



Vereinszeitung **Aktuell**

Aerobic & Fitness

Ballett

Basketball

Bogensport

Breitensport

Cornhole

Gesundheitssport

Gesundheitslaufen

Handball

Judo

Karate

Kurse

Lauffreß

Leichtathletik

Rehasport

Schwimmen

Skigymnastik

Sportstudio

Tae Kwon Do

Tanzsport

Tischtennis

Triathlon

Turnen

Volleyball

Walking



30 Jahre TG „Rücken-Fitness“ Kurse Seite 8-9



LEICHTATHLETIK: Abendsportfest in Konz-
Spannende Wettkämpfe Seite 35

TG Flohmarkt für die Kinder im Waisenhaus Bagou/Rep. du Bénin Seite 6-7
Neue Kurse bei der TG: „Ich nehme ab“ und Jumping Fitness Seite 28

Vorstand und Geschäftsstelle wünschen
Frohe Weihnachten und ