
Die Halle bleibt daher von Mittwoch, 03. Februar 2016 bis einschließlich Rosenmontag, 08. Februar 2016 geschlossen.
Freitag, 05. Februar 2016, TG Halle:
Fastnachtsveranstaltung des KCK.
Samstag, 09. April 2016, 20.00 Uhr, TG Halle.
Gemeinsames Konzert des Männergesangvereins und Musikverein Concordia.
Die Halle ist daher am Freitag, den 08. April und Samstag, den 09. April geschlossen.

Wir danken für Euer Verständnis.

TG Aktuell – unser Vereinsheft ist online!

Hallo TG’ler,

wie der Ein oder Andere von euch sicherlich schon bemerkt hat, ist es unser Vereinsheft (TG Aktuell – darin blätterst du gerade) mittlerweile auch auf unserer Homepage veröffentlicht! Also, wenn ihr das Heft mal nicht zur Hand habt, könnt ihr unter www.tgkonz.de Neuigkeiten, Berichte, die Trainingszeiten der Abteilungen oder sonstige Informationen nachlesen…
Viel Spaß!

Redaktionsschluss für Heft 1/2016 ist der 13. Februar 2016

Noch kein Geschenk für Weihnachten?

Verschenken Sie einen Gutschein für unsere Kurse oder eine Zehnerkarte für unser Fitness-Studio.

Sie erhalten den Gutschein in unserer Geschäftsstelle.



Top-Bewertung für die TG

Auf einer Jahresveranstaltung des Bildungswerks Sport im LSB Rheinland-Pfalz habe ich die vergleichende Bewertung für die TG ausgehändigt bekommen. Gerne gebe ich sie euch zur Kenntnis.
Das BWS unterstützt die Mitgliedsvereine bei der Planung und Durchführung von Sportkursen.
Die vorliegende Beurteilung weist aus, dass die TG Konz von dem Angebot besonders rege und erfolgreich Gebrauch gemacht hat.
Dies ist insbesondere euch Kursleiter/-innen und Teilnehmer, die ihr so fleißig und regelmäßig die Kurse bestreitet, zu verdanken. Dem Ansehen unseres Vereins wird dies gewiss förderlich sein.

Vielen Dank
für euren Einsatz.

J. Schalm

TG Konz 1885 e.V.

Stand: 17.11.2015

Vergleich 2014

Kennzahlen	Verein	Kreis*	RLP
Rang		1. von 20	10. von 411
Punkte/Verein	5.419	844,5	860,2
VA/Verein	53	8,6	9,3
TN/Verein	512	93,7	118,0
LE/Verein	1.060	164,2	161,2
EUR/Verein	1.431,00	221,67	217,60
SG/Verein	4	1,9	1,8
KL/Verein	19	3,8	3,4
TN/VA	9,7	10,9	12,6
LE/VA	20,0	19,1	17,3
EUR/VA	27,00	25,78	23,29

**Vergleich: Trier-Saarburg*

Beurteilung

Der Verein nimmt im Kreis Trier-Saarburg eine Spitzenposition ein. Innerhalb von Rheinland-Pfalz ist die Performance spitze.
Die Anzahl Veranstaltungen ist im Kreisvergleich überdurchschnittlich. Auf das gesamte Land bezogen ist die Anzahl Veranstaltungen überdurchschnittlich. Die Anzahl Teilnehmer ist im Kreisvergleich mit 512 Personen überdurchschnittlich. Im rheinland-pfälzischen Vergleich ist die Teilnehmerzahl überdurchschnittlich. Die Lerneinheiten sind im Kreisvergleich überdurchschnittlich. Im Vergleich zu anderen Vereinen in Rheinland-Pfalz ist die Anzahl überdurchschnittlich. Im Verhältnis zu den Vorjahren ist das Betrachtungsjahr überdurchschnittlich.

Empfehlung

Aktuell läuft alles bestens.

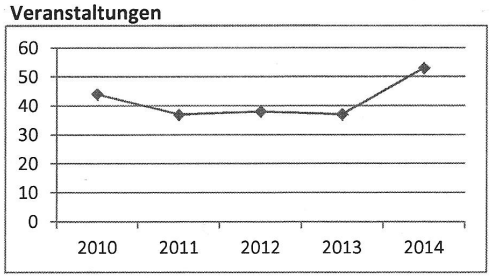
Gerne organisieren wir auch eine Kursleiterfortbildung direkt bei dir vor Ort.
Ein Tipp zum Schluss: Cäcilia Diller ist immer mit Rat, Tat und guten Ideen für dich da.

Ansprechpartner

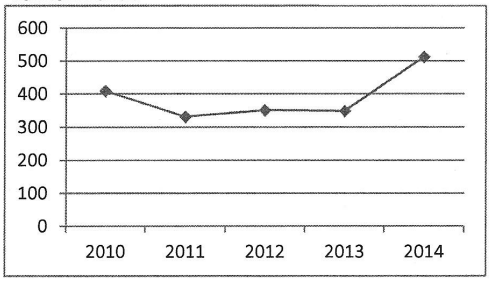
Cäcilia Diller
Telefon: +49 (0651) 14680-12
E-Mail: c.diller@bildungswerksport.de

Entwicklung

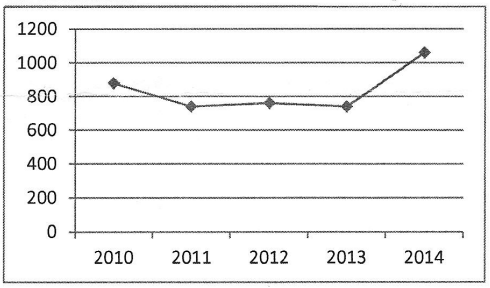
Veranstaltungen



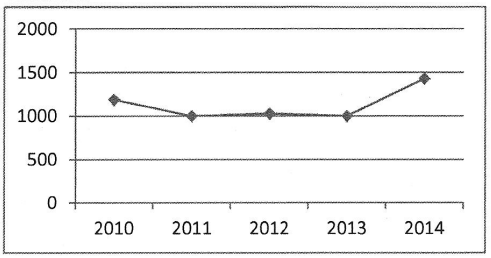
Teilnehmende



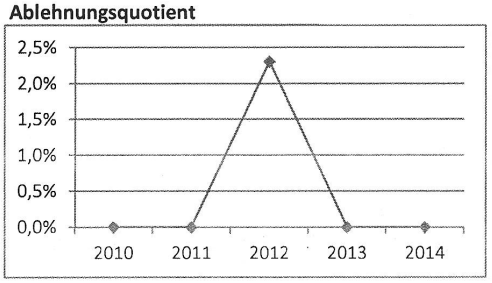
Lerneinheiten



Zuschuss



Ablehnungsquotient



Bildungswerk des LSB Rheinland-Pfalz

HAUS • DER • LEBENSKRAFT
Praxis für Naturheilkunde und Ernährungsberatung
Myriam Ott-Jacquet
Heilpraktikerin

- Gewichtsreduktion & Beratung bei Stoffwechselstörungen
- Akupunktur & chinesische Medizin (TCM)
- Allergiebehandlung & Raucherentwöhnung
- Craniosakrale Osteopathie
- Bioresonanz-Therapie

Angebote zur Stressreduktion:

- Reiki
- Meridian-Ausgleichsmassage

Tel. 0 65 01 - 92 09 298 54329 Konz
www.haus-der-lebenskraft.de

Privatpraxis für Krankengymnastik
Thomas Winkler
Physiotherapeut
Tel.: 06501 - 60 888 57
Mobil.: 01520 - 9433700
54329 Konz-Berendsborn • Graf-Metternich-Str. 4

Schreinerei Mushoff
Schreinerei
MUSHOFF
Helmut Mushoff
Mühlenstraße 33
54456 Tawern
Fon 0 65 01 / 1 77 02 • Fax 1 88 22
Mobil 01 75 / 5 72 12 05
info@mushoff.de • www.mushoff.de

Unseren Kunden, Freunden und Bekannten ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes Neues Jahr.
Apotheke in der Beethovengalerie
Michael Zimmer
Telefon (0 65 01) 99 84 84 · 54329 Konz
Schillerstraße 30/Ecke Wiltingerstraße

Kurse

„Ich nehme ab!...."

....ist ein 8-wöchiger Kurs zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Er besteht aus den 3 Säulen: Ernährungsberatung, Bewegung und psychologischem Training. Das Konzept setzt auf langfristigen Erfolg durch einen neuen und bewussteren Umgang mit dem Essen und Trinken.

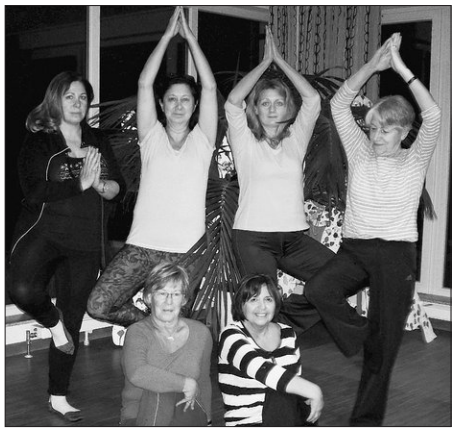
Leitung:	**Myriam Ott, Ernährungsberaterin, Heilpraktikerin & Trainerin**
Infoabend:	**Dienstag, 19.01.2016, 19:30 Uhr im Bistro des TG Sportparks, Herrmann-Reinholz-Straße 1, 54329, Konz**
Beginn:	**Dienstag, 26.01.2016, 19:30 Uhr im Bistro des TG-Sportparks**

Bei Fragen: ***Geschäftsstelle der TG Konz (06501-946680)*** oder 06501-9209298 bzw. ***info@haus-der-lebenskraft.de***

Yoga in der TG Konz:
Seit 1999 üben wir gemeinsam







Im August 1999 übernahm ich die Yoga-Gruppe von Conny Riemenschneider. Da sich nach und nach immermehr Interessenten für Yoga meldeten, riefen wir einen zweiten Kurs ins Leben. Darauf folgten dann ein dritter und vierter Kurs.

Ich freue mich immer wieder auf jede einzelne Stunde und deren Teilnehmer. Es ist einfach schön zu spüren, dass die Leute gerne kommen und auch den Sinn des Yogas verstehen: sich selbst spüren, seine Grenzen erkennen und akzeptieren und niemals diese Grenzen überschreiten. Jeder geht mit sich selbst verantwortungsbewusst um und weiß daher, dass Yoga durch die – manchmal auch durchaus anspruchsvollen Übungen – den Körper, den Geist und die Seele in Einklang bringen und somit gesund erhalten.

Jede Stunde beginnt mit einer kleinen Meditation, die zur Wahrnehmung unseres Körpers, unseres Atems und unseres Denkens und Fühlens führen soll. Dann folgen die Übungen. Sie bestehen aus vielen Dehnungen, Haltungen, Bewegungsfolgen und Gleichgewichtselementen, wobei die Atmung eine tragende Rolle spielt.

Mittlerweile ist es auch erwiesen, dass Yoga intensiv auf das Bindegewebe (Faszien) wirkt und auch somit die Gelenke „schmiert“ und sie geschmeidig hält.

Der letzte Teil der Yoga-Stunde besteht aus einer ganz tiefen Meditation, die meist auch eine Fantasiereise beinhaltet. Diese intensive Entspannungsphase genießen alle Teilnehmer immer ganz besonders.

Auf noch viele gemeinsame Übungsstunden mit Euch freut sich

Eure Mechthild!





bike
frames & components
passion
Verkauf - Service - Verleih
KONZ Konstantinstr.1 Tel. 06501-12196

Achim Asbeck
Informationstechnikmeister
Karthäuser Str. 97 · 54329 Konz
Tel.: (06501) 6042301
www.arcit.de · mail@arcit.de
Ihr Fachmann für die neue Telefonanlage von:
Auerswald
arcit.de
Alarmanlagen
Raumüberwachung
Computer und Netzwerktechnik
Internetservice
Telekommunikation

LOGOPÄDIE
- CYNTHIA SCHEIB -
staatlich anerkannte Logopädin
Termine Mo - Sa nach Vereinbarung
Hausbesuche möglich
Therapie aller logopädischen Störungsbilder
inkl. Lese-Rechtschreibschwäche
Brückenstraße 2 I 54329 Konz
Tel.: 06501 - 94 73 22 I Fax: 06501 - 94 73 34
www.logopaedie-scheib.de

Da Mimo
Trattoria
Inhaber: Mimo Freda
Saarstr. 1, 54329 Konz
Tel. 06501-15878
Fax. 06501-8099116
Web: www.trattoria-konz.de
Öffnungszeiten:
Mo., Mi., Do., Fr.
11.00 - 14.00 Uhr + 18.00 - 23.00 Uhr
Sa. 18.00 - 23.00
So .11.00 - 23.00 Uhr
Dienstag Ruhetag
Alle Gerichte auch zum Mitnehemen

Erste Hilfe Kurs

Am Samstag, den 10.10.2015 absolvierten 11 Übungsleiterinnen und Übungsleiter der TG Konz eine Ausbildung in erster Hilfe unter der Leitung von Robert Petry vom DRK Bildungswerk.
In dem neun Unterrichtseinheiten umfassenden Lehrgang frischten sie ihre Kenntnisse in Erster Hilfe auf und sind nun für nahezu alle Notfälle, die sich jederzeit in Beruf oder Freizeit ereignen können, gut gerüstet.



1. Zumba® Benefizmarathon der TG Konz

DANKE!!!….das musste jetzt als Allererstes gesagt werden. Danke für die vielen Spenden, danke an die freiwilligen Helfer, Kuchenbäcker, begeisterten Tänzer und Zumba-verrückten Teilnehmer. Ein riesengroßes Dankeschön an meine genialen Kolleginnen Kathrin Roa und Olga Goykher und danke an den real Markt in Trier und die Bäckerei Dietz aus Konz.
Ihr alle habt dazu beigetragen, dass wir ca. 1100 Euro Spendengelder zusammen bekommen haben, die jetzt an die Konzer Tafel und den Kinderschutzbund Trier e.V. (Projekte für Flüchtlingskinder und –jugendliche) fließen werden.
Aber von vorne: am Samstag, den 28. November 2015 fand der 1. Zumba Benefizmarathon der TG Konz in der Saar-Mosel-Halle statt.
Über 100 Teilnehmer tanzten drei Stunden zu latein-amerikanischen Rhythmen und hatten sichtlich Spaß dabei. Selbst über die Konzer Stadtgrenze hinaus ist die Werbung durchgedrungen, so dass das Publikum aus dem kompletten Kreis Trier-Saarburg kam.
Unser Resumé: Es hat riesigen Spaß gemacht und auf die Frage: „Kann ich als kleines Licht denn überhaupt etwas tun?“ war der Nachmittag der perfekte Beweis: JA, man kann!!!!

Kaddy Fusenig







Geschäfte in der Granastraße

Ihr Kompetentes Team in Konz, wenn es um Ihr gutes Sehen und Aussehen geht:

www.optik-kranz.eu



Granastr. 38

54329 Konz

06501-5615

OPTIK KRANZ

Sie suchen eine neue Sportbrille - unsere gut geschulten Mitarbeiter beraten Sie gerne!

Textilpflege Herz

54329 Konz, Granastraße 24, Telefon 06501/7257

Heißmangel - Wäscherei
Chem. Reinigung - Gardinen
Oberhemden - Brautkleider
Federbetten - Kissen - Wolldecken
Rheumadecken und Tagesdecken

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

TG-Veranstaltungen



Internationaler Adventsbasar in der TG Halle Konz

Am Sonntag, 22.11.2015, fand von 14 – 18 Uhr der 1. Internationale Adventsbasar in der Halle der Turngemeinde Konz statt. Organisiert wurde diese schöne Veranstaltung vom Beirat für Migration der Stadt Konz in Kooperation mit der TG Konz. Über 200 Leute, kleine Kinder, Senioren, Menschen mit Behinderung, auch die Caritas mit einer Flüchtlingsgruppe besuchten den Basar und ließen es sich im Bistro gut gehen.
32 Tische von Ausstellern aus Brasilien, Bolivien, Ägypten und Deutschland stellten ihre Handarbeiten aus Stoff, Papier, Wolle auf ihren schön gestalteten Tische aus. Selbst hergestellte Jahreskalender wurden angeboten sowie eine Portraitmalerin war vertreten. Ein gehörloser Aussteller präsentierte seine wunderschönen weihnachtlichen Holzarbeiten.
Für Gemütlichkeit haben die Organisatoren gesorgt. Die Halle war stimmungsvoll hergerichtet und auf der Bühne unterhielten die brasilianischen Musiker Otavio und Victor die zahlreichen interessierten Zuhörer. Auch die musikalischen Überraschungsgäste aus Luxemburg bekamen für ihre Darbietungen großen Applaus.
Selbst an die Kleinsten wurde gedacht, es wurde eine abwechslungsreiche Kinderanimation angeboten, die den teilnehmenden Kindern sichtlich Spaß machte.
Im vereinseigenen Bistro wurden durch die Mitarbeiter der TG selbstgemachte Waffeln, Kuchen, Kaffee und Erfrischungsgetränke angeboten.
Die Mädchen-Fußballmannschaft aus Saarburg zauberte leckere Crêpes mit herzhafter und süßer Füllung zu, die guten Absatz fanden.
Aufgefallen ist, dass sich die Besucher für diesen Nachmittag Zeit genommen hatten, es wurde nicht nur geguckt und gekauft, sondern es wurden viele Gespräche untereinander und mit den Ausstellern geführt.
Es kamen bereits Anfragen, ob dieser Basar im nächsten Jahr wiederholt werde.
Wir, die Veranstalter, Aussteller und auch die Gäste waren sehr zufrieden.





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

Internationales Hallenturnier in Konz

Anfang Oktober luden die Konzer Bogenschützen zum 5. Mal zu einem Hallenturnier ein, es war das 3. Turnier auf 18 Meter. Rund 70 Schützen aus dem In- und Ausland sind der Einladung gefolgt. Geschossen wurden zweimal 30 Pfeile und es wurden zum Teil beachtliche Ergebnisse erzielt.

Bei den Herren siegte der Luxemburger Patrick Swietczak aus Walferdange mit 536 Ringen vor dem Konzer Daniel Schneider und Felix Spaniel, Mangelhausen. Bianca Speider aus Büschfeld siegt erwartungsgemäß mit sehr guten 548 Ringen. Carolin Balling aus Trier belegte Platz 2 vor ihrer Vereinskollegin Anne Ferchiou. Lukas Orth von der TG Konz schaffte den Sprung auf das Treppchen mit 481 Ringen. Hier siegte Nigg Falkenau, 510 Ringe, vor Niklas Pop, 485 Ringe, beide aus Trier. Katja Korneva, TG Konz, ließ sich mit guten 523 Ringen wie erwartet den Sieg nicht streitig machen. Sie verwies mit über 20 ringen Vorsprung Elisa Fahrnow aus Büschfeld und ihre Vereinskollegin Julia Wenzel auf die Plätze. In der Jugendklasse konnte Delsin Altmayer seinen Vorsprung aus dem ersten Durchgang halten und siegte am Ende mit 485 Ringen vor Niklas Hinzmann, Merzig, und Viviane Spieler, Trier. Der Konzer Daniel Kopp, der inzwischen in die Juniorenklasse aufgestiegen ist, zeigte eine überzeugende Leistung und holte sich mit 522 Ringen den Siegerpokal vor Philipp Kopp, ebenfalls aus Konz, und



KONZER PAPIER MARKT GmbH
schreiben, spielen, basteln!
Bürobedarf • Schreibwaren
Bastelartikel • Schulbedarf
54329 Konz • Saar-Mosel-Zentrum
Tel. 06501-3025 • Fax 06501-6220
Goethestr. 4 • Schillerarkaden 2

Immer da, immer nah.
PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen
Man muss wissen,
wie es geht, um zu zeigen,
was man kann.
Das ist so beim Sport, das gilt auch für uns.
Geschäftsstelle Thomas Gérard & Frank König
Saar-Mosel-Platz 1 • 54329 Konz
Telefon 06501 923923
gerard.koenig@gs.provinzial.com
www.provinzial.com

Abteilungsleiterin: *Jutta Weyand*
Tel. 0 65 01 / 51 70
bogensport@tgkonz.de

Bogensport

Lukas Schwartz, Idar-Oberstein. Auch bei den Altersklasse-Schützen fand sich am Ende ein Konzer auf dem Treppchen wieder. Gunars Groza, 589 Ringe, belegte Platz 2 hinter Markus Bauer aus Mangelhausen, 502 Ringe. In der Damenklasse-Compound ging es spannend zu. Kerstin Weyand von der TG Konz setzte sich mit 555 Ringen und einem Ring Vorsprung gegen Claudia Bizer aus Idar-Oberstein durch.

Der Wanderpokal für die beste Mannschaft blieb auch in diesem Jahr in Konz, denn Daniel Kopp Hein, Daniel Schneider und Dirk Overfeld ließen den Schützen der weiteren Mannschaften keine Chance. Am Ende hatten sie 180 Ringe Vorsprung auf die Schützen aus Idar-Oberstein.

Weitere erste Plätze belegten:
Schüler A Blankbogen: Karolina Göltl, Büschfeld
Damen Blankbogen: Meike Juchem, Idar-Oberstein
Herren Blankbogen: Richard Kutzky, PST Trier
Compound-Herren: Andreas Reuter





Abteilungsleiter: Toni Scheer
Tel. 06501 / 2838
breitensport-herren@tgkonz.de

Humulus Lupulus Sigillatus Bedensis

Exkursion nach Holsthum zum „Grünen Gold des Brauers“,

dem Bitburger Siegel-Hopfen

Die Idee

Es war Sonntag, der 14. September anno 2014. Wir befanden uns mit einer Gruppe Radlern auf der Rückreise von unserem Ausflug nach Biersdorf in der Eifel.
Die Route führte durch das wunderschöne Tal des kleinen Flüsschens Prüm und gestaltete sich durch ein stetiges Auf und Ab des Geländes ebenso anspruchsvoll. Vorbei an herrlichen Streuobstwiesen ließen wir die romantischen, aber typischen Eifeldörfchen Hermesdorf, Wißmannsdorf, Brecht, Oberweis, Bettingen, Wettlingen und Peffingen hinter uns.
Schließlich fuhren wir durch das schöne Örtchen Holsthum. Im Ort galt es eine Steigung zu bewältigen, bei der die E-Biker gnadenlos ihren Vorteil zu Schau stellten. Die braven, aber sportlichen Normalradler hechelten, zugegebenermaßen abhängig von ihrer Muskelkraft, etwas hinterher.
Nicht ganz oben angekommen, hörten wir plötzlich laute Maschinen- und Traktorengeräusche. - Dies an einem Sonntag, dem Tag des Herrn, in der katholischen Eifel. - Bei näherer Betrachtung wurde uns aber sehr schnell klar, dass wir uns in der „Höhle des Löwen“, sprich dem Zentrum des Rheinland-Pfälzischen Hopfenanbaues, befanden und dazu mitten in der Erntezeit. Da dies für die Mehrzahl von uns absolutes Neuland war, nahmen wir die Gelegenheit beim Schopf und schauten uns das maschinelle Pflücken des Hopfens an. Andreas Dick, der Juniorchef und von Kopf bis Fuß dem Hopfen verschrieben, ließ es sich nicht nehmen, uns nach der kurzen, aber eindrucksvollen Besichtigung zu einem frisch gezapften Bitburger Pils einzuladen.
Allenthalben war dies die Sternstunde des Trinkgenusses und führte zu Kommentaren wie: Wahnsinn, fantastisch oder: So ein gutes Bier habe ich noch nie getrunken.
Schon während des Verlassens des Hopfengutes erhielt der Autor den Auftrag, einen offiziellen Besuch im nächsten Jahr zu organisieren.
Was war der Grund? Der Hopfen oder das außergewöhnliche Bitburger Pils? Wohl beides.

Die Ausführung

Im Frühjahr wurde der Besuchstermin dann fixiert. Die Wahl fiel auf einen Freitag heuer im Spätsommer.

Im Hopfengarten

Also machten sich am frühen Nachmittag 20 Breitensportler auf den Weg, sicher und zielstrebig, wie gewohnt routiniert, von unserem Abteilungsleiter Toni Scheer chauffiert. Nach kurzer Reise waren wir auch schon auf dem Parkplatz „Irreler Wasserfälle“ angekommen. Von hier aus ging es dann per pedes circa 6 km auf dem Rad- und Wanderweg in Richtung Holsthum. Auf der Strecke wurde viel über Dieses und Jenes diskutiert und schon grüßte uns rechts aus dem Wald die Ruine der Prümer Burg. Eine Höhenburg aus dem 12. Jahrhundert und ein Lehen der Grafen und späteren Herzöge von Luxemburg.
Auf dem weiteren Weg passierten wir den kleinen Ort Prümzurlay, warfen noch einen kurzen Blick auf die Ausgrabungen der römischen Villa Rustica, und schon sahen wir die ersten Hopfengärten. Mit ihren imposanten Gerüsten aus großen verspannten Holzmasten und einem Gewebe aus Drähten, an denen sich die Hopfenpflanzen emporrankten und uns ihre Dolden, das „grüne Gold“, prachtvoll zu präsentierten.
Kurze Zeit später wurden wir schon erwartet und zwar von Herbert Dick, dem Seniorchef des Hopfengutes Dick in Holsthum, der zusammen mit seinem Sohn Andreas (s. TV-Ausgabe vom 29./30.08.2015) auf 20 ha Anbaufläche 85.000 Pflanzen dieses edlen Gewächses bewirtschaftet. Die







Sonne schickte gerade ihre ersten Strahlen durch die Wolkenlücken, die sich in den feinen Schweißperlen auf der Stirn von Herbert Dick spiegelten, als er mit seinen Ausführungen begann.

FISCH
BADAMBIENTE
SANITÄRE ANLAGEN
HEIZUNG • LÜFTUNG
Ihr Meisterbetrieb in allen Heizungs- und Sanitärtechnischen Fragen
• Beratung • Planung • Ausführung
WOLFGANG FISCH • Karthäuser Straße 119
54329 Konz • Telefon 06501/2398

LUZIA WAGNER
KOSMETIKINSTITUT
Wiltinger Straße 23 I 54329 Konz I Tel. 0 65 01 9 69 83 00

Abteilungsleiter: Toni Scheer
Tel. 06501 / 2838
breitensport-herren@tgkonz.de

Breitensport Herren

Trimm Dich durch Sport

Bis zu 7 m hoch rankt sich diese Kulturpflanze, die zu den Hanfgewächsen zählt, an den Leitdrähten empor, täglich bis zu 30 cm.

„Unsere Gärten sind wie ein Nonnenkloster, weiblich und unbefruchtet“,

lautet die Devise. Denn beim Bier brauen finden nur die weiblichen Hopfen Verwendung, jungfernhaft, denn befruchtet wären sie wertlos.
„Nasse Füße und einen warmen Kopf braucht der Hopfen, damit er richtig gedeihen kann“, führt Herbert Dick weiter aus und pflückt einige Dolden, bricht sie fachmännisch auf sodass die gelben Inhaltsstoffe, die die ganzen Aromen enthalten, zum Vorschein kommen, riecht daran und zerreibt letztendlich das Ganze zwischen den Händen. Gleiches dürfen wir dann tun und bekommen ein erstes Gespür dafür, was diesen natürlichen Rohstoff ausmacht. Gespannt hören wir den Ausführungen weiter zu, stellen Fragen, und sind sichtlich beeindruckt von der Bedeutung dieser Kulturpflanze.



Auf dem Hopfenerlebnishof

Nach diesem ersten Grundlagentraining und einem letzten kurzen Fußmarsch haben wir dann den auf einer Anhöhe liegenden Hopfenhof der Familie Dick erreicht.
Anschließend an einen kurzen small talk mit dem Juniorchef erhalten wir einen Einblick in die Erntetechnik. Da wir uns noch kurz vor der Ernte befanden, hat man eigens für uns einige Ranken vorzeitig geerntet. Dies zur Demonstration des technischen Ablaufs in praxi. Gesagt getan, wurde die Pflückmaschine, unter ziemlichem Getöse, in Gang gesetzt. Sogleich zog die Fördereinrichtung die Ranken in die Maschine. Im Inneren wurden die Dolden von den Ranken samt Blattwerk gelöst und verließen diese wieder separat und sauber getrennt. Das übrige Material landete draußen auf einer Grünguthalde und findet in der Landwirtschaft weitere Verwendung. Anschließend wird der Rohhopfen getrocknet, zu Ballen gepresst, gesiegelt und zur weiteren Verarbeitung in die Hallertau transportiert.
Ein beeindruckender Prozess, den wir aus erster Hand erfahren durften.

Die Hopfengaudi

Nachdem wir nun schon einige Stunden unterwegs waren und die vielen Informationen auch fachgerecht verarbeitet werden wollten, freuten wir uns, und was liegt wohl näher, auf ein frisch gezapftes Bitburger Pils. Wiederum erwies sich das kühle Blonde als ein wahrer Trinkgenuss.
So schwer es auch fiel, aber Zurückhaltung war geboten, da uns noch eine professionelle Verkostung verschiedener Biertypen wie Porter, Stout, India Pale Ale, Geuze, um nur einige zu nennen, bevorstand.

Neben der Bierherstellung und den Charakteristika der einzelnen Biersorten, lernten wir, auf was es bei einer Bierverkostung ankommt. So spielen die Sinne: Sehen, Riechen und Schmecken z.B. eine wichtige Rolle. Wir alle waren erstaunt, welch eine Vielfalt an Sorten und Geschmacksrichtungen es in der Welt der Biere gibt.
Fernerhin wurden wir über das Thema „Bier und Gesundheit“ aufgeklärt und erfuhren amüsante Geschichten und Anekdoten rund um das Thema Bier.
Damit aber nicht genug, denn der amüsante Teil sollte noch folgen. Wettbewerbsmäßiges Hopfen zupfen war angesagt.
Unser Team, vertreten durch Michael Müntzenberg und Norbert Burkhardt, musste sich dabei mit zwei weiteren Teams einer anderen, größeren Besuchergruppe messen.
Ehre wem Ehre gebührt, denn Norbert und Michael hatten beim Schlusspfiff den meisten Hopfen gezupft, sprich im Korb, und gewannen den Contest überlegen. Der verdiente Lohn war ein Siegerkranz aus geflochtenen Hopfendolden.

So neigte sich der Tag gesellig und kurzweilig dem Ende entgegen und wir traten mit bester Laune, frei nach dem Sprichwort:

„Hopfen und Malz – Gott erhalt‘s“

den Heimweg an.

Norbert Burkhardt
Fotos: Josef Göbel

Abteilungsleiter: Gisela Frank
54329 Konz
Tel. 06501 / 15673

Auf den Spuren der Dichter und Denker

Für unsere diesjährige Fahrt haben wir uns geschichtlich sehr interessante Städte im Osten Deutschlands ausgesucht.
Aufhänger war das Volksfest in Weimar, der Zwiebelmarkt.

Mit dem Reisebus ging es zuerst nach Eisenach, eine sehr schöne Stadt mit interessanten Gebäuden, die ihre Geschichte erzählen.
Dort verbrachten wir ca. zwei Stunden. Dann brachte uns der Bus zu unserem Hotel in Friedrichroda, ein Haus mit über 4oo Betten.
Es war zu DDR-Zeiten das Ausflugsziel schlechthin.
Das Hotel war renoviert und modernisiert, hatte aber noch einen gewissen „Ostcharme".

Nach dem Buffet ließen wir den Abend bei bester Laune in großer, geselliger Runde ausklingen.
Am nächsten Tag brachte uns der Bus nach Weimar.
Bevor wir uns in das Getümmel des Zwiebelmarktes stürzten, hatten wir eine sehr interessante Stadtführung. Zusehen waren viele geschichtsträchtige Häuser und Denkmäler, die uns die Stadtführerin sehr eingehend erklärte.
In Weimar, der Stadt der Dichter und Denker, lebten u.a. Goethe, Schiller und Liszt.

Auf dem Zwiebelmarkt drehte sich fast alles um die Zwiebel, die Zwiebel in vielen Varianten, mal gebunden als Zopf mit Strohblumen, mal gebastelte „Zwiebelmännchen" und vieles mehr.
Für das leibliche Wohl sorgten viele Stände mit Getränken und Essen, allen voran die legendäre Thüringer Rostbratwurst sowie Zwiebelkuchen und anderes.

Gestärkt, aber fußmüde, fuhr uns der Bus zurück ins Hotel.
Nach dem Abendbuffet organisierte man uns einen großen Tisch, an dem wir alle (15 Pers.) zusammen sitzen konnten.
Es wurde viel gelacht und gesungen, um dann müde ins Bett zu gehen.
Um Mitternacht war es dann soweit – unsere Marianne hatte Geburtstag.
Als wir beide in unserem Zimmer mit Sekt anstießen, klopfte es an unserer Tür.
Überraschung! – Happy Birthday! – Pyjama-Party!



Am nächsten Morgen war der Tisch im Restaurant festlich für das Geburtstagskind gedeckt. Wir stießen alle auf Marianne an und sangen wieder unser Happy Birthday. Sie hatte sich riesig gefreut.
Dann hieß es Koffer packen, um die Heimreise anzutreten.

Wir machten Zwischenstopp in Erfurt, wo uns wieder eine Stadtführung erwartete.
Auch Erfurt ließ uns über die schönen alten Gebäude staunen, deren Geschichte uns die Stadtführerin sehr anschaulich erzählte.
Da es an diesem Tag zwar sehr sonnig, aber eisig kalt war, freuten wir uns, dass wir uns im Bus wieder aufwärmen konnten, um dann Richtung Heimat zu fahren.

Unserer Ursula Billen danken wir herzlich für die gute Organisation der Reise.

Elfi Riehm

Abteilungsleiter: Reinhold Büdinger
Tel. 0 65 01/9473823
lauftreff@tgkonz.de

Marathondebüt in Frankfurt, wie es besser nicht hätte sein können!

In diesem Jahr war es nun endlich soweit: Mein erster Marathon stand kurz bevor! Aber wie nun am besten darauf vorbereiten? Und was wird am Ende wohl dabei rauskommen? Das erfahrt ihr nun ausführlich hier ...
Die Entscheidung war gefallen: Frankfurt 2015 sollte mein erster Marathon sein. Ein wenig nervös war ich ja schon. Nach so vielen Jahren Lauferfahrung kam nun doch nochmal etwas Neues auf mich zu. Da durfte ich mir wohl von dem ein oder anderen Marathoni noch ein paar hilfreiche Tipps geben lassen. :-)

Und so begann ich mich ab Ende August etwas ausführlicher für mein Marathondebüt vorzubereiten. Aber einen festen Trainingsplan gab es bei mir nicht! Warum? Weil meine Tages oder auch Wochenabläufe selten Platz für einen festen Plan lassen. Und somit baute ich meine Vorbereitung auf meiner eigenen Lauferfahrung und der anderer Laufkollegen auf. Dabei war mir eines ganz besonders wichtig. Ich wollte meinen ersten Marathon ohne größere Probleme oder gar Verletzungen über die Bühne bringen. Daher war mein oberstes Gebot ganz klar: Lieber den ersten Marathon etwas ruhiger und mit genügend Regeneration in der Vorbereitung angehen, als am Ende zu viel gemacht und das Pulver schon verschossen zu haben!
Als der 25. Oktober nun endlich gekommen war und ich auf meine Vorbereitung zurückblickte, war ich zum größten Teil zufrieden! Ich hatte einige lange Läufe absolviert, trotzdem etwas für meine Grundschnelligkeit getan und mehr Wochenkilometer gesammelt als die Monate zuvor. Leider musste ich erkältungsbedingt vor-

Unseren Kunden, Freunden und Bekannten
gesegnete Weihnachten und ein gutes Jahr 2015

Apotheke am Markt
Maria Roziel

Am Markt 16, 54329 Konz
Tel. 0 65 01 / 9 92 96
Fax 0 65 01 / 9 92 97

WOLFGANG GERLACH
STEUERBERATER

Buchhaltungen
Jahresabschlüsse
Steuererklärungen

für Handwerker, Dienstleiter, Freiberufler,
Land- und Forstwirte, Arbeitnehmer, Rentner...

www.Gerlach-Konz.de
54329 Konz · Am Markt 13 · Tel: 06501/60 95 321
Mail: StB-Wolfgang.Gerlach@T-Online.de

Dank an alle Inserenten

Wir danken allen Inserenten für die Unterstützung unserer Arbeit. Sie allein ermöglichen es uns durch Ihre Inserate, unser Vereinsheft herauszugeben.



KONZ - AM MARKT 18

DIE BRILLE
Augenoptik

TRIER - SIMEONSTR. 17

Abteilungsleiter: *Reinhold Büdinger*
Tel. 0 65 01/9473823
lauftreff@tgkonz.de

Lauftreff

sichtshalber auch eine ganze Woche pausieren. Aber in so einem Fall ist eine Woche zusätzliche Regeneration allemal besser als die Erkältung über mehrere Wochen mitzuschleppen.

Der Marathontag begann mit Aufstehen und Frühstück im Hotel. Hier fing meine Nervosität bereits an. Ja, das Frühstück. Mein alt bekanntes Problem, seit ich an Wettkämpfen teilnehme. Zu viel und zu spätes Essen ließ in meiner Vergangenheit schon mehrere Wettkämpfe zu einer echten Herausforderung und Qual werden! Und bei einem solchen Frühstücksangebot im Hotel fällt es einem schon schwer, sich zurückhalten zu müssen ...

Mit dem Shuttlebus und meinen anderen Vereinskameraden ging es dann in Richtung Start. So richtig zufrieden mit dem Frühstück war ich nun nach so vielen Jahren Erfahrung immer noch nicht. Vielleicht war die eine Tasse Kaffee doch nicht gut. Ach was soll's. Wird schon klappen ...

Zusammen mit Andreas und Martin machte ich mich auf den Weg in den ersten Startblock. Ausgiebiges Dehnen und Warmlaufen wie beim gewohnten 10km Lauf gab es nicht! So wirklich wohl war mir dabei auch nicht. Ich hätte mich doch lieber noch ein paar gemütliche Kilometer warmgelaufen.

Kurz vor dem Start fragte mich Martin nochmal: „Bist du Dir sicher, 2:50h angehen zu wollen?“ Hm, schwierig darauf zu antworten. Das war mein Ziel, richtig. Also werde ich auch alles tun, um mein Ziel nun zu erreichen! Aber was, wenn ich mich nun doch verkalkuliert und zu hoch gepokert habe? Wenn ich mich am Ende vom nun doch schon mehr Marathon erfahrenen Martin einholen lasse? Besser nicht dran denken und das Ding einfach durchziehen!!!

Ich orientierte mich nun noch ein paar Reihen vor den 2:59h Tempomachern ein und traf dabei auf einen lang bekannten Laufkameraden Vadim, der eine Zeit von unter 2:50h anpeilte. Perfekt, dachte ich! Ein Marathonerfahrener, an den ich mich doch nur ranheften brauche!

Und dann ging es auch schon los. Der Countdown lief runter und schon setzte sich die Masse in Bewegung, keine 10 Sekunden nach dem Startschuss. Huch, das ging aber flott, dafür dass ich bestimmt 30-50 Meter vom Start entfernt stand! Ok, dann laufen wir mal los! Um alles in der Welt: Bloß nicht zu schnell! Ok, das war am Anfang auch gar nicht möglich. Durch einige Läufer vor und Überholende neben mir ausgebremst, lief ich die ersten 2 km in etwa im 4:15er Schnitt. Sehr gut, schon mal nicht zu schnell, aber nun lag ich doch schon 30 Sekunden über meinem geplanten 4er Schnitt! Also doch langsam einen kleinen Tick schneller.

Aber so richtig gut fühlte ich mich gerade nicht. Ich war immer noch ein wenig aufgeregt und nervös, denn ich hatte schon großen Respekt vor der mir ungewohnten langen Distanz. Als Folge daraus und aufgrund meines fehlenden Aufwärmprogramms lief ich doch sehr verkrampft. Und mein komplettes rechtes Bein war noch gar

Fortsetzung auf Seite 18

Abteilungsleiter: Reinhold Büdinger
Tel. 0 65 01/9473823
lauftreff@tgkonz.de

nicht damit einverstanden, nun laufen zu müssen. Na klasse, dachte ich, fängt ja schon gut an! Wie soll das bloß später erst werden???
Aber ok, erstmal weiter. 5km, Check auf die Uhr und aufs „Pace my Race“ Armband! Super, 8 Sekunden unter meinem Kurs für 2:50h. Und da standen auch schon die ersten Läufer am linken Straßenrand am Gebüsch. Apropos Gebüsch: So ein Ärger, irgendwie müsste ich die nächsten Kilometer auch mal dorthin. Dieser blöde Kaffee, hätte ich ihn doch besser weggelassen! Naja, aber jetzt noch nicht, das hältst du noch ein paar Kilometer aus. Wenn doch nun endlich mal mein rechtes Bein Lust aufs Laufen bekommen würde. Es viel mir nicht leicht, unter diesen Umständen für meinen 4er Schnitt motiviert zu bleiben. Meinen Kameraden Vadim hatte ich in dem Getümmel nach ca. 3km aus den Augen verloren. Er war ein gutes Stück vor mir. Aber ich durfte jetzt auf keinen Fall riskieren, nach vorne zu laufen, um mich wieder an ihn ran zuheften.
10km: Blick zur Uhr und zum Armband! Gott sei Dank, sehr konstant und die Sekunden unter meinem 2:50h Kurs wurden langsam mehr. Knapp 17 Sekunden drunter! Jawohl, super, komm weiter so! Mist, das Ganze noch 32km lang? Ach herrje! Aber immerhin lief es jetzt so langsam besser. Ich war am Laufen, die Nervosität sank, ich war auf einem super Kurs und mein rechtes Bein wurde auch langsam warm und locker nach den anfänglichen Startproblemen! Na wenn das keine Motivation ist!
15km: Immer noch gutes Tempo, und den „Vorsprung“ von meinem 2:50h Kurs hatte ich sekundenweise weiter ausgebaut. Allerdings hatte ich noch nicht einmal die Hälfte geschafft. Und vor den berüchtigten Kilometern ab 32, wo der Marathon ja erst anfangen soll, ganz zu schweigen. Nein, daran darfst du jetzt nicht denken! Einfach so weiterlaufen! Apropos einfach weiterlaufen: Auf Toilette musste ich auch nicht mehr! Irgendwie vergessen oder raus geschwitzt : ;-) Und hey! Da war der Vadim ja wieder. Bei ca. 17km überholte ich ihn und setzte meinen Lauf in meinem nun „warmgelaufenen“ Tempo fort.
Die Hälfte rückte immer näher, und da war sie, die Zeitnahme Matte beim Halbmarathon. Schon bei den anderen Matten für die Zwischenzeiten davor war ich kurz geistig bei meinen Kameraden und Freunden zu Hause. Die saßen gerade vor dem Computer: Sie warteten gespannt darauf, dass ich meinen Fuß mit dem Chip auf die nächste Matte setze damit meine nächste Zeit erscheint. ZACK Halbmarathon, die erste Hälfte in 1:24:16 wäre schon mal geschafft! WOW das sind 44 Sekunden schneller als mein Kurs auf die 2:50h!
Jaaa, das wird was! Du hast die Hälfte geschafft, das Bein ist warm, Du bist im allgemeinen sehr locker geworden und hast Dein Tempo gefunden, musst nicht mehr um die Ecke und Spaß macht es jetzt auch noch!
Die Motivation und die super Stimmung an der Strecke packte mich. 25km: ich fühlte mich super und war nur noch dabei, einen nach dem anderen vor mir zu überholen! Zack, zack, zack. Wahnsinn! Blick auf die Uhr und aufs Tempoband: Ja, ich wurde immer noch Sekunde um Sekunde schneller, kein Wunder, dass ich hier nur noch am Überholen war! Aber hey Dominik, reiß dich zusammen, bloß nicht das ganze Pulver raushauen und dann hängst du gleich bei km 30 da und nix geht mehr! Also immer schön darauf achten, nicht zu schnell zu werden!
Ich überholte und überholte. Die Kilometer flogen auf einmal nur noch so vorbei! 30km: Matte, Blick zur Uhr, Blick aufs Armband. Noch mehr Sekunden „Vorsprung“ herausgelaufen, noch keine Erschöpfung in Sicht! Zwischenzeitlich lief ich einen Kilometer in 3:50 min. Im Durchschnitt lag ich bei 3:57 min/km.
Ui, da kam auch schon das 35km Schild. Vielleicht auch streckenbedingt lag ich nun bei einem Durchschnitt von 3:59 min/km, also minimal langsamer als bisher. Aber bis jetzt war das Rennen doch ein voller Erfolg: Ich bin super gleichmäßig gelaufen und liege nun auf Kurs von ca. 2:48:20 h. Und es sind nur noch 7km! Was sind schon 7km im Vergleich zu den bisher gelaufenen 35??? Nix, also auf geht‘s und weiter. Von dem Mann mit dem Hammer nichts mitbekommen. 38km, jawohl, nur noch 4km bis ins Ziel.
Moment! Noch 4km? Puh. Ok, zugegeben, ähm, ich hätte jetzt doch nichts dagegen, wenn das Ziel schon um die nächste Häuserecke zum Vorschein käme! Aber ja, wäre auch wirklich zu schön gewesen, wenn ich von Anfang bis Ende hier ohne weiteres einfach so durchmarschierte. Hilft ja alles nix, es sind nun mal noch 4km. Also Zähne zusammenbeißen und weiterrennen. Ich bin auf ‚nem super Kurs, das lass ich mir jetzt nicht mehr nehmen!
Das Ziel kam immer näher. Es war jetzt sehr hart, aber ich wollte meinen Schnitt um alles in der Welt beibehalten! 40km: Letzter Blick auf die Uhr, letzter Blick aufs Armband! WAHNSINN! Das geht in Richtung 2:48:00h!!! WEITER SO!!!
Ich lief momentan einen Schnitt von 3:56 min/km und war immer noch am Überholen: Aber gleichzeitig hatte ich natürlich auch wahnsinnig zu kämpfen. Es war soweit: Die Beine hatten genug! Ich hatte auch nichts dagegen endlich mal wieder stehen zu bleiben! ;-)
Aber es half ja nichts! Es waren halt noch 2km. Und ja, 2km können einem so kurz vor dem Ende nochmal ganz schön lang vorkommen! Vor allem wenn man auf der Gegengeraden die noch Schnelleren gerade in die Festhalle einlaufen sieht, man aber selber noch eine Runde um den Block laufen muss. Aber da, zwei bekannte Gesichter unter den Zuschauern die mir zurufen! WEITER BEISSEN! Letzte Kurve, abbiegen in Richtung Festhalle, rein in die Festhalle, auf dem roten Teppich der Ziellinie entgegen!
Einige fragen mich später: „Es ist doch bestimmt ein Wahnsinnsgefühl bei der Stimmung über den roten Teppich ins Ziel einzulaufen, oder? Da ist man doch bestimmt nur noch am Jubeln!“ - Ähm, lasst mich kurz überlegen. Wahnsinnsgefühl und jubeln? Da hätte ich vielleicht vorher dran denken müssen. :roll: Aber als ich über den roten Teppich lief, hatte ich keine Zeit zum Jubeln. Zu eng war der Tunnelblick auf die im Scheinwerferlicht erstrahlende und erlösende Ziellinie. Und zu groß war meine Konzentration darauf, meine schnellen Füße noch kontrolliert voreinander zu setzen, denn diese wollten zu diesem Zeitpunkt wirklich nur noch eines: HINTER DIESE LINIE!!!
Dort angekommen war ich nun aber wirklich sehr sehr erleichtert. Ich musste mich zurückhalten, nicht direkt erschöpft auf den Boden zu sinken! Neben mir im Ziel standen die Hahner Twins und gaben vor der Kamera gerade ein Interview. Langsam ließ ich mich mit dem Strom in Richtung Zielverpflegung treiben. Dort angekommen, nahm ich mir in Ruhe Zeit, meine Reserven langsam wieder aufzufüllen, vor allem viel Flüssigkeit, denn ich hatte auf den gesamten 42km nur ca. einen halben Becher zu mir genommen. Zusammenfassend kann ich sagen, mein erster Marathon war ein voller Erfolg! 2:48:01 h und Platz 393 von über 14.000 Läufern! Nun kann ich die gewonnene Erfahrung mitnehmen. Und von meinem Leistungsniveau auf 10km und Halbmarathon ausgehend weiß ich, mit etwas mehr Training und intensiverer Vorbereitung sollte irgendwann auch eine Zeit unter 2:45 h drin sein. Aber wie ich schon sagte: IRGENDWANN.

Euer Dominik

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



Abteilungsleiter: *Reinhold Büdinger*
Tel. 0 65 01/9473823
lauftreff@tgkonz.de

Lauftreff

Der 40. Internationale Wurzelweglauf ist Geschichte…



Start der Läufe 5 km, 10 km und 15 km im Konzer Stadion (Fotograf: Boris Ruth)

... und zwar eine Erfolgsgeschichte: 493 Anmeldungen, 408 Läufer im Ziel, 24 integrierte Flüchtlinge, 37 geehrte Sieger, neuer Streckenrekord bei der 15 km-Strecke (53:15!!!), 82 Sponsoren und Zuschussgeber, 125 ehrenamtliche Helfer, fast 1400 geleistete Arbeitsstunden, 5173 geschossene Fotos. Das sind doch beeindruckende Zahlen - oder? Ach so und außerdem noch gefühlte 700 Flaschen Bitburger (überwiegend alkoholfrei natürlich), 140 Würstchen, 24 Kuchen, 22 Salate und 37 Flaschen Rieslingsekt, ein laufender Bürgermeister und ein sehr glücklicher Schirmherr.

Diese Zahlen toppen alles, was in der 40-jährigen Geschichte des Konzer Wurzelweglaufs bisher geboten wurde. Wir sind stolz auf diese gelungene Veranstaltung. Und wir bedanken uns bei allen Läufern, Gästen und Unterstützern, die diesen Erfolg erst möglich gemacht haben.



Den Wurzelweg gibt es tatsächlich! :) (Fotograf: Andreas Kilian)

Fortsetzung auf Seite 20

Abteilungsleiter: Reinhold Büdinger
Tel. 0 65 01/9473823
lauftreff@tgkonz.de

Was gab es sonst noch Erwähnenswertes?

Unser Bürgermeister Dr. Karl-Heinz Frieden hat beim 10 Kilometer Wurzelweglauf mit einer Zeit von 1:02:14 bewiesen, dass er topfit ist.



Bürgermeister in Topform (Fotograf: Boris Ruth)

Walfried Heinz, Schirmherr der Veranstaltung, Ehrenvorsitzender der TG Konz und Ehrenpräsident des LVR konnte im Rahmen seiner Grußworte Hans Burkholz für sein beeindruckendes Lebenswerk im Lauftreff als Lauftreffleiter und Betreuer ehren.
Die Bigband des Gymnasiums unter Leitung von Till Krüger hat durch ihre musikalischen Leckerbissen überzeugt.



Big Band Gymnasium Konz: professionell und schwungvoll (Fotograf: Boris Ruth)

Der Diskjockey Markus Densborn vom „DJ Team Danceborn“ hat anschließend für die richtige Partystimmung gesorgt.
Bernd Kneer hat die verschiedenen Läufe sowie die Siegerehrung wieder einmal professionell und kurzweilig moderiert.
Und dann wären da noch die über 50 Paar gut gebrauchte Laufschuhe, die aufgrund eines sehr kurzfristigen Aufrufs für unsere mitlaufenden Flüchtlinge gespendet wurden.

Fortsetzung auf Seite 25



Schuhspenden für laufende Flüchtlinge (Fotograf: Boris Ruth)

Hier alle Sieger unserer Wettkämpfe mit ihren Zieleinlauffotos (zahlreiche, weitere Bilder gibt es in unseren Galerien, siehe unten). „We are the Champions“ ...



Johann Simons, Sieger im Römerstrom-Kinderlauf (1000m) in 3:44 (Fotograf: Boris Ruth)



Maren Spang, Siegerin im Römerstrom-Kinderlauf (1000 Meter) in 3:49 (Fotograf: Boris Ruth)



William Simons, Sieger im Römerstrom-Jugendlauf (2000m) in 7:07 (Fotograf: Boris Ruth)

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: **BASKETBALL** basketball@tgkonz.de		Peter Reicharts	Tel. 06501/4843	
Montag	17.30- 19.00	U-12	Stephane Said	S.-M.-H.
	19.00- 20.30	U-16	Stephane Said	S.-M.-H.
	20.30- 22.00	Masters	n.n.	Gymn. Halle
Dienstag	17.30- 19.00	U 14	Stephane Said	Gymn. Halle
	18.30- 20.00	Herren I	Thomas Peter	Gymn. Halle
Donnerstag	18.30- 20.00	U16	Stefan Hildebrandt	Gymn. Halle
	20.00- 22.00	Herren I	Thomas Peter	Gymn. Halle
Freitag	15.00- 16.30	U-12	Stefan Hildebrandt	S.-M.-H.
	16.30- 18.00	U-14	Stefan Hildebrand	S.-M.-H.
	18.30- 20.00	Herren II	n.n.	Gymn Halle
Abteilung: **BALLETT** ballett@tgkonz.de		TG Geschäftsstelle	Tel.06501/946680	
Mittwoch	16.00- 17.00	4 - 5 Jahre	Marina Idaczyk	Spiegelsaal
	17.00- 18.00	ab 6 Jahre	Marina Idaczyk	Spiegelsaal
Abteilung: **BOGENSPORT** bogensport@tgkonz.de		Jutta Weyand	Tel.06501 / 5170	
Oktober - April	*Trainingsleitung: Jutta Weyand - Vertretung: Erwin Biewer, Arno Kopp, Claudia König*			
Montag	16.30- 18.15	Schüler/Jugend		KUAG Halle
	18.15- 20.30	Junioren/Erwachsene		KUAG Halle
Mittwoch	18.00- 20.30	Junioren/Erwachsene		KUAG Halle
Freitag	16.30- 18.15	Schüler/Jugend		KUAG Halle
	18.15- 20.30	Junioren/Erwachsene		KUAG Halle
Abteilung: **BREITENSPORT DAMEN UND HERREN**		Toni Scheer breitensport_herren@tgkonz.de Gisela Frank breitensport_damen@tgkonz.de	Tel. 06501 / 28 38 Tel. 06501/ 15673	
Montag	9.00- 10.00	Body-Styling Compact E-M-F	Beate Jochem	TG Sportpark
	10.00- 11.00	Rücken-Fitness	Marlies Frick	TG Sportpark
	15.00- 16.00	Beckenbodentraining/Bauch-Beine-Po	Mechthild Schneider	TG Sportpark
(ab März wieder 19.00-20-00)	16.00- 17.00	Rhythmische Gymnastik Damen	I. Achtermann	TG Sportpark
	19.00- 20.00	Body Power	Karin v. Winklewski	Gymn.Halle
Dienstag	09.00- 10.00	Good morning workout BBP E-M-F	Marlies Frick	TG Sportpark
	18.30- 19.30	Rücken-Fitness	Marlies Frick	TG Sportpark
	19.30- 21.00	Simple Power Step E+M	Elena / Karin	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	Karin v. Winklewski	TG Spprtpark
	10.00- 11.00	Fitnessgymnastik 60+	Karin v. Winklewski	TG Sportpark
	15.45- 16.45	Fit mit Musik	Ilse Fuchs	TG Sportpark
	19.00- 20.15	Skigymnastik, Konditionsgymnastik	Rudi Weber	Gymn.Halle
	19.00- 20.00	Body-Styling Compact + E-M-F	Marlies Frick	TG Halle
	20.00- 21.30	Rhythmische Gymnastik Damen	Elfi Riehm	Kloster - K.
Donnerstag	09.00- 10.00	Bodyshape/Fatburner	Beate Jochem	TG Sportpark
	18.30- 19.30	Bodyshape /Fatburner	Myriam Ott	Spiegelsaal
Freitag	20.00- 22.00	Breitensport Herren	Hans Philippi	Gymn.Halle
AEROBIC: Abwechslungsreiches Programm (High/Low-Impact, Intervall-Training, Heavy Hands)				
BBP: Bauch/Beine/Po • Body Styling Compact: Gesundheitsbewusstes Ganzkörper-Training + Athletik-Step				
E=Einsteiger F=Fortgeschrittene M= Mittelstufe				
Abteilung : **GESUNDHEITSSPORT** gesundheitssport@tgkonz,de		TG Geschäftsstelle	Tel. 06501/946680	
Montag	10.00 -11.00	Rücken-Fitness	Marlies Frick	TG Sportpark
Dienstag	18.30 -19.30	Rücken-Fitness	Marlies Frick	TG Sportpark
REHA-SPORT rehasport@tgkonz.de		Kathrin Fusenig	Tel. 06501/94668-0	
Montag	15.00 - 15.45		Team Reha	Spiegelsaal
	18.00 - 18.45		Team Reha	Spiegelsaal
	19.00 - 19.45		Team Reha	Spiegelsaal
Dienstag	8.15 - 9.00		Team Reha	Spiegelsaal
	10.00 - 10.45		Team Reha	Spiegelsaal
Mittwoch	15.00 - 15.45		Team Reha	Spiegelsaal
Donnerstag	8.15 - 9.00		Team Reha	Spiegelsaal
	10.00 - 10.45		Team Reha	Spiegelsaal
	17.30 - 18.15		Team Reha	Spiegelsaa
Freitag	8.15 - 9.00		Team Reha	Spiegelsaal
	9.30 - 10.15		Team Reha	Spiegelsaal
	17.45 - 18.30		Team Reha	Spiegelsaal

Der Rehasport wird nach Genehmigung vollständig von den Krankenkassen übernommen.

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung : **HANDBALL** handball@tgkonz.de		N.N.	Tel. 06501/94668-0	
Dienstag	20.00- 21.45	Herren	Noske	S.-M.-H.
Mittwoch	16.15- 17.30	Ballsport 6-8 J.	Christian Albrecht	S.-M.-H.
	20.15- 22.00	Masters	P. Lauterborn	Gymn. Halle
Freitag	19.30- 21.45	Herren	Noske	S.-M.-H.
Abteilung: **JUDO** judo@tgkonz.de		Kurt Hromatke	Tel.: 0170 6735651	
Samstag	09.45- 12.00	Kinder ab 5 Jahre / Jugendliche Anf. u. Fortgeschr.	Kurt Hromatke	TG Halle
Abteilung: **KARATE** karate@tgkonz.de		Günther Schörgenhummer	Tel. 0151/22614394	
Montag	20.00- 21.30	Erwachsene	Günther Schörgenhummer	Spiegelsaal
Dienstag	18.00- 19.30	Anfänger	Nicole Schneider	GSMH
	18.00- 19.30	Prüfungsprogramm f. Fortgeschr.	Markus Kiefer/Ralf Streit	GSMH
	18.00- 19.30	Dan-Vorbereitung Oberstufe	Markus Kiefer/Ralf Streit	GSMH
Freitag	18.00- 19.00	Anfänger	Nicole Schneider	GSMH
	18.00- 19.00	Fördertraining	Günther Schörgenhummer	GSMH
	18.00- 19.00	Wettkampftraining Kumite (Freikampf)	Markus Kiefer/Ralf Streit	GSMH
	19.00- 20.00	Wettkampftraining Kata (Formen)	Markus Kiefer/Ralf Streit	GSMH
Abteilung:**LAUFTREFF** lauftreff@tgkonz.de		Reinhold Büdinger	Tel. 06501/9473823	
Dienstag	18.30- 20.00	Training	Andreas Kilian	Stadion
	19.00- 20.00	Lauftreff mit Betreuung		Stadion
Donnerstag	18.30- 20.00	schnelle Gruppe		Stadion
	19.00- 20.00	Lauftreff mit Betreuung		Stadion
Freitag	20.00- 21.30	Stabilisation	K. Mayer	GSMH
Sonntag	ab 8.30	2 Std. und länger	Andreas Kilian	Stadion
Abteilung: **GESUNDHEITSLAUFEN** gesundheitslaufen@tgkonz.de		Gaby Willems	Tel. 06501/18612	
Montag	19.00	Alle Gruppen	Gaby Willems	TreffpunktamStadion
Dienstag	19.00	an wechselnden Orten	Gaby Willems	TreffpunktamStadion
Donnerstag	19.00	nach Absprache	Gaby Willems	TreffpunktamStadion
Abteilung: **LEICHTATHLETIK** leichtathletik@tgkonz.de		Siegfried Wegener	Tel. 06581/996892	
Oktober 2015 bis April 2016				
Montag	18.30- 20.00	Mehrkampf- u. Lauftr. ab 14 Jahre	Wegener/Kletke	St. Nik. Halle
Dienstag	16.30- 18.00	Leichtathletik ab 10 Jahre	Günther/Schneider	Stadion/GSMH
	17.15- 19.00	Mehrkampftraining 10-13 Jahre	Wegener	Gymn. Halle
Mittwoch	17.00- 19.00	Leichtathletik ab 10 Jahre	Günther/Schneider	GSMH
	17.15- 19.00	Sprint- u. Lauftraining ab 14	Kletke	Gymn. Halle
	17.15- 19.00	Hammerwurftraining ab 12 Jahre	Siegfried Wegener	Gymn. Halle
Donnerstag	16.30- 17.30	Kinder 6 – 7 Jahre	K. Mayer	St. Nik. Halle
	17.30- 18.30	Kinder 8 – 9 Jahre	K. Mayer	St. Nik. Halle
Freitag	16.00- 17.30	Leichtathletik ab 10 Jahre/Lauftraining	Günther/Schneider	Stadion
	16.00- 18.00	Mehrkampf- u. Lauftr. ab 14 Jahre	Kletke/Strupp	GSMH
	16.00- 18:30	Hammerwurftraining ab 12 Jahre	Siegfried Wegener	GSMH/KSMH
	18.00-19.30	Leichtathletik 11 -13 Jahre	S. Wegener	SMH
Samstag	11:00- 13:00	Hammerwurftraining ab 12 J. } *nach Absprache*	Siegfried Wegener	Stadion / WP
	13:00- 14:00	Krafttraining für Werfer } *nach Absprache*	Siegfried Wegener	KSMH

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
Abteilung: **WALKING** walking@tgkonz.de		Michael Müntzenberg	06501 / 99372	
Montag	9.00- 10.00	Walking/Nordic-Walking	Maria Müntzenberg	Parkplatz Stadion
Donnerstag	9.00- 10.00	Walking/Nordic-Walking	Ulrike Schalm	Tennisplätze
	19.00- 20.00	Walking/Nordic-Walking	Michael Müntzenberg	Tennisplätze
Abteilung: **SCHWIMMEN** schwimmen@tgkonz.de		Achim Bartholome	Tel. 06581/9850288	
Montag	17.00- 17.45	Kinderschwimmen Einsteiger	Heike Warnatz u. Team	Saar-Mosel-Bad
	17.45- 18.30	Kinder u. Jugendl. 1+2 (nur Wettkampf)	Heike Warnatz u. Team	Saar-Mosel-Bad
	19.30- 20.30	Masters	Michael Lang	Saar-Model-Bad
Dienstag	16.30- 18.00	Wettkampfmannschaft	Achim Bartholome	Saar-Mosel-Bad
Donnerstag	17.00- 18.00	Kinder u. Jugendl. 1	Heike Warnatz u. Team	Saar-Mosel-Bad
	18.00- 19.00	Kinder u. Jugendl. 2	Heike Warnatz u. Team	Saar-Mosel-Bad
	19.00- 20.00	Wettkampfmannschaft	Achim Bartholome	Saar-Mosel-Bad
Abteilung: **TAEKWONDO** taekwondo@tgkonz.de		Ghasem Nurbachsch	Tel. 06501 / 9208267	
Dienstag	16.30- 17.30	Mädchen 4-7J.	Zara Basereh	TG Sportpark
	17.30- 18.30	Kinder & Jugendl. (7-14 J.)	Marvin Beck u. Zara Basereh	TG Sportpark
	19.30- 21.00	Erwachsene	Ghasem Nurbachsch	GSMH
Donnerstag	17.00- 18.00	Jungen 4-7 Jahre	Zara Basereh	TG Sportpark
Freitag	18.15- 19.15	Kinder & Jugendl. (7-14 J.)	Ghasem Nurbachsch/ Zara Basereh	TG Sportpark
	19.30- 21.00	Erwachsene ab 14 J.	Ghasem Nurbachsch	TG Sportpark
Abteilung: **TANZSPORT** tanzsport@tgkonz.de		TG-Geschäftsstelle	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	17.00- 19.00	Jugend und Schüler	N. Schmitt/M. Reinert	GSMH
	17.00- 19.00	Fortgeschrittene Jugend u. Schüler	C. Bruckmann/A. Bruckmann	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Damen und Herren	N.N.	Lorenz-Kellner H.
	19.00- 22.00	Damen und Herren	N.N.	GSMH
Dienstag	18.30- 22.00	Freizeit	R. Endres	Kloster Karthaus
Mittwoch	17.00- 19.00	Anfänger ab 6 J. / Freies Spiel	Chr. Bruckmann	Lorenz-Kellner H.
	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	N. Schmitt/M. Reinert	GSMH
	18.30- 20.00	Jugend	N. Schmitt	GSMH
Freitag	17.00- 19.00	Leistungstraining Jugend	N. Schmitt/D. Brengel	Lorenz-Kellner H.
	18.00- 22.00	Freizeit	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
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	Haike Warnatz	Saar-Mosel-Bad
Mittwoch	18.30/ 20.00	Lauftreff f. Fortgeschrittene	Uwe Lellinger	Stadion
Samstag	10.00- 11.30	Schwimmtraining	Heike Warnatz	Saar-Mosel-Bad
	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**		Marita Grundhöfer	Tel. 06501 / 2625	
turnen@tgkonz.de		wegen Warteliste bitte in Geschäftsstelle anmelden!		
Montag	16.00- 17.00	Spaß an der Bewegung mit Ball (6-8 J.)	Marita Grundhöfer	St. Nik. Halle
	17.00- 18.30	Turnen-Spaß an der Bewegung (ab 8 J.)	Maria Kuhn	St. Nik. Halle
	17.00- 18.30	Leistungsturnen	S.Schumacher/E. Bucher	Gymn. Halle
	17.00- 18.30	Boden- und Geräteturnen ab 6, Anf.	V. Kisegi	Gymn. Halle
	18.30- 20.00	Leistungsturnen	Schumacher/E. Bucher	Gymn. Halle
Dienstag	16.00- 17.00	3 - 7 Jahre	Marita Grundhöfer	St. Nik. Halle
Donnerstag	15.15- 16.15	Spaß an der Bewegung mit Ball (3-4 Jahre)	Marita Grundhöfer	TG Halle
Freitag	09.30- 10.30	Mutter - Kind-Turnen Gruppe	Beate Jochem	TG Sportpark
	16.30- 17.30	Spielend turnen lernen im Ki-ga-Alter 3-5	Marion Prunk	St.Nik.Halle
	17.15- 18.30	Leistungsturnen	S.Schumacher	Gymn. Halle
	17.30- 18.45	Boden- und Geräteturnen 6-8 J.	Marion Prunk	St. Nik. Halle
Sonntag	10.00- 12.00	Wettkampftraining	S. Schumacher/E. Bucher	Gymn. Halle
S.				
Abteilung: **VOLLEYBALL**		Christoph Hänold	Tel. 06501 / 8098937	
volleyball@tgkonz.de		Torsten Heinz	Tel. 0651 / 4637307	
Montag	16.00- 17.30	Jugend (männl. Anfänger ab 15 J.)	Stephanie Hamm	S.-M.-H.
	17.30- 19.00	Damen III	S.Hamm/M. Malburg	S.-M.-H.
	20.00- 22.00	Herren I	T. Harig/C. Hänold	St. Nik. Halle
Dienstag	17.00- 18.30	Damen II	Stephanie Hamm	St. Nik. Halle
	18.30- 20.15	Damen I	M. Bollenrath	St. Nik. Halle
	20.15- 22.00	Herren II	S. Beyer	St. Nik. Halle
Mittwoch	16.15- 17.30	Ballsport (6 - 8 J.)	Chr. Albrecht	S.-M.-H.
	19.00- 21.00	Damen III	Moritz Malburg	S.-M.-H.
Donnerstag	17.00- 18.30	Jgd. (weibl. + männl.) Anf. + Fortg. (10-14J.)	L. Neises/A. Hamm/P. Hamm	Gymn. H.
	18.30- 20.15	Damen II	S. Hamm	St. Nik. Halle
	20.15- 22.00	Herren I	T. Harig/C. Hänold	St. Nik. Halle
	20.15- 22.00	Hobby-Mixed	N.N.	Lorenz-Kellner-H.
Freitag	20.00- 22.00	Damen I	M. Bollenrath	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	17.00- 18.00	Pilates für Einsteiger	Kathrin Fusenig	TG Sportpark
Mittwoch	17.30- 19.00	Yoga	Mechthild Schneider	Sen. Haus Z. Buche
	18.00- 18.50	Zumba® Step	Kathrin Fusenig	TG Sportpark
	19.30- 21.00	Yoga	Mechthild Schneider	Sen.-Haus Z.Buche
	20.10- 21.10	Zumba® Fitness	Kathrin Fusenig	TG Sportpark
Donnerstag	17.30- 19.00	Yoga	Mechthild Schneider	Konzer Bürgersaal
	19.00- 20.30	Yoga	Mechthild Schneider	Konzer Bürgersaal
Freitag	10.45- 11.45	Pilates für Fortgeschrittene	Kathrin Fusenig	TG Sportpark

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

Wochentag	**Öffnungszeiten**		**Trainer/-in**	**Ort**
Montag	8.00- 12.00		Christian Albrecht	TG Sportpark
	13.00- 18.00	Jugendtraining (U 16)	Gisela Brech	TG Sportpark
	15.00- 18.30		Christian Albrecht	TG Sportpark
	18.30- 21.30		Rudi Weber	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
	14.00- 16.00	Frauentraining	Gaby Willems	TG Sportpark
	16.00- 18.30		Gaby Willems	TG Sportpark
	18.30- 21.30		Christian Albrecht	TG Sportpark
Donnerstag	8.00- 12.00		Kathrin Fusenig	TG Sportpark
	14.00- 18.00	Jugendtraining (U 16)	Trainer im Wechsel	TG Sportpark
	18.30- 21.30		Alex Müller	TG Sportpark
Freitag	8.00- 12.00		Marlies Frick	TG Sportpark
	15.00- 18.30		Christian Albrecht	TG Sportpark
	18.30- 21.30		Trainer im Wechsel	TG Sportpark
Samstag	14.00- 17.00		Trainer im Wechsel	TG Sportpark
Sonntag	9.00- 13.00		Trainer im Wechsel	TG Sportpark



Leonie Elmer, Siegerin Römerstrom-Jugendlauf (2000 Meter) in 8:18 (Fotograf: Boris Ruth)



Benedikt Althoff, Sieger im Jedermannlauf (5km) in 18:55 (Fotograf: Benjamin Kleinjohann)



Chiara Bermes, Siegerin im Jedermannlauf (5km) in 21:54 (Fotograf: Benjamin Kleinjohann)



Alexander Bock, Sieger im Volvo-Wurzelweglauf (10km) in 37:51 (Fotograf: Benjamin Kleinjohann)



Tina Wessely, Siegerin im Volvo-Wurzelweglauf (10km) in 43:36 (Fotograf: Benjamin Kleinjohann)



Andreas Theobald, Sieger im Samok-Lauf (15km) in 53:15 (neuer Streckenrekord!) (Fotograf: Benjamin Kleinjohann)



Tatjana Queseda, Siegerin im Samok-Lauf (15km) in 1:05:55 (Fotograf: Benjamin Kleinjohann)

Übrigens: Einen weiteren Bericht zum Wurzelweglauf findet Ihr auch auf der Seite des Trierischen Volksfreunds.
Ach ja, und dann wären da auch noch jede Menge Bilder auf unseren Fotostrecken im Internet www.wurzelweglauf.de . Wir bedanken uns bei den Fotografen Andreas Kilian, Benjamin Kleinjohann, Karl-Josef Roth und Boris Ruth.
Und demnächst gibt es noch einen besonderen Leckerbissen auf unserer Seite: Nämlich einen Videotrailer vom Wurzelweglauf, teilweise mit einer Drohne aufgenommen, produziert von DroidAir.
Besucht uns also demnächst nochmal auf unserer Homepage, es lohnt sich.
Ansonsten sehen wir uns hoffentlich nächstes Jahr am 5. November 2016 zum
41. Wurzelweglauf.
Freut Euch drauf!

Abteilungsleiter: Reinhold Büdinger
Tel. 0 65 01/9473823
lauftreff@tgkonz.de

Wurzelweglauf 2015: Mein härtester Wettkampf

„3-2-1-Start.“ Die Lautsprecherstimme des Moderators Bernd Kneer vermischt sich mit dem befreienden Schuss aus der Startpistole und hallt blechern durchs Konzer Stadion. Ich spüre, wie Adrenalin durch meinem Körper schießt. Mein Gehirn erteilt Befehle an die nervös hin- und her tippelnden Beine. Unwillkürlich steigt mein Puls, obwohl ich noch keinen Meter gelaufen bin. Doch jetzt beginnt für mich das Abenteuer 40. Jubiläums-Wurzelweglauf 2015.

Und ich weiß jetzt schon, dass dies vermutlich der härteste Wettkampf wird, den ich jemals gelaufen bin. Warum? Weil ich seit dem Trierer Stadtlauf an keinen Wettkampf mehr teilgenommen habe? Weil ich drei Monate verletzungsbedingt überhaupt nicht gelaufen bin? Weil ich die letzten Wochen nur homöopathische Joggingeinheiten mit vielen Laufpausen absolviert habe? Nein, ich habe keine Angst, dass ich die zehn Kilometer nicht schaffe. Immerhin habe ich die letzten Monate fleißig meine Aquajoggingrunden im Wasser gedreht. Und den Wurzelweg habe ich mich kürzlich auch schon mal probehalber hochgequält. Ich krieg das hin mit den zehn Kilometern. Sicher. Hart wird es aus einem anderen Grund. Weil ich mir etwas vorgenommen habe, was total gegen das Naturell eines Wettkampfläufers geht: Ich habe mit mir selbst eine „Mindestzeit“ vereinbart. Ich habe mit mir ausgemacht, dass ich mindestens eine Stunde für den Wurzelweglauf brauchen muss. Will meinen, langsamer darf ich, aber nicht schneller. Das war die Bedingung, die mein fürsorgender „interner Gesundheitsminister“ mit dem ehrgeizigen Wettkämpfer in mir ausgehandelt hat. „Entweder Du läufst langsam und schonst Deinen Fuß oder Du läufst gar nicht!“ Die Ansage war klar. Da gab es nix zu verhandeln. Das wird hart.



Spannung kurz vorm Start, Foto: Boris Ruth

Ich reihe mich ganz hinten in das Startfeld ein. Es dauert ein bisschen, bis ich die Startmatte erreiche, schließlich ist das Starterfeld dieses Jahr zum Jubiläumslauf bei fast sommerlichen Temperaturen erfreulicherweise dicht. Endlich geht es los Richtung Kapellchen. Leicht aufwärts. Ich zwinge mich, langsam zu laufen. Dann kommt die erste richtige Steigung Richtung Sprung. Ich kann nicht verhindern, ziemlich viele Läufer zu überholen. Das fühlt sich richtig gut an. Yeah. Es geht noch. Und schon ist der erste Kilometer erreicht. Blick auf die Uhr: 6:05. Also absolut im Soll.

Jetzt kommt das Abwärtsstück. Hier würde ich es normalerweise laufen lassen. Zeit gut machen. Aber ich halte mich zurück, bin die Selbstbeherrschung in Person. Durchgangszeit bei Kilometer zwei: 11:51. Etwas zu schnell, aber das passt schon. Der anspruchsvolle Teil kommt ja noch. Denn jetzt geht‘s ans Eingemachte: Wurzelweg, ich komme. Hier brauche ich keine Angst zu haben, den geplanten sechser Schnitt leichtfertig zu unterbieten, zumal der Regen heute Nacht den Wurzelweg zu dem gemacht hat, wofür er berühmt und berüchtigt ist. Ich kann also ruhig etwas Gas geben.



Wurzelweg-Adrenalin, Foto: Holger Teusch

Und da kommt es über mich, das ultimative Wettkampfgefühl. Noch habe ich ausreichend Kraft, um etwas Tempo zu machen. Die Läufer machen mir Platz zum Vorbeilaufen. Lange bevor sie meinem Atem in ihrem Nacken spüren, hören sie mein mitleiderregendes Hecheln. „Aus dem Weg, das Walross kommt.“ - Schwer schnaufend starte ich auf dem glitschigen Untergrund ein Überholmanöver nach dem anderen. Wie gut das tut. Jetzt weiß ich wieder, was mir die letzten Monate gefehlt hat.

Trotzdem bin ich froh, als ich ziemlich ausgepowert oben ankomme. Jetzt geht es wieder runter. Ich lasse es etwas laufen. Doch mein gesundheitsbewusstes Gewissen macht sich bemerkbar. „Hallo, Du bist zu schnell!“ - „Ja, aber hier geht es bergab.“ - „Eben deswegen. Hier musst Du Tempo rausnehmen.“ - „So einfach ist das jetzt nicht. Da sind zwei hinter mir. Die wollen mich überholen.“ - „Na und? Jetzt musst Du stark sein. Denk an unsere Vereinbarung!“ - „Ja, ist ja gut. Grummel, grummel, grummel.“ Ich füge mich und bin stark. Ich schalte einen Gang zurück und lasse drei, vier Läufer an mir vorbeiziehen, die ich zuvor auf dem Wurzelweg mühsam eingesammelt hatte. Dieses Schonprogramm habe ich ja überhaupt nicht im Repertoire. Es verlangt mir einiges ab. Bin ich doch hier immerhin in einem Wettkampf und überlasse das Feld kampflos meinen schnaufenden „Verfolgern“.

Aber es kommt ja noch der Gummiweg. Da geht‘s wieder hoch und ich darf etwas mehr Gas geben. Unwillkürlich sammle ich den ein oder anderen Läufer von vorhin wieder ein. Genugtuung. Die Welt ist wieder halbwegs in Ordnung.

Mein Blick auf die Uhr verrät: Ich bin wieder zu schnell unterwegs. Mist. Wo es doch gerade so gut läuft. Aber wenn ich so weiterlaufe, werde ich weniger als eine Stunde brauchen für die zehn Kilometer. Und dann gibt‘s wieder Zoff mit meinem internen Gesundheitsminister. Also runter vom Gas. Auch wenn‘s schwerfällt.



Schon wieder einer vorbeigezogen, Foto: Boris Ruth

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



Abteilungsleiter: *Reinhold Büdinger*
Tel. 0 65 01/9473823
lauftreff@tgkonz.de

Lauftreff

Wieder werde ich überholt. Ich kann das Mitleid der mich überholenden Läufer förmlich spüren. „Der Arme. Hat sich wohl bei den Steigungen übernommen. Jetzt fehlt ihm die Kraft. Ob er es noch schafft bis ins Ziel?“ - „Natürlich schaffe ich es noch, und ich könnte viiiiiel schneller, wenn ich wollte.“
Aber das denke ich nur. Ich sage es natürlich nicht. Stattdessen krame ich mein Smartphone heraus. Ich mache demonstrativ ein paar Fotos. Die nächsten mich überholenden Läufer erkennen jetzt sofort, dass da ein Laufprofi unterwegs ist, der nebenbei auch noch Zeit zum Fotografieren hat. Gemütlich geht es weiter. Den letzten Kilometer Richtung Stadion gebe ich einer Läuferin noch etwas Endspurthilfe. Natürlich völlig uneigennützig. ;-)
Am Eingang zum Stadion stehen einige meiner Laufkollegen und wollen mich lautstark zum Endspurt anfeuern. Ich halte an und erkläre ihnen, dass das nicht geht. Noch nicht. Ich bin zu früh dran. Der Stadionsprecher winkt gerade Läufer mit 57er Zeiten durch. Da habe ich wohl die letzten Kilometer die Uhr doch nicht mehr so genau im Blick gehabt. Oh, oh. Das gibt Ärger mit meinem hauseigenen Gesundheitsapostel.



Wegweiser Willi, Foto: Boris Ruth

Was tun? Ich habe noch über zwei Minuten für die letzten 200 Meter übrig. Ich darf ja auf keinen Fall vor Ablauf einer Stunde ins Ziel kommen. In meiner Verzweiflung drehe ich um und laufe noch einmal gegen den Strich. Dann geht es mit etwas mehr Tempo und unter dem frenetischen Jubel der Zuschauerränge gemeinsam mit Waltraud ins bebende Stadion. Mit einem verschmitzten Lächeln beende ich den härtesten Wettkampf meines Lebens und überquere die Ziellinie in 1:00:33.



Mit einem Lächeln ins Ziel, Foto: Benjamin Kleinjohan

Und damit erfüllt sich wieder einmal die alte Weisheit: „Man bescheißt niemanden so gut wie sich selber.“ :-)
Auf der Lauftreffseite findest Du übrigens die Ergebnisse aller Läufe. Dort gibt es auch diverse Fotostrecken.

Das Foto „Wurzelweg-Adrenalin ist der Fotostrecke des Berichts von Holger Teusch im Trierischen Volksfreund entnommen. Danke für die freundliche Genehmigung, Holger. :-)

Matthias Keller

Abteilungsleiter: Reinhold Büdinger
Tel. 0 65 01/9473823
lauftreff@tgkonz.de

Entspannter Kreislauf

Laufbericht 6-Stunden-Lauf Kleinkarlbach von Ralph-Peter Renne

9:55 Uhr, geschätzt 13 Grad, nahezu wolkenlos. 70 Läuferinnen und Läufer versammeln sich vor der Grundschule Kleinkarlbach zum Briefing vor dem Start. Der Veranstalter mahnt uns zu vorsichtigem Verhalten auf der Strecke. Die Weinlese ist in vollem Gange, Vollernter sind unterwegs. Dazu die Bitte, keinen Müll in der Landschaft zu entsorgen, es gibt genügend Papierkörbe. Den Worten wird gedankenversunken gelauscht. Kleinkarlbach? Dort gibt es einen Lauf? Ja, einen 6-Stunden-Lauf. Dieser findet alle zwei Jahre am Tag der deutschen Einheit statt. Die Veranstalter wollen der Gemeinde der Ultramarathonläufer mit dieser kleinen Veranstaltung eine attraktive Laufmöglichkeit bieten. Ultramarathon – dabei will ich mitmachen? Ja, nach meinem ersten 6-Stunden-Lauf vor drei Jahren stand für mich fest, dass ich das noch einmal machen möchte. Ich fand die Atmosphäre in Troisdorf so freundlich und angenehm, dass ich nach einer Wiederholungsmöglichkeit suchte. Die fand ich in Kleinkarlbach.

Den Lauf nutze ich zu einem verlängerten Wochenende in der Pfalz. Schon am Vortag reise ich gemeinsam mit meiner Frau an. Wir verbringen den Tag mit der Erkundung Grünstadts zu Fuß. Optimale Vorbereitung für mein Vorhaben.

10 Uhr, Start. Das Feld der Läuferinnen und Läufer setzt sich gemächlich in Bewegung. Wir haben alle Zeit, da lohnt es sich nicht zu hetzen. Für mich beginnt die Erkundung der Strecke. Manches weiß ich durch die Ausschreibung. Rundenlänge 2.493 Meter, jede Runde rund 35 Höhenmeter. Doch wie sieht das in Natura aus? Nach der Startlinie laufen wir an einem Bach entlang. Bäume bieten Schatten. Nach rund 250 Metern geht es über eine Brücke, weitere 100 Meter später biegen wir nach rechts ab, der angedrohte Anstieg beginnt. Ungefähr 400 Meter geht es steil bergauf in die Weinberge Kleinkarlbachs. Oben angekommen laufen wir nach einer Rechtskurve mit tollem Blick über die Landschaft nahezu eben zwischen Reben. Nach einer weiteren Rechtskurve warnt ein Schild vor einem 16%-igen Gefälle. So steil geht es bergab zurück ins Dorf. Erneut rechts, dann am Bach entlang zurück zum Start.



Nach 16:10 Minuten endet meine erste Runde. Blickkontakt mit den Rundenzählern, ich wurde notiert. Erster Durchlauf durch die Verpflegungszone. Noch registriere ich nur das Angebot, brauche noch nichts. Die zweite Runde beginnt. Meine Welt für die kommenden Stunden kenne ich jetzt. Aber langweilig wird mir nicht. Zu viel geschieht um mich herum. Dazu überprüfe ich noch einmal meinen Plan für den heutigen Tag.

Bei 6-Stunden-Läufen haben alle sechs Stunden Zeit zum Laufen. Gewertet wird die zurückgelegte Entfernung. Als Ziel setzte ich mir 50 Kilometer. Dazu müsste ich mit einer Pace von 7 Minuten je Kilometer laufen. Einschließlich aller Pausen. Jetzt kenne ich die Strecke, vorsichtiger Optimismus keimt auf. Dieser lässt mich auch auf dieser Runde den Berg hinauf laufen, während andere gehen.

Wieder zurück am Start verabschiedet sich meine Frau für die nächsten Stunden von mir. Sie wird die Umgebung wandernd erkunden. Ihre guten Wünsche sind ein echter Motivationsschub für mich. Gegen Ende der dritten Runde überrundet mich der führende Mann. Beeindruckend sein Laufstil. Doch auch ich beginne andere Läuferinnen und Läufer zu überrunden. Einsamkeit kann hier keine aufkommen.

Nachdem die Sonneneinstrahlung die Temperatur auf angenehme Werte gebracht hat, zeigt Petrus ein Einsehen und schiebt Wolken vor die Sonne. So herrschen für uns optimale Laufbedingungen. Und die tolle Verpflegung sorgt dafür, dass niemand verhungern oder verdursten muss. Das Angebot, das der Veranstalter uns hier unterbreitet, lässt keine Wünsche offen. Es gibt Wasser, Iso, Tee, im weiteren Verlauf auch Cola und alkoholfreies Bier. Dazu Salzgebäck, Schokolade, Waffeln und Obst. Alles aufzuzählen ist schwer möglich. Ein besonderes Highlight für mich: klein geschnittene Tomaten und Gurken, zu denen Salz bereit gehalten wird.

Bis Kilometer 20 laufe ich mit Rundenzeiten knapp unter 16 Minuten. Es ist mir klar, dass sich das irgendwann ändern wird. Doch noch genieße ich die Leichtigkeit meines Laufes. Noch immer laufe ich den Berg hinauf. Der führende Mann überholt mich ein zweites Mal, auch die führende Frau kommt vorbei. Immer wieder überhole auch ich.

Gegen Ende der dritten Stunde kündigt sich bei mir ein Krampf an. Jetzt kann ich eine Besonderheit dieses Laufes nutzen. Alle Läufer konnten die Autos in Streckennähe parken. So kann ich zu meinem Vorrat an Gel und Magnesium greifen. Die verlorene Minute ist gut investiert, meine Probleme rasch überwunden.

Bei Halbzeit habe ich 28 Kilometer auf dem Zähler. Mir ist jedoch klar, dass ich diesen Wert nicht einfach verdoppeln kann. Zu viel kann in drei Stunden passieren. Die Beine erzählen mir, was sie bis hierher geleistet haben, meine Frische ist vorüber. Ab jetzt gehe auch ich den Berg hinauf. An den Verpflegungsstellen werden meine Pausen länger. Ich brauche mehr Kalorien, um die geleerten Speicher aufzufüllen, dazu nehme ich meistens zwei Becher. Die Rundenzeiten steigen auf über 17 Minuten.

Nach meiner 15. Runde motivieren mich die Rundenzähler mit der Information, dass es nur noch zwei Runden bis Marathon sind. Vielen Dank! Doch ab jetzt wird es für mich schwer. Ich bemerke, dass sich am rechten Fuß Blasen bilden. Mein Laufstil verändert sich, damit verlängern sich die Rundenzeiten noch einmal. Nach 4:45 Stunden beende ich meine Marathonrunde.

Besondere Freude für mich: kurz darauf kehrt meine Frau an die Strecke zurück und läuft einige Meter mit mir. Solche Momente sind legales Doping. In dieser Runde gehe ich den Berg besonders schwungvoll hinauf. Leider hält dieser Motivationsschub nicht ewig. Dazu hat die Sonne die letzten Wolken erfolgreich vertrieben. Das Quecksilber steigt auf neue Höhen. Doch ich mache die Entdeckung des Tages: Im Dorf steht am Streckenrand ein Brunnen. Ihn nutze ich ab jetzt immer, um meine Kappe mit Wasser zu füllen. Das sorgt für einen kühlen Kopf.

Auf der neunzehnten Runde passiert es: beim Bergablaufen platzt erst eine, kurz darauf die zweite Blase. Aua! Ich mutiere zum Wanderer. Erst im Dorf laufe ich vorsichtig wieder an. Meiner Frau erkläre ich, daß ich noch genau eine Runde laufen werde. Also noch einmal loslaufen auf die zwanzigste Runde. Nur noch die ebenen Abschnitte laufe ich. Zurück an der Startlinie zeigt die Uhr 5:46 Stunden.



Ich bekomme ein Fähnchen mit meiner Startnummer in die Hand gedrückt. Dieses soll ich bei Ertönen der Sirene, die den Lauf beendet, an die Strecke stecken. Die Vermesser können dann meine Restmeter notieren. Netter Service. Doch weit will ich ohnehin nicht mehr. Mit der gerade beendeten Runde habe ich 49.860 Meter erreicht, es fehlen noch 140 Meter.

Meine Frau will mich zum Weiterlaufen motivieren, ich erkläre, dass ich ab jetzt nur noch gehen werde. Sie begleitet mich, tolle Unterstützung! Gemeinsam gehen wir die Strecke entlang. Als ich den Anstieg erreiche, will ich mein Fähnchen in einen Blumenkasten stecken. Doch meine Frau treibt mich noch einmal den Berg hinauf. Oben gehen wir noch ein ganzes Stück, bis wir die Sirene hören. Mein Fähnchen findet einen Platz in der Erde. Ich registriere, dass es von hier aus egal ist, ob wir zurück oder vorwärts gehen. So beenden wir gemeinsam meine einundzwanzigste Runde.

An der Verpflegung gibt es jetzt für jeden eine Flasche alkoholfreies Bier. Wir werden aufgefordert, die Vorräte zu plündern. Rasch ziehe ich mich zu den Duschen zurück. Für jeden ist genügend warmes Wasser vorhanden. Dann geht es weiter ins Dorfgemeinschaftshaus. Vor der der Siegerehrung gibt es dort ein Pastabuffet. Dies ist im Startgeld von nur 22 Euro für jeden Läufer enthalten. Auch an diesem Detail zeigt sich, dass hier mit viel Liebe eine kleine Veranstaltung von Läufern für Läufer angeboten wird, die keine Wünsche offen lässt. Frisch gestärkt kann dann jeder der Ehrung der Sieger die erwünschte Aufmerksamkeit widmen. Beeindruckend die Leistung der Erstplazierten. Fast 69 Kilometer lief der erste Mann, mehr als 59 Kilometer die erste Frau. Beide werden mit Gutscheinen für die Teilnahme an einem Marathon belohnt. Bei der anschließenden Tombola erhält jeder Teilnehmer noch einen netten Preis.

Leider gibt es keine Urkunden. Doch dieses Manko wird wettgemacht durch die Veröffentlichung der Ergebnisliste noch am selben Abend. Dort kann ich ablesen, dass ich 51.030 Meter erreicht habe. Damit lande ich auf Platz 29 von 68 im Ziel gewerteten Läufern, werde 22. von 47 Männern und belege Platz 4 von 9 in der Altersklasse M55. Mit diesem Resultat habe ich mein Ziel übertroffen. Für mich ein toller Erfolg.

AUTOLACKIERERERI
Punessen
Meisterbetrieb

Unfallinstandsetzung - Karosseriearbeiten
Autoglas-Service Reparatur und Austausch
Klimaservice

Auch Samstags von 8-12 Uhr geöffnet
Konz - Könen Gewerbegebiet Tel. 06501 - 15601

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

Abteilungsleiter: *In Vertretung:*
Siegfried Wegener
Tel. 06581/996892
leichtathletik@tgkonz.de

Leichtathletik

Abschied Stefan

Lieber Stefan,
im Namen aller Mitglieder von Mickys Leichtathletik-Elitegruppe möchten wir uns ganz herzlich für deine lehrreichen, lustigen und anstrengenden Trainingseinheiten bedanken. Wir waren stets top motiviert, wenn du uns mit einem schelmischen Lächeln dein Quälprogramm erläutert hast.



Stefan repariert Starblöcke für alle Nutzer im Stadion Konz



Abschied im „kleinen" Kreis mit „kleinem" Danke

Der Allseits bekannte ‚Bauer' hat nicht nur uns alles abverlangt, sondern auch dich manchmal im wahrsten Sinne des Wortes umgehauen. Aber mit deinem Lieblingsgetränk warst du schnell wieder auf den Beinen.
Unsere Sprintfähigkeit wurde auch dadurch verbessert, dass du versucht hast unser Startverhalten mit kreativen Übungen zu perfektionieren. Natürlich hat auch das Reparieren und neu Bekleben der Startblöcke einen großen Teil dazu beigetragen.
Auch als Grillmeister hast du dein Talent unter Beweis gestellt, was wahrscheinlich auch auf deinen Saarländischen Einfluss und deiner großen Vorliebe für Fleisch zurückzuführen ist. Wenn wir schon beim Thema Essen sind, MÜSSEN deine superleckeren, von Mama gebackenen Nussecken erwähnt werden. Diese durften auch ein paar von uns auf deiner hochinteressanten Promotion verköstigen. (Leider haben wir nicht allzu viel verstanden)

Wir vermissen deinen Humor und wünschen dir alles, alles Gute und viel Erfolg auf deinem weiteren Lebensweg!
Du bist uns natürlich immer herzlich willkommen.

Abteilungsleiter: *In Vertretung:*
Siegfried Wegener
Tel. 06581/996892
leichtathletik@tgkonz.de

BEZIRKSMEISTERSCHAFTEN MEHRKAMPF 2015 JUGEND IN KONZ

Kinder-LA mit Stoppuhr und Bandmass
Mannschaftstitel für TG KONZ !!!

BZM 3-Kampf mit Rekordbeteiligung bei den 10-/11-jährigen. Über 40 Kinder (fast die Hälfte der gemeldeten StarterInnen der BZM) waren am Start zum „traditionellen" 3- Kampf der Schülerklasse C um ihre „Besten" zu finden.
Mir fällts schwer, Ergebnisse zu nennen, weil ich neben Zahlen zu nennen, diese fröhliche Kinderschar nicht beschreiben kann. Das war Spass-Leichtathletik für uns alle. Eine tolle Stimmung und Teamgeist. Ein Erlebnis einfach !!!

Hier die Platzierungen der TG Konzer, die durchweg ihre Bestleistungen gesteigert haben:
W10: Hennrich, Emely (3.);
W11: Sztabo, Sophia (4.); Marina Pütz (5.); Lilian Schmidt (6.); Liv Neureuther (9.); Pia Sauerwein (12.); Louisa Hennen (14.); Michele Grün (16.).
M10. Simons; Johann (1.);
Marco Krempchen (6.)
Den Mannschaftstitel errangen unsere Mädels mit Sophia, Mariana, Lilian, Liv und Emely.
Ganz herzlichen Glückwunsch euch allen.

Einzelergbnisse: (jeweils 50m Weit Ballwurf)

Sophia:	8,46/3,80/24,50
Mariana:	8,56/3,69/25,00
Lilian:	8,90/3,56/28,50
Liv:	8,72/3,65/18,00
Pia:	9,21/3,11/20,50
Louisa:	8,96/2,90/18,50
Michele:	9.64/2,92/14,50

micky

BEZIRKSMEISTERSCHAFTEN MEHRKAMPF 2015 JUGEND IN KONZ

Ergebnisse unserer „Mitmacher" bei den Mehrkampfmeisterschaften des Bezirks Trier waren geprägt von vielen Bestleistungen.

„Mitmacher" = da haben so viele unserer so starken Nachwuchs-Talente aus verschiedenen Gründen und warum auch immer nicht teilnehmen können, obwohl es ja vor der Haustüre war. Wir als Trainer befanden es einfach schade! Total schade auch wegen der Mannschaftswertungen .
Die Ergebnisse des kleinen Teilnehmerfelds der TG Konz LA-Trainingsgruppen bei unserem Sportfest „zu Hause U14 >> M12; (jeweils genannt mit Ergebnis Sprint/Weit/Wurf)
Rang 2 für Loris Krempcchen (11,91/4,00/33,50), 4. Jan Keller (12,36/3,70/26,00)

U14 >> W12: Rang 1 für Janine Hennrich (75m: 11,26/We: 4,53/Wurf: 37 m // vor Marie Punessen mit 11,57/4,12/32m; Leonie Elmer wurde 6. (11,56/4,19/19,50)
Leider waren für eine Mannschaftswertung (5) nicht alle gemeldeten Teilnehmerinnen der TG Konz Trainingsgruppen erschienen. Es hätte sicher zum Meistertitel gereicht. Da reichte für die W13 auch das tolle Ergebnis von Johanna Birk mit 1005 Punkten nicht aus, um in die Mannschaftswertung der U14 in der Rheinlandbestenliste genannt zu werden. Schade.
Die älteren Jahrgänge der U16 glänzten überwiegend durch „da kann ich nicht", was uns als Trainer nicht unbedingt froh machte;
Da hätten wir nicht nur einen Leistungsvergleich gehabt, sondern auch ein **Mannschafts-Erlebnis mit einem tollen Ergebnis**. Nächstes Mal packen wir´s an!!
Gratulation an William SIMONS zu Rang 2 der M14 und Lina BUCHER bei W14 mit Rang 5 des Bezirks, gespickt mit der ein oder anderen pers. Bestleistung der U16. Sie erzielten im 4-Kampf (Hochsprung kommt dazu):
Lina: 15,51 sec. / 3,96 m / 7,18 m! 1,20 m das ergab 1.458 Punkte; ihr gleichaltriger Vereinskollege
William: 13,54 / 4,62 / 8,85 ! 1,48 und 1.793 Punkte.

micky

LA-Wettkampf seit Jahren wieder im eigenen Stadion

Die Ausrichtung der Bezirksmeisterschaften 2015 im 3- und 4-Kampf für die NachwuchsathletInnen hatte die TG Konz übernommen, nachdem in den vergangenen Jahren diese Meisterschaften in Bitburg stattfanden.
Unser Team – bestehend aus erfahrenen Jung-Kampfrichtern und zahlreichen Eltern – hat bewiesen, dass wir solche Veranstaltungen zukünftig durchführen können.
Ohne die externe Unterstützung vom Start- und Zielpersonal des LA-Kreises (G. Heidle) sowie die EDV-gesteuerte Organisation (LVR/J. Jüngling) hätten wir das nicht geschafft. Ein ganz herzliches Danke.
Unser Bestreben sollte sein, auch diese Positionen zukünftig in Eigenregie zu besetzen. Mit Andreas und Michael Strupp sind hier qualifizierte Helfer sozusagen in der „Warteschleife". Vielleicht 2016, sollten wir die Meisterschaft wiederum ausrichten, in vorderer Front.

Wir müssen aber weitere Verantwortliche finden, die in diese und in Kampfrichter-Funktionen hineinschauen und sich begeistern lassen. Bitte melden!
Für 2016 ist ein Kampfrichter-Lehrgang in der Region geplant - überlegen und anmelden!
Durchweg junge, ausgebildete und erfahrene KampfrichterInnen der TG Konz konnten wir an den Wettkampfstätten einsetzen. Viele Eltern sowie die älteren Aktiven des Vereins haben einen total reibungslosen Ablauf gewährleistet. An allen Stellen waren jeweils 4 TGKler im Einsatz.

ES GAB NUR LOB und für 2016 bitte NOCHMAL ?

Besonders freuen konnten wir uns über den Besuch des 1. Vorsitzenden Jochen Schalm, dem diese „Freiluft-Veranstaltung" seiner TG sichtlich gefiel. Ein Kompliment für uns LAen ? !

Als Verantwortlicher dieser Meisterschaft möchte ich hiermit allen, aber wirklich allen danken, die zum Erfolg beigetragen haben. Alles war super:
Als ich am Spätnachmittag den Stadionschlüssel wieder auf „zu" drehte, konnte man nicht sehen, dass hier eine Veranstaltung statt gefunden hatte – selbst die Tribünen waren so, als hätte hier niemand gesessen. Dieses Lob an die Teilnehmer und Betreuer aller Vereine!!!
Nicht zu vergessen der Kaffee-/Kuchen-Stand, den unsere rührigen Eltern hingezaubert hatten und der regen Zuspruch fand. War nicht nur lecker sondern auch sooo appetitlich präsentiert.
Wie gesagt: Wiederholungsbedarf für 2016 - bleibt dran !

micky

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

Ihr Glasspezialist *GLAS BÄR*

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



54292 Trier • Metternich Straße 6
Tel. 06 51 / 1 38 77 • Fax 14 03 99
e-mail: glas-baer@arcor.de

Abteilungsleiter: *In Vertretung:*
Siegfried Wegener
Tel. 06581/996892
leichtathletik@tgkonz.de

Leichtathletik

Talentiade 2015 >>> 2016 LVR ...

... für die Nachwuchskader des Verbandes in 2016.

Für die Region West des LVR waren am 11. Oktober in Wittlich insgesamt 23 qualifizierte LAInnen aus der Region von ihren Trainern benannt. Bei dieser Sichtung konnten sie sich für eine weitere Förderung auf Verbandsebene qualifizieren.
War für die TGKler ein kleines „high-light“, denn ein Trainer denkt sich bei der Auswahl schon einiges dabei. Dass nicht alle beim ersten Mal den Sprung in die Fördergruppe schaffen, eröffnet für sie und andere für 2016 neuen Anreiz. Von den 23 Teilnehmern der Region hatten (fast!) alle das Trikot der TG Konz an . Ein gutes Zeichen für Nachwuchsarbeit.

- **Leonie ELMER / Jan KELLER / Nikolai SIMONS** - gleich drei werden dem Lauf-Nachwuchskader (Jahrgang 2003) des LVR angehören. Sie werden mit den Besten des Verbandes trainieren und zusammen sein. Schwerpunkt ist momentan die Vorbereitung auf den Cross-Länderkampf in Diekirch / Luxemburg am 21. Februar 2016, wo sie in der Verbandsauswahl starten können.

- **Da kriegen wir doch eine gemeinsame „Fankurve“ in Diekirch hin - oder? Wer machts ???**
- **Johann SIMONS** aus unserer „Männer“-Mannschaft, ebenso wie **Janine HENRICH** und **Lilian SCHMIDT** bei den „FRAUEN“ (alle Jahrgang 2003/2004) werden an den Lehrgangsmaßnahmen des LA-Verbandes *des Perspektiv-Kaders* teilnehmen und können sich weiter qualifizieren. Sie werden zu weiterführenden Maßnahmen eingeladen und sollen vielleicht das ein oder andere interessante neue mit in unsere Trg.gruppen einbringen.WK-Schwerpunkte 2016 sind Mehrkämpfe. Unser Team freut sich mit euch!
- Unsere anderen Teilnehmerinnen bei dieser Sichtungs-Maßnahme konnten sich ebenfalls hervorragend präsentieren.
  Leider konnten nur insgesamt 6 Aspirantinnen aus der Region West berücksichtigt werden. Und nachdem ich mir die Auswertung angesehen habe: **Pia SAUERWEIN** und **Liv NEUREUTHER** - das war knapp, aber mit guten Bewertungen. Nächstes Mal!



„Super Freude - so sieht LA aus!
v.l. n. r. : Leonie, Janine, Pia, Lilian, Johann, Jan

Möchte allen gratulieren - denn das ist nicht ohne und beweist eine gute Nachwuchsarbeit der TG Konz Leichtathletik.

Micky

Springer und Mehrkämpfer in der Deutschen Bestenliste.

In der Deutschen Bestenliste der männlichen Jugend U20 erreichte der 19-jährige Michael Strupp Rang 18 mit einer persönlichen Bestleistung von 13,99 Metern im Dreisprung. Sein 16-jähriger Bruder Aaron Strupp belegte Rang 41 im Dreisprung der männlichen Jugend U18 mit einer Weite von 12,45 Metern und Rang 37 im Hochsprung mit 1,90 Meter.
Unsere Zehnkämpfer Fynn Favier, Aaron Strupp und Lucas Meyer erkämpften sich Rang 15 in der Zehnkampf Mannschafts-Wertung der männlichen Jugend U18 mit insgesamt 14686 Punkten aus dem Saison-Abschluss-Wettkamp in Betzdorf.

Winfried Weires

Abteilungsleiter:
In Vertretung:
Siegfried Wegener
Tel. 06581/996892
leichtathletik@tgkonz.de

Saison-Abschluss der TG-Mehrkämpfer in Betzdorf

Zum Ende der Sommer-Saison 2015 erzielten die Mehrkämpfer der TG Konz eine ganze Reihe von Bestleistungen, sowohl im Mehrkampf als auch in verschiedenen Einzeldisziplinen. Allen voran der 17-jährige Fynn Favier, der sich mit 5.413 Punkten im Zehnkampf Platz 1 in der Rheinland-Bestenliste sicherte. Im Weitsprung, der zweiten Disziplin des Zehnkampfes sprang er mit 6,15 Metern zum ersten Mal über 6 Meter.
Auch der 16-jährige Aaron Strupp überzeugte mit einer hervorragenden Leistung im Hochsprung, der 4. Disziplin des Zehnkampfes mit einer übersprungenen Höhe von 1,90 Meter. Mit einer Gesamt-Punktzahl von 4.874 erreichte er Rang vier in der Rheinland-Bestenliste der männlichen Jugend U18. Die weiteren Plätze in der Bestenliste belegten unsere Athleten Lucas Meyer, Peter Lehnertz und Cameron Laubenstein. Lucas Meyer überflog mit 3,00 Metern im Stabhochsprung, der achten Disziplin im Zehnkampf eine neue Bestleistung. Peter Lehnertz überraschte mit 5,87 Metern im Weitsprung.
Unsere Zehnkampf-Mannschaft mit Fynn Favier, Aaron Strupp und Lucas Meyer errang Platz 1 in der RL-Bestenliste.



Die Mehrkämpfer der TG Konz nach dem Zehn- und Siebenkampf in Betzdorf.
von links: Cameron Laubenstein, Constanze Thiel, Michael Strupp, Christina Laubenstein, Fynn Favier, Anna Meyer, Aaron Strupp, Lucas Meyer, Peter Lehnertz und Trainer Winfried Weires.
Foto: Andreas Strupp



Aaron Strupp überspringt in der 4. Disziplin im Zehnkampf in Betzdorf eine Höhe von 1,90 Meter (Foto: Andreas Strupp)

Im Zehnkampf werden jeweils drei Athleten eines Vereins für eine Mannschaft gewertet.
Die Fünfkampf-Mannschaft besteht aus fünf Teilnehmern und den Ergebnissen aus den fünf Disziplinen des ersten Zehnkampf-Tages. In dieser Wertung belegte unsere Mannschaft mit Fynn Favier, Aaron Strupp, Peter Lehnertz, Lucas Meyer und Cameron Laubenstein ebenfalls Rang 1 in der RL-Bestenliste.
Mit einer persönlichen Bestleistung im Siebenkampf erreichte Anna Meyer mit 2874 Punkten Rang vier in der RL-Bestenliste der Altersklasse W15.

Winfried Weires

2015 waren dieWerfer der Leichtathletik und Rasenkraftsport Abteilung wieder erfolgreich!

Bei den Meisterschaften 2015 erreichten sie zwölf erste Plätze

Die Meisterschaften im einzelnen:
Lea Schramm
Rheinland und Westdeutsche Meisterin im Hammerwurf Schülerinnen W 15
Lukas Bauer
Rheinland und Rheinlandpfalz Meister im Hammerwurf M Jgd B U 18
Marc Wirsig
Rheinland Meister Hammerwurf der Männer
Fynn Favier
Rheinlandpfalz Meister Diskuswurf M Jgd B U 18
Sabine Jakoby
Rheinlandmeisterin Hammerwurf Seniorinnen W 40
Maringer Wilhelm
Südwestdeutscher Meister im Gewichtswurf Schüler B M 13 (Schwergewicht)
Rheinlandpfalz Meister Rasenkraftsport im Dreikampf Schüler B M 13 (Hammerwurf,Gewichtswurf, Steinstoßen)

Punessen Marie
Südwestdeutsche Meisterin im Steinstoßen ,Gewichtswurf und im Dreikampf Schülerinnen W12
Rheinlandpfalz Meisterin im Dreikampf Schülerinnen W12 (Schwergewicht)
Asllani Laura
Rheinlandpfalz Meisterin im Dreikampf Schülerinnen W12 (Leichtgewicht)
Marie warf darüber hinaus mit dem 2 kg Hammer 34,94 und übertraf damit den Rheinlandrekord aus dem Jahre 2000

Herzlichen Glückwunsch !
Siegfried Wegener

Elektroinstallation
Telefon- und Sat-Anlagen
Automation, Schaltanlagen
Tor- und Schrankenanlagen
PC-Netzwerke
www.e-schmitt.de
e-mail: info@e-schmitt.de
SCHMITT GmbH
Albert - Einstein - Str. 7
D - 54329 Konz
Tel. ++49 6501 92 87-0
Fax ++49 65 01 92 87 49
SCHMITT Elektrotechnik

Qualität • preiswert & schnell
R.C.
Schuhreparaturen
&
Schlüsseldienst
Rainer Coenen
Bahnhofstr. 30a - 54329 Konz
Tel.: 06501 - 60 85 84 9

Abteilungsleiter: *In Vertretung:*
Siegfried Wegener
Tel. 06581/996892
leichtathletik@tgkonz.de

Leichtathletik

Beste Sprinterin der TG Konz auf Platz 1 der Deutschen Bestenliste

Die 16-jährige Sophia Junk, die seit Anfang diesen Jahres für die LG Rhein-Wied startet und im Sommer Deutsche Meisterin über 200 Meter der U18 in Jena wurde, steht auch auf Platz 1 in der Deutschen Bestenliste über 200 Meter der Altersklasse U18 mit einer Zeit von 24,17 Sekunden. Herzlichen Glückwunsch!

Winfried Weires



Bei den Rheinland-Team-Meisterschaften der Jugend in Mayen belegte die Mannschaft der TG Konz Rang vier mit den Athleten
(v. li.): Cameron Laubenstein, Aaron Strupp. Fynn Favier, Peter Lehnertz, Christina Laubenstein, Anna Meyer, Lina Girndt, Michael Strupp und Trainer Winfried Weires im Rolli.
Foto: Andreas Strupp

Talentförderung 2016 LA-Verband

Sophie SCHEIDT (Jg. 2001) in der LVR - Talentfördergruppe dabei.

Dies ist sozusagen nach dem Perspektivkader die nächste Stufe der Nachwuchsförderung des Verbandes. Aufgrund ihrer guten Leistungen wurde sie hierzu nominiert und wird an den Lehrgangsmassnahmen des Verbandes teilnehmen.

Gratulation. Auch soweit muss man erst mal kommen.
Und da treffen sich zu einem ersten gemeinsamen Wochenende die besten RheinländerInnn von Westerwald bis Saargau in Gerolstein zum gemeinsamen Training ihrer Altersklassen. Neben Sophie Scheidt mit dabei das „Gewächs“ aus Mickys Talentschmiede Charlotte Reihs als Jüngste.

Resuemeè in kurz:

Da wird bei TG Konz eine Nachwuchsarbeit Leichtathletik stillschweigend gemacht; und da tauchen Talente plötzlich in Landes-/Regionalkadern auf.

Wir machen sicher zu wenig PR - ok. Aber umso bessere Nachwuchsarbeit !
Aber unsere PR sind die Jugendlichen - ob Kader/Fördergruppe oder nicht!

Das gesamte TEAM! Und jede Athletin für sich UND das Team. Weiter so!

micky

Leichtathletik

Abteilungsleiter:
In Vertretung:
Siegfried Wegener
Tel. 06581/996892
leichtathletik@tgkonz.de

12 Athleten der TG Konz erringen in Gladbach sechs 1. Plätze

Beim ersten Lauf der 40. Mosel-Cross-Serie konnten sich bei günstigen Laufbedingungen sechs Athleten eine optimale Ausgangsposition für die vier Crossläufe diesen Winter schaffen: Emely Hennrich (1. W11), Marius Lauer (1. U18), Moritz Remlinger (1. U20), Dominik von Wirth (1. M20, Langstrecke), Hendrik Haumann (1.M35, Mittelstrecke) und Ernst Kletke (1.M50, Mittelstrecke). Auch die anderen unserer Läufer können auf ihrem Start in die Serie aufbauen: Ida Kletke (2. W13), Andrea Bruckmann (2. W20, Mittelstrecke), Vera Kletke (2.W45, Mittelstrecke), Henrik Kletke (2. U20), Erwin Witt (3. M60, Langstrecke), Dominik von Wirth (5. M20, Mittelstrecke) und Rainer Michels (6. M50, Langstrecke).

Ernst Kletke

Schwimmen

Ansprechpartner:
Achim Bartholome
Tel. 06581/9850288
schwimmen@tgkonz.de

Disch, Warnatz, Lok und Moersch machten es klar, vierter Pokalgewinn in Folge!

Nach 2012, 2013 und 2014 gelang es Hannah Disch, Julia Warnatz, Emma Lok und Marie Moersch auch in diesem Jahr, den Mannschaftspokal Mosel des Schwimmbezirks Trier-Mosel nach Hause zu bringen. Mit 25:53,82 Minuten bezwangen sie die Damen von Tus Daun (Platz 2 in 27:54,40 Min.), sowie die der beiden Mannschaften von Flipper Gerolstein. In einer aus sechs Mannschaften bestehenden Wertungsgruppe, belegte unsere weibliche Jugend, mit dem Schwimmerinnen Marie Liebhäuser, Isabelle Müller, Hannah Berens und Lucie Disch, hinter dem SSV Trier, in 28:04,79 Minuten, Rang 2. Ebenfalls den 2. Platz erreichten unsere Männer mit den Aktiven Nils Wagner, Leon Selbach, Jannik Lorth und Patrick Liebhäuser in 28:11,09 Minuten vor SC Flipper Gerolstein und TV Bitburg.



Trainer Achim Bartholome (rechts) mit den drei erfolgreichen Konzer Schwimm-Teams



So sehen Sieger aus, Marie Moersch, Hannah Disch, Emma Lok und Julia Warnatz (von links nach rechts)

Konzer Doppelsieg bei Vielseitigkeits-Veranstaltung im Westerwald

Beim Nikolaus-Schwimmen des TuS Montabaur im Hallenbad von Wirges waren Julia Warnatz und Marie Moersch nicht zu toppen. Mit jeweils fünf Starts, fünf Bestzeiten und dem Gesamtsieg in der Mehrkampfwertung ließen die beiden TG-Schwimmerinnen nichts anbrennen. In einem ambitionierten Rennen über 100m Lagen gelang es Nils Wagner seine bestehende Bestleistung um über sechs Sekunden auf 1:21,9 Minuten herunterzuschrauben. Gute Leistungen zeigte auch Moritz Kötting auf der 50m-Distanz in den Disziplinen Rücken, Brust und Freistil. Dreimal Rang 3 in ihrer Altersklasse, bedeuteten für die erst 10-jährige Eileen Weier eine gelungene Wettkampf-Premiere.



TG-Mannschaft mit Betreuerin Heike Warnatz (Mitte) im Schwimmbad der Westerwald-Stadt Wirges

SIMON'S PLAZA

Landhaus
★★★ Hotel Eucharisusberg
Restaurant · Hotel · Weingut
Fam. Mangerich
Regionale, saisonale frische Küche, eigene Weine.
Montags Ruhetag
54329 Konz-Obermennig · Am Großschock 7
Tel. 0 65 01 / 1 33 62 oder 1 38 69
Fax 0 65 01 / 1 31 34
E-mail: landhaus-eucharisusberg@t-online.de
www.eucharisusberg.de

Abteilungsleiter: *Thomas Bruckmann*
Tel. 0 65 01/5565
tischtennis@tgkonz.de

Tischtennis

Tischtennis-Regionsmeisterschaften 07.11 und 08.11.2015

Am 7. und 8. November 2015 gab es in Konz neben dem Wurzelweglauf noch eine zweite, größere Sportveranstaltung: Es fanden die Regions-Einzelmeisterschaften im Tischtennis statt. Hierbei waren die Spieler der Region Trier-Wittlich, die die Kreise Trier-Saarburg und Bernkastel-Wittlich umfasst, dazu aufgerufen, sich in den Jugend-, aber auch den Herren und Damen-Klassen zu messen. Wie im letzten Jahr haben auch die Spieler vieler Vereine den Weg in die große Saar-Mosel-Halle gefunden. Insgesamt wurden elf verschiedene Klassen gespielt: Bei den männlichen Teilnehmern waren alle Klassen von Schüler C über Herren E bis hin zu den Herren A vertreten, während es bei den weiblichen Spielerinnen noch viel Luft nach oben gab und leider nur eine Damen- und die Mädchenklasse ausgetragen werden konnte. Außerdem fanden auch die Doppelwettbewerbe in jeweiligen Klassen statt. Zum Abschluss der diesjährigen Meisterschaften in Konz gab es noch ein gemischtes Mixed-Doppel.
Die Teilnehmerzahlen waren gegenüber dem Vorjahr leicht rückläufig: 86 Jugendliche, 61 Herren und 9 Damen aus 17 verschiedenen Vereinen standen sich in 404 Begegnungen gegenüber. Die TTF Konz trat insgesamt mit 22 Jugendlichen und 8 Erwachsenen an. Einige unserer Jugendspieler/-innen stellten ihr Können auch in den Erwachsenenklassen unter Beweis und zeigten, dass sie trotz des häufig großen Altersunterschiedes als Gegner ernst genommen werden müssen. Natürlich wurde auch für das leibliche Wohl, der Spieler/-innen gesorgt. An dieser Stelle noch ein großes Dankeschön an die zahlreichen und leckeren Kuchenspenden der Konzer Tischtennisfreunde.



Leon Bottler (re.) und Vincent Thymian (li.) beim Doppel. Da kann man auch schon mal den Boden unter den Füßen verlieren


Moritz Kaspari (vo.) und Aaron Emmerich (hi.) bei der Siegerehrung mit Christa Bruckmann (re.)

Samstag:
Für das Aufbauteam ging es am Samstag schon früh in die Halle. Sie trafen sich um acht Uhr, damit das Turnier pünktlich um zehn Uhr beginnen konnte. Es mussten die Tische, die Turnierleitung und die Restauration aufgebaut werden, was routiniert und ohne Probleme erledigt wurde. Als alles startklar war, trafen auch schon die ersten Spieler/-innen mit ihren Betreuer/-innen ein. Das Turnier begann planmäßig um zehn Uhr mit den Jungen- und den Schüler B-Klassen (Einzel und Doppel). Um elf Uhr ging es dann mit den Mädchen weiter. Danach trugen die Schüler A und C ihre Einzel-und Doppelspiele aus, bevor als letzte Samstags-Klasse noch die Herren E Konkurrenz um 16 Uhr gespielt wurde.
Und nun zu den Ergebnissen:
Alexej Forot, Robert Schlegel, Kai Baumann, Jonas Kirchen, Vincent Thymian, Sven Angel, Katja Bruckmann und Johannes Goergen überstanden die Gruppenphase des Jugendbereiches leider nicht. Im Viertelfinale der Jungen verloren Maximilian Yudaskin und Loic Briesach, Moritz Kaspari kam bis ins Halbfinale. Im Finale begegneten sich Aaron Emmerich und

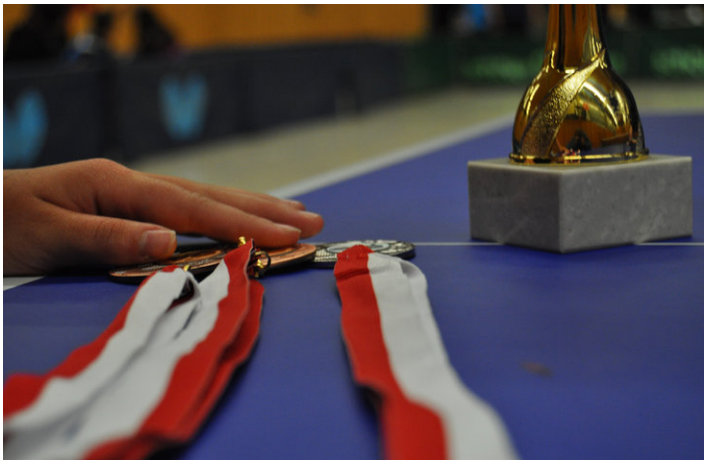
Fortsetzung auf Seite 36

Abteilungsleiter: Thomas Bruckmann
Tel. 0 65 01/5565
tischtennis@tgkonz.de

Kai Könen, wo Aaron mit 3:0 Sätzen gewann und somit Regionsmeister der Jungen wurde. Bei den Doppelspielen gelangten Robert Schlegel/ Marvin Reifenberg und Paul Schmitz/Alexej Forot bis ins Viertelfinale. Im Halbfinale unterlagen leider Moritz Kaspari und Maximilian Yudashkin. Bis ins Finale schaffte es das Konzer Doppel Loic Briesach/Waldemar Follenweider, doch den Titel des Regionsmeisters mussten sie David Gorges/ Jannis Wilhelm von der TTSG 76 Wittlich überlassen.
Bei den B-Schülern kam Leon Bottler bis ins Viertelfinale und verlor dort knapp. Regionsmeister wurde Nico Linden von der TuS Mosella Schweich. Im Doppel verloren Sven Angel/Leon Bottler im Achtelfinale, doch ihr Mannschaftskollege Vincent Thymian erkämpfte sich mit seinem Partner Michael Yankelevich (SV Zeltingen) bis ins Finale. Auch hier konnte der Heimvorteil leider nicht genutzt werden, denn Regionsmeister wurden Noah Dippelhofer und Tim Regnery (TuS Mosella Schweich). Da Vincent und Michael vor dem Turnier noch nie zusammen Doppel gespielt hatten, war das Erreichen des Finales aber eine tolle Leistung.
Regionsmeisterin in der Mädchenklasse wurde Franziska Schlöder (TuS Mosella Schweich). Bei den Doppeln verloren Katja Bruckmann und Jessica Bollig (FC Könen) im Halbfinale gegen Larissa Koop und Franziska Schlöder, die später dann auch den Titel holten.
In der Schüler A Klasse verlor Albert Tafolli im Viertelfinale gegen Daniel Emmerich. Regionsmeister wurde Marius Wollschläger (TuS Mosella Schweich). Albert Tafolli und Johannes Goergen gelang es auch, bei den Doppelspielen bis ins Viertelfinale zu kommen. Regionsmeister wurden hier Samuel Chung (Post-Sportverein Trier e.V.) und Daniel Emmerich (TTC Gelb-Rot Trier).
Regionsmeister in der Schüler C-Klasse wurden im Einzel Noah Emmerich (SG Blau-Weiß Greimerath) und bei den Doppeln Pablo und Luis Castro Schmitz (TTC Gelb-Rot Trier). Das war nun die lange Liste der Jugendklassen, doch damit war am Samstag noch nicht Schluss.
Loic Briesach, Robert Schlegel und Maximilian Yudashkin spielten nicht nur in der Jungen-, sondern auch in der Herren E Klasse mit. Trotz ansprechender Leistungen reichte aber leider nicht, um die erste Runde der Gruppenspiele zu überstehen. Regionsmeister wurde Patrick Rittel vom Post-Sportverein Trier. Er spielte mit Loic Doppel und erreichte dabei das Viertelfinale. Robert Schlegel und Maximilian Yudashkin verloren im Finale knapp gegen Woldemar Bauer und Christian Verbücheln.
Nach diesen Spielen war der erste Tag der Regionsmeisterschaften in Konz



Ganz oben beim Herren C/D Doppel: Ralf Hein (li.) und Winfried Marxen (re.), als Dritter ganz rechts: Patrick Hunsicker



Darum ging's: Pokale für die Sieger, Medaillen für die Platzierten



Nach getaner Arbeit kam auch der Spaß nicht zu kurz.



Auch der Müll muss weg



Loïc Briesach bringt Nachschub

Wertstoffe und Recycling GmbH
KWR ... der Umwelt zuliebe
Tel. 0 65 01 / 12 55 3
Ihr Abfallentsorger in der Region Konz und Trier
TRIERER CONTAINER SERVICE
TCS IHR TRANSPORTEUR
TEL. 06 51 - 932 932
IHR WERTSTOFFTRANSPORTEUR IN DER REGION KONZ UND TRIER

Meisterbetrieb
Glasschleiferei
Glasmöbelbau
Glaserei Schaumann
Neu- und Rep. Verglasungen
Duschkabinen
Spiegel mit Montage
Glashandel
und vieles mehr.....
Roscheider Str.1
54329 Konz
Tel. 06501 / 60 39 808
Fax 06501 / 60 39 809
24-Stunden Notdienst

IHR GELD WIRD SICH GUT ENTWICKELN.
welt hunger hilfe
1997: VERARMT
2004: SCHAFZÜCHTERIN
Nach dem Tod ihres Mannes war Hilda Yolanda Fernández aus der Dominikanischen Republik völlig verarmt. Mit einer Leihgabe von vier Schafen und einem Bock hat die Deutsche Welthungerhilfe ihr geholfen, sich eine Existenz aufzubauen. Inzwischen hat sie eine kleine Herde, von der sie leben kann. Schenken Sie Menschen wie Hilda Yolanda Fernández Lebens- und Entwicklungschancen. Spenden Sie. **Spenden-Konto 1115, Sparkasse Bonn BLZ 380 500 00. www.welthungerhilfe.de.**

KÜS
Prüfstelle Konz
• Hauptuntersuchung
• Abgasuntersuchung
• Änderungsabnahmen
09.00 - 12.00
und
15.00 - 18.00
Sa. von 13.00 - 16.00
• Arbeitssicherheit
• Tachoprüfung
• Prüfung von Gasanlagen
• Schaden u. Wertgutachten
• Oldtimer-Gutachten
Gewerbegebiet Konz-Könen Tel.: 06501/99040 Fax: 99041 Kues-konz@t-online.de

Abteilungsleiter: *Thomas Bruckmann*
Tel. 0 65 01/5565
tischtennis@tgkonz.de

Tischtennis

vorbei. Alle freuten sich darauf, nach Hause zu kommen, denn sie wussten ja, dass der nächste Tag wieder sehr anstrengend werden würde.

Sonntag:

Auch am Sonntag ging es für einige früh in die Halle, um wieder alles für die Fortsetzung der Meisterschaften bereit zu machen. Nachdem am vorherigem Tag alle Jugendspiele durchgezogen wurden, waren nun die Erwachsenenklassen an der Reihe. Das Turnier startete mit der Herren A Klasse und den TTF Konz-Startern Aaron Emmerich, Ralf Hein, Nico Schmitt, Marc Weber und Maximilian Reinert. Gleichzeitig begann auch die Herren C Klasse mit den Konzern Winfried Marxen, Jörg Didion und Rene Lutz. Am Sonntag-Nachmittag wurden die letzten drei Einzel-Konkurrenzen aufgerufen: Herren B, D und die Damenklasse. Für die TTF Konz gingen bei der Herren B Klasse Winfried Marxen, Jörg Didion, Ralf Hein, Aaron Emmerich, Nico Schmitt und Maximilian Reinert an den Start. Moritz Kaspari und David Memaj spielten in der Herren D Klasse mit; Susanne Quint und Katrin Nestler waren die einzigen Meldungen der TTF Konz in der Damenklasse.

Ralf, Nico und Aaron überstanden die Gruppenphase der Herren A Klasse leider nicht, Marc kam allerdings bis ins Halbfinale, und Max gewann im Finale mit 4:1 Sätzen gegen Markus Blum vom VFL Traben-Trabach. Das war dann der zweite Titel, der in Konz blieb.

Bei der Herren B Klasse überstanden Winfried Marxen und Rene Lutz die Gruppenphase leider nicht. Hier kämpfte sich Jörg Didion sich bis ins Viertelfinale vor, aber Regionsmeister wurde Alexander Philippi (TuS Mosella Schweich).



So sah die Halle aus, wenn man auf der Zuschauertribune stand

Bei den Damen gelang es Susanne Quint und Katrin Nester leider nicht, aus den Gruppen heraus zu kommen. Regionsmeisterin wurde Verena Glasner (TuS Mosella Schweich). Endstation Gruppenphase hieß es auch für die Herren B Winfried Marxen, Jörg Didion und Ralf Hein. Aaron stieß bis

Fortsetzung auf Seite 38



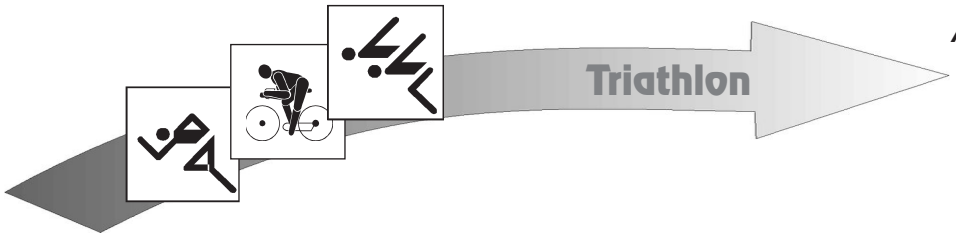
Abteilungsleiter: *Thomas Bruckmann*
Tel. 0 65 01/5565
tischtennis@tgkonz.de

ins Viertelfinale und Nico bis ins Halbfinale vor. Das Finale bestritten Max und der ehemalige TTFler Tobias Hermann (jetzt TuS Mosella Schweich), wo Max sich dann knapp im fünften Satz knapp geschlagen geben musste.
Die Herren D waren mit drei Startern fest in Konzer Hand und wurden im Spielsystem „Jeder gegen Jeden" ausgetragen: Moritz Kaspari musste sich mit Platz 5 zufrieden geben. Patrick Hunsicker erspielte sich mit einem Spielverhältnis von 2:2 Spielen den zweiten, und David Memaj wurde souverän mit 4:0 Spielen Regionsmeister der Herren D Klasse. Das war Titel Nr. 3!
In den Doppelklassen der Herren wurden jeweils die A/B-Klasse und die C/D-Klasse zusammen ausgespielt. Bei den Herren A/B schafften es Marc Weber/Nico Schmitt bis ins Halbfinale. Max Reinert und Aaron Emmerich bestritten das Finale gegen Markus Blum und Michael Kresimon vom VFL Traben-Trabach 1861, aber für einen Sieg der beiden TTFler reichte es leider nicht aus.
Bis ins Viertelfinale kamen David Memaj und Moritz Kaspari bei den Herren C/D Doppeln. Hier konnten die Konzer aber wieder einen Regionsmeister stellen: Herzlichen Glückwunsch an Ralf Hein und Winfried Marxen für den 4. Titel der TTF Konz!
Susanne Quint und Katja Bruckmann gingen den Damen Doppel an den Start, wurden aber im Halbfinale gestoppt. Verena Glasner und Franziska Schlöder (TuS Mosella Schweich) holten sich hier den Titel der Regionsmeisterinnen.
Zum Abschluss der zweitägigen Meisterschaft wurde unter 9 Paaren noch das Mixed ausgespielt. Loic und Susanne kamen bis ins Achtelfinale. Sabine Weber und Ralf Hein erreichten das Viertelfinale, während Andrea Bruckmann und Aaron Emmerich sogar bis ins Halbfinale vordrangen. Regionsmeister und Regionsmeisterin wurden aber am Ende Stefan Zimmer und Verena Glasner (TuS Mosella Schweich).
Wir bedanken uns bei allen fleißigen Händen aus den Reihen der TTF Konz. Ein großes Dankeschön geht auch an die „auswärtigen" Turnierleiter, ohne deren Unterstützung die Veranstaltung nicht durchführbar gewesen wäre. Vielleicht können wir ja auch im nächsten Jahr darauf hoffen, wieder die Regionsmeisterschaften in Konz austragen zu können.
Außerdem hoffen wir natürlich auch, dass alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen Spaß am Tischtennisspiel hatten, denn das war ja die Hauptsache!

Sarah Rosche

Zum Jahresabschluss wünschen wir allen Lesern, TG Mitgliedern und Tischtennisspielern ein ruhiges Weihnachtsfest und einen Guten Rutsch nach 2016!

Thomas Bruckmann



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

"IMMER ERREICHBAR STÄNDIG AUF EMPFANG"

Liebes TRI-Team, liebe Leser,

DAS "SMARTPHONE" vibriert, klingelt, flötet, gluckst, macht sich ständig bemerkbar.
Rund um die Uhr verbunden und empfangbereit. Immer online. Nur nichts und niemanden verpassen.

"Geht die Welt heut unter, so geht sie ohne mich", heißt es in einem wunderschönen Lied aus einer Zeit, als man Briefe noch persönlich in gelbe Kästen warf. Es war jene Zeit, in der die Telefonschnur bis zur Toilette reichte, auf die man sich zurückzog, um seine Ruhe zu haben.

Kaum zu glauben. Aber diese ZEITEN gab es tatsächlich. Man saß damals in Bus und Bahn still versunken in sich selbst oder in ein Buch . Man hätte den Weltuntergang tatsächlich erst im Nachhinein mitbekommen, weil keine APP dies unverzüglich mitteilen konnte. Man hielt einfach inne, war bei sich selbst und spannte ab. Das war WOHLSEIN für KÖRPER und SEELE. Hat man dabei etwas verpasst ?

Gut, viele von uns möchten diese gefühlte Steinzeit nicht mehr zurückhaben:
Sich nicht mehr auf dem Bahnsteig ratlos die Beine in den Bauch stehen. Heute kann man seine Verspätung nützlich planend an den Zielort Simsen. Und wenn einem der Hochzeitstag siedendheiß unter der Dusche einfällt, wird schnell online die Schadensbegrenzung abgeschickt. Ist das nicht herrlich? Gewiss, aber die virtuelle Verwünschung erreicht den Verteufelten auch oft schneller als die Polizei erlaubt. Die Vorteile wiegen die Nachteile auf, werden Sie als aufgeklärter und globalisierter Zeitgenosse sagen. Privat und beruflich schnell reagieren zu können, sei ein Muss in unserer Welt, um erfolgreich mithalten zu können.

UND die FOLGEN?? PSYCHISCHE KRISEN und andere ZEICHEN mentaler ÜBERFORDERUNG nehmen rasant zu, weil RUHE und REGENERATION zu kurz kommen, denn auch in PAUSEN und beim vermeintlichen NICHSTUN glühen die NERVENBAHNEN weiterhin im GEWUSEL der BITS und BYTES. Um also innere Ausgeglichenheit und Stabilität zu fördern, muss außen regelmäßig abgeschaltet werden

Wagen Sie den RÜCKSCHRITT indem Sie OFFLINE-TAGE einlegen. Sie werden damit weder aus der WELT herausfallen noch deren UNTERGANG verpassen.
PROBIEREN SIE ES, SIE WERDEN STAUNEN WIE GUT DAS TUT !!!

Für die kommende besinnliche Zeit wünsche ich Euch und Euren Lieben geruhsame Festtage und für 2016 GESUNDHEIT, GLÜCK und WOHLERGEHEN an allen 366 TAGEN.

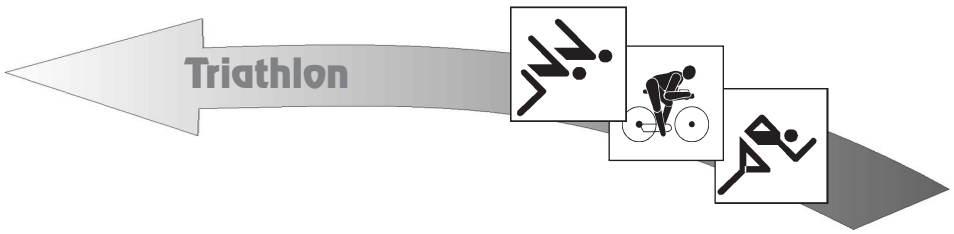
Denkt daran im neuen Jahr ab und zu in den "OFFLINE-MODUS" zu verfallen !!!

Uwe Lellinger
Kanzem, Dezember 2015

Herbert Feller
Fliesenlegermeisterbetrieb
Beratung und
fachliche Ausführungen
Valdenaire-Ring 6 · 54329 Konz-Roscheid
☎ (0 65 01) 6 00 1 20 · Fax (0 65 01) 6 00 1 21
Fliesen · Platten · Mosaik

TRAININGSBALANCE.de
Coaching für Anfänger und Fortgeschrittene
Ernährungs- und Trainingsplanung
Dirk Müller
Tel. +49 178 608 45 29
trainingsbalance@gmx.de
www.trainingsbalance.de

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



GESCHAFFT, GLÜCKLICH UND ZUFRIEDEN

Der Ironman : vom Start bis zum Ziel sind es 226 km, 3,8 km schwimmen,
180 km Rad und 42,195 km laufen. Das sollte der Höhepunkt in dem Sportjahr 2015 bei drei Athleten vom TRI-Team werden. Dirk Müller, Carmen Schaaf und Silvia Rausch hatten sich diese Herausforderung ausgesucht.
Sie haben viel und fleißig dafür trainiert. Der Weg dorthin war lang und wurde immer wieder mal von kleinen Weh Wehchen unterbrochen. Aber Triathleten kennen keinen Schmerz und sind sehr belastbar! Es waren lange Wochen mit vielen Entbehrungen, aber was tut man nicht alles um für den großen Tag fit zu sein. Silvia eine Wettkampferprobte Triathletin auf allen Distanzen zu Hause.
Nur der Ironman war Neuland für sie. Nizza sollte das Wunschrennen für Silvia sein. Sie reiste mit ihrem Ehemann Andreas und Schwester Melanie nach Nizza.
Hier wollte sie zeigen was in ihr steckt! Vor dem Schwimmen hatte sie etwas Respekt, denn es wurde im Mittelmeer geplanscht. Die Wellen und Mitstreiter waren eine große Herausforderung für Silvia. Sie kämpfte sich durch und schluckte viel Meerwasser und steckte einige Schläge ein. Endlich nach tollen
1:13:57 Stunden hatte sie wieder Boden unter den Füßen. Ihr war es aber so übel und sie spielte mit dem Gedanken das Rennen zu beenden. Nach Zurufen von Andreas und Melanie raffte sie sich doch auf und machte weiter. Nach über 10 Minuten im Wechselzelt schwang sie sich aufs Rad um die Übelkeit dort zu bekämpfen. Sie kam nur langsam in Schwung und konnte kaum etwas essen, aber ihr Kämpferherz sagte :"Silvia beiße dich durch". Nach 6:46:37 Stunden waren die 180 km geschafft. Jetzt ging ihr durch den Kopf, nur noch ein Marathon ! Als sie die Laufschuhe anhatte begann der Wettkampf neu. Sie fühlte sich wieder stärker , fand einen guten Schritt und konnte Andreas und Melanie ein Lächeln schenken. Nach großartigen 4:14:31 Stunden war der Marathon beendet und mit tollen 12:34:54 Stunden wurde sie 15. In der W40.
Sie darf sich jetzt Ironwoman nennen.

Carmen und Dirk starteten bei der Challenge in Roth, die gleichzeitig als Deutsche Meisterschaften ausgetragen wurde. Beide sind keine Rockys mehr, sie haben schon Erfahrungen auf der Langdistanz gesammelt. Doch in jedem Wettkampf werden die Karten neu gemischt. Geschwommen wurde im Main-Donaukanal. Dirk hatte schon vor dem Schwimmstart Adrenalin pur. Beim Aufsetzen der Schwimmbrille machte es patsch und der Gummi war gerissen. Mit schnellen Laufschritt eilte er zum Wechselzelt, denn er brauchte ja eine andere Brille. Man reichte ihm eine Kiste mit großer Auswahl. Er schnappte sich eine und eilte zum Schwimmstart. Gerade noch rechtzeitig konnte er sich einordnen aber leider nur noch in die hinteren Reihen. So kam er nicht so voran wie er wollte, trotzdem schaffte er die 3,8 km in guten 1:02:11 Stunden. Er war im Wettkampf angekommen. Der Druck auf die Pedale waren rund und für die zwei Runden im Frankenland brauchte er nur großartige 5:04:36 Stunden. Er fing an zu rechnen, bevor er in die Laufschuhe schlüpfte. Wechsel gut geklappt und immer wieder hörte er "DIRK,DIRK,DIRK" du siehst gut aus. Er konnte immer noch zurück lächeln und wie er bei 40 km war wusste er es wird eine neue Bestzeit. Er lief mit erhobenen Händen nach tollen 3:21:34 Stunden im Marathon und insgesamt mit der neuen, hervorragenden Bestzeit von 9:32:14 Stunden über den roten Teppich ins Ziel. Freunde, seine Eltern und Fremde freuten sich mit ihm. Er konnte es gar nicht fassen, es war vollbracht. Mit dieser Leistung erreichte er den 5.Platz in der AK M40 bei den Deutschen Meisterschaften!!
Carmen spulte ein solides Rennen ab. Bei ihrer nicht so geliebten Disziplin, dem Schwimmen kam sie gut in den Wettkampf. Nach guten 1:20:45 Stunden hatte sie wieder Boden unter den Füßen. Nach schnellen Wechselzeiten konnte sie auf dem Rad Plätze gut machen und erreichte nach großartigen 5:51:42 Stunden die Wechselzone in Roth. Mit einer tollen Marathonzeit von 4:01:40 Stunden und einer Gesamtzeit von 11:22:50 Stunden erreichte sie bei den Deutschen Meisterschaften in der AK W45 den großartigen 8.Platz.
Beim Einlauf ins Stadion und auf der Marathonstrecke wurde Carmen von vielen Bekannten und Freunden lautstark angefeuert. Das gab ihr die Kraft die Langdistanz erfolgreich zu finishen.

Glückwunsch nochmals an SILVIA, CARMEN und DIRK für die gezeigten, guten Leistungen. Ihr seid damit VORBILDER für die jüngere Generation !!!

Unter dem MOTTO: "Der selbst erlebte ERFOLG macht stark und stärker" wünsche ich Euch für die kommenden Ziele weiterhin ERFOLG und SPASS.

Uwe Lellinger

Abteilungsleiter: Marita Grundhöfer
Tel. 0 65 01 / 2625
turnen@tgkonz.de

Gymmotion 2015- Wir waren dabei!

Mit sieben anderen Vereinen des Turngaus Mosel-Saar durften wir unseren Verein bei der Gymmotion –United 2015 vertreten.
Mit unserem Tanz eröffneten wir die Gymmotion und sorgten dafür, dass das Publikum angeheizt wurde.
Es war ein tolles Erlebnis und eine super Show im Anschluss.





Mannschaftsmeisterschaft des Turnverbandes Mittelrhein in Hermeskeil

Am 10.10. hieß es dann für die Mannschaft des TV Ehrang mit unserer Ella einen weiteren Qualifikationsplatz für die Rheinland-Pfalz-Mannschaftsmeisterschaften zu erreichen.
Der Wettkampf startete am Zittergerät Balken- genau als solches erwies er sich auch! Mit sechs unfreiwilligen Abgängen war die Hoffnung auf einen vorderen Platz schnell zunichte gemacht. Am Boden lief es dann besser und man konnte wieder Punkte gut machen. Am Sprung und Barren zeigten die Mädels, warum sie sich qualifiziert haben, doch bei der starken Konkurrenz mussten sie sich letztendlich mit dem fünften Platz zufrieden geben.



1.	CTG	207,800
2.	TV Rheinbrohl	197,300
3.	TV Cochem	194,600
4.	MTV Bad Kreuznach	192,000
5.	TV Ehrang	189,050
6.	TuS Kirchberg	187,450

Die Mannschaft 2003 und jünger des TV Hermeskeil schaffte es, sich für den Rheinland-Pfalz Cup zu qualifizieren. Mit 191,90 Punkten belegte die Mannschaft den zweiten Platz.
Für unsere Turnerinnen heißt es am 6.12. beim 2. Rundenwettkampf in Bitburg wieder Punkte sammeln.

Simone Schumacher

Gaupokal Mannschaft



Am 20.09. startete eine Mannschaft der TG Konz beim Gaupokal für Mannschaften in Hermeskeil. Hierbei ging es um die Qualifikation zu den Verbandsmeisterschaften. Unsere Ella haben wir dem Ehranger TV ausgeliehen.
Die Mannschaft 2003 und jünger mit Mia, Merle, Lara, Lisa-Marie und Amelie turnte einen hervorragenden Wettkampf bis zum letzten Gerät – Balken! Hier verspielten sie ihre Chancen auf Platz zwei durch mehrfache unfreiwillige Abgänge. Schade! Es reichte am Ende nur für Platz drei und damit nicht zur Qualifikation zu den Verbandsmeisterschaften.
Die Mannschaft des TV Ehrang mit unserer Ella erreichte unangefochten den ersten Platz und somit die Chance bei den Verbandsmeisterschaften zu punkten.
Platzierungen

2003 und Jünger	1. Hermeskeil 1	192,30 Punkte
	2. Hermeskeil 2	172,05 Punkte
	3. TG Konz	169,15 Punkte
WK offen	1. TV Ehrang	202,95 Punkte
	2. DJK Pluwig/Gusterath	181,20 Punkte















Fortsetzung auf Seite 42

Turnen

Abteilungsleiter: Marita Grundhöfer
Tel. 0 65 01 / 2625
turnen@tgkonz.de





Volleyball

Abteilungsleiter: Christoph Hänold
Tel. 06501/8098937
Torsten Heinz
Tel. 0561/463730
volleyball@tgkonz.de

Damen 1 - Hugo Hey

Die Entscheidung in eine neue Saison zu starten fiel uns nicht leicht. Weiterhin studieren Pauline in Marburg, Caro in Mainz, Simone in Homburg und Denise in Bochum. Nun hat auch noch Lisa mit ihrem Masterstudiengang in Bonn begonnen. Tanja konnte an den wichtigen ersten Trainingseinheiten und am ersten Spieltag nicht teilnehmen, weil sie ihr Examen in Marburg absolvierte. Sandras Schulter schreit nicht mehr ganz so laut, aber mault noch immer munter vor sich hin und auch Andrea ist noch nicht hundertprozentig fit. Wie schnell ich nach der Geburt wieder richtig fit werde, steht in den Sternen und inwiefern Tilda, das neue Mannschaftsbaby, Training und Spieltage mitmachen wird ebenso.
Aber: Wir haben uns für unser Team entschieden und kämpfen weiter in der Bezirksliga um Punkte, Sätze und hoffentlich viele Siege. Mit Myriam und Jana konnten wir zwei neue und TG-bekannte Spielerinnen für unser Team gewinnen und stehen nun mit einem tollen Kader vor einer spannenden Saison. Tanja hat ihr Examen in der Tasche (Wir sind so stolz auf dich! Hammerleistung, Tanja!), unsere Studentinnen bemühen sich, wenigstens die neue Freitagstrainingseinheit wahrnehmen zu können und Baby Tilda und Fast-schon-nicht-mehr-Baby Lucie spielen meist mehr und selten weniger gut mit. Als weitere Trainingsstütze konnten wir Ines gewinnen. Wir trainieren also wieder regelmäßig. Juhu! Besonders Kerstin freut sich nach dem Ende der letzten Saison über gleichbleibende Mitspieler.
Der Saisonstart gegen Hentern lief für beide Damenmannschaften der TG Konz super. Am ersten



Ich bin stolz auf dieses Bollerina-Team: Bolle, Sandra, Andrea, Jana, Pauline, Kerstin, Dense, Jenny, Myriam, Tanja, Caro, Lisa und Simone.„Jenny Belt-Schmitt

Heimspieltag mussten wir uns dann nach einem souveränen Sieg gegen den VBC Ediger einer starken Mannschaft aus Gutweiler geschlagen geben, aber wir haben Elan, Kampfgeist und Freude am Spiel gezeigt. Der zweite Heimspieltag verlief zu unserer vollen Zufriedenheit: Gegen den TV Bitburg gewannen wir nach einem langen und hart umkämpften Spiel und auch gegen unsere geschätzte Damen 2 konnten wir einen Sieg verbuchen. Am letzten Spieltag gegen den Verbandsliga-Absteiger TG Trier konnten wir mit viel Ehrgeiz und Teamgeist das Fehlen von gleich vier Spielerinnen ausgleichen und einen 3:0-Sieg verbuchen. Mit einem Blick auf die Tabelle sind wir sehr zufrieden. So soll es bleiben. Wohl wissend wie schnell sich alles ändern kann, sind wir zuversichtlich und freuen uns auf den weiteren Saisonverlauf: Let's go oh, oh, oho, go oh, oh, oho. We are who we wanna be, running wild and free yeah. Let's go oh, oh, oho, go oh, oh, oho. We are more than powerful. It's all possible. (Lena, Wild & Free)

Hoffmann
HEIZUNG + SANITÄR
•Modernisierungen •Neuanlagen
•Reparaturen •Kundendienst
Am Hochwald 6 · 54441 Wawern
Tel. 0 65 01 / 6 06 99 - 0 · Fax 15 01 02
heizungsbau_hoffmann@t-online.de

AUTO PETER GmbH
KFZ-WERKSTATT &
AUTOLACKIERERE
MEISTERBETRIEB
KONZ
Konzerbrück 35 • Tel. 1 69 84
Fax 1 85 77
Mobil 0171 3 62 33 01

Abteilungsleiter: *Christoph Hänold*
Tel. 06501/8098937
Torsten Heinz
Tel. 0561/463730
volleyball@tgkonz.de

Volleyball

Damen 2 – eine neue Liga ist wie ein neues Leben

Wir, die zweite Damenmannschaft sind in die Saison sensationell gut gestartet. Mit zwei Siegen in Folge, standen wir in der Tabelle kurzzeitig weit oben. Doch dann, wurden wir auf den Boden der Tatsachen zurückgeholt. Es ist in der neuen Liga (Bezirksliga) doch nicht so leicht. Auf Höhen folgen Tiefen…wie wir feststellen mussten.
Am letzten Heimspieltermin haben wir es geschafft, noch ein weiteres Spiel zu gewinnen. Somit haben wir nun 3 Spiele von 7 gewonnen.
Wir hoffen, dass wir die Liga halten, und unseren Fans, die uns immer so toll anfeuern kommen, weiterhin schöne und spannende Spiele liefern können.

Alfred Hamm



Damen 4 – ein Team stellt sich vor

Wenn man als Trainer startet, muss man feststellen, dass es gar nicht so leicht ist, wie man es sich möglicherweise vorerst denken mag. So erging es mir im Juli dieses Jahres, als ich die Mannschaft der Damen 4 vom vorherigen Trainer Christian Zillgen übernahm. Man steht vor einer Gruppe Mädchen, die einen alle erwartungsvoll anschauen und denkt sich nur: „Wie fange ich jetzt hier am besten an?“ Folglich war ich sehr glücklich, und bin es immer noch, dass ich als neue Trainerin akzeptiert wurde, die außerdem bis dahin noch keinerlei solche Erfahrungen gesammelt hatte. Somit stand der Vorbereitung für die Jugendmeisterschaft im Oktober nichts mehr im Weg. Wir belegten zwar den letzten Platz, haben aber sehr viel Spaß gehabt und viele Erfahrungen gesammelt! Seit September trainieren wir sogar zweimal die Woche und es freut mich immer wieder zu sehen, was die Mädels für Fortschritte machen. Natürlich wird im Training nebenher auch immer viel gequatscht und gelacht. Auch werde ich immer gefragt: „Spielen wir heute?“, was wir natürlich auch tun. Nur eben keine 1,5 Stunden. Daher freut es mich sehr, dass alle immer wieder kommen, und die Gruppe von elf auf dreizehn Mädchen angewachsen ist.
Nächstes Jahr wollen wir die Mädchen als Damen 4 in der Liga anmelden…
An dieser Stelle möchte ich mich aber auch bei meiner Mutter bedanken, die mir immer wieder neue Tipps gibt, und mich im Training montags unterstützt.
Anna Hamm



Abteilungsleiter: Michael Müntzenberg
Tel. 06501/99372
walking@tgkonz.de

15 Jahre Nordic Walking

Im Jahr 2000 war das Walken noch eine ziemlich exotische Sportart.
Man belächelte die Langläufer ohne Skier.
Damals wurde die Walking-Gruppe der TG Konz gegründet.

Seither hat sich einiges verändert...

Wir waren alle noch wesentlich jünger.
Man meinte,um etwas für seine Gesundheit zu tun, müsse man mit vollem Körpereinsatz, schwitzender Weise, möglichst schnell seine Strecke hinter sich bringen.

Die Anfangsbegeisterung war so groß, dass wir uns sogar Samstags noch zum „Power-Walking“ trafen und dabei etwa 15 Kilometer unter zwei Stunden abspulten.







Es wurden Waldwege mit einem Messrad ausgemessen (GPS war damals noch recht unbekannt) und Richtungs- und Entfernungsschilder an Bäume genagelt, um so eine Standart-Strecke zu haben.

Mario Erschens und seine Frau Marianne gaben sich bei dem Aufbau der Gruppe viel Mühe. Es wurden gemeinsame Wandertouren unternommen und man traf sich auch außerhalb der Sportstunden.
Leider hat Mario die Sache dann nicht weitergeführt.

Heute treffen sich an den Montags- und Donnerstags-Morgen fast zwanzig Walkerinnen und Walker zum gemeinsamen Sport. Donnerstag-Abends sind wir mit vier bis acht noch berufstätigen Nordic Walkern eine kleinere Gruppe, die aber bei jedem Wetter und im Winterhalbjahr voll beleuchtet ihr Pensum durch den Jeuchen absolviert.

Das Durchschnittsalter hat sich um einiges erhöht und fast alle sind wesentlich ruhiger geworden. Morgens bilden sich „Leistungsgruppen“, d.h. Walker mit etwa gleicher Geschwindigkeit gehen gemeinsam die etwa sieben Kilometer. Alle treffen sich zum Abschluss dann zur gemeinsamen Gymnastik.

Mittlerweile weiß man, dass es beim Walken keineswegs auf Höchstleistungen ankommt, sondern auf die gleichmäßige Belastung und die Regelmäßigkeit.

Und so können wir getrost auf die nächsten 15 Jahre schauen, denn Walking / Nordic-Walking ist eine Sportart, die man bis ins hohe Alter ausüben kann.

Michael Müntzenberg



James O. Etole aus Kenia ist seit frühester Kindheit gehörlos. Erst mit zehn Jahren half ihm unser Förderprogramm, eine Schule zu besuchen. Aus dem verunsicherten Jungen wurde ein Musterschüler. Heute bildet er Schreiner an der Gehörlosenschule aus. Schenken Sie Menschen wie James O. Etole Lebens- und Entwicklungschancen. Spenden Sie. **Spenden-Konto 1115, Sparkasse Bonn BLZ 380 500 00. www.welthungerhilfe.de.**

...so schön kann Wetterschutz sein!

Überdachungen
Markisen • Fenster
Rolladen

Diefenbach



☎ 0 65 01 / 17 7 37
Fax 1 26 05
Firma-Diefenbach@web.de
www.diefenbach-gmbh.de

Ausstellungs-Studio:
Am Marbach 6
Gewerbegebiet
54329 Konz-Könen

Stahlbau - Schlosserei

SCHÄFER
GmbH

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

Mit uns gesund durchs ganze Jahr!



Stern Apotheke

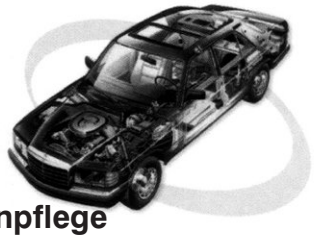
Ihre Ratgeber in Sachen Gesundheit. Fühlen Sie sich bei uns gut aufgehoben!
Wir nehmen uns Zeit für eine kompetente, qualifizierte Beratung.
Gerade auch bei rezeptfreien Medikamenten. Denn Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.

Stern-Apotheke
54329 Konz
Bahnhofstraße 32
Tel.: 0 65 01 - 969 800

kostenloser Botendienst
kostenlose Hotline: 0800 - 969 800

Reifen und mehr!

AUTO MÜLLER
Meisterwerkstatt



- Reifenhandel
- Reparaturen
- Ersatzteilhandel
- KFZ-An/Verkauf
- Zubehör/ Wagenpflege
- HU/AU KÜS

Sabatierstr. 5 · 54332 Wasserliesch
Tel.: 0 65 01/94 84-0 · Fax: 0 65 01/94 84-20



Lebensqualität & Pflegekompetenz

Rund um die Uhr Sicherheit spüren, Gemeinschaft erleben und Veranstaltungen besuchen: Vereinbaren Sie Ihren individuellen Beratungstermin, um uns kennenzulernen. Tages-, Kurzzeit- und Dauerpflege.

Seniorenhaus Konz | Tel. 06501/935-0
Seniorenhaus Roscheid | Tel. 06501/96 93-0
Seniorenhaus Salmtal | Tel. 06578/98 12-0

www.zurbuche.de
www.facebook.com/zurbuche

Zur Buche
Seniorenhäuser

. . . der beste Weg zum Markengetränk

Getränke PEIFFER



www.getraenke-peiffer.de
Fa. Alfred Peiffer e.K. - Inh. Elisabeth Härtl
Max-Planck Str. 12
54439 Saarburg • Tel. (06581) 20 07

Ihr Partner

- Gastronomie
- Getränkemärkte
- Veranstaltungen
- Heimdienst

Für Sie in Saarburg, Konz-Könen und Kell am See


Ausgezeichnete,
ganzheitliche Beratung
der Sie vertrauen können.
Individuell und transparent.
Wir hören Ihnen zu und orientieren uns an Ihren persönlichen Wünschen und Zielen.
IMK
GEPRÜFTE KUNDENBERATUNG
»sehr gut«
Sparkasse Trier
PRÜFKATEGORIE:
Service · Beratung
Verkauf · Umfeld
www.sparkasse-trier.de
Sparkasse
Trier


Wir gehören zur
BÄDERGESELLSCHAFT
REGION TRIER
www.saar-mosel-bad.de
Endlich wieder
Schwimmen in Konz:
Neues Saar-Mosel-Bad
täglich geöffnet!
Für Sportliche:
Schwimmerbecken mit 25m Bahnlänge
Für die Kleinen:
30m²-großes Kinder-Planschbecken
Für Alle:
Kurse für Fitness und Gesundheit
Mo, Mi, Do, Fr ..... 06:30 – 21:00 Uhr
Dienstag ..... 14:00 – 21:00 Uhr
Samstag, Sonntag ..... 10:00 – 18:00 Uhr
saar mosel bad
SPORT-FITNESS-GESUNDHEIT
Eine Info der Verbandsgemeindewerke Konz · Am Markt 11 · 54329 Konz · Tel. 06501-830
Saar-Mosel-Bad | Am Stadion 4 | 54329 Konz | Tel. 06501 - 609 217-0
info@saar-mosel-bad.de | www.saar-mosel-bad.de


SPORT 2000
SCHUHE + SPORT
HOLBACH
Wiltingerstr. 26-30 • 54329 Konz •
Tel. 06501-92 94 0
GEMEINSAM GEWINNEN
Ausrüstervertrag:
TG Konz - erima
über Sport Holbach
erima
SPORTSWEAR SINCE 1900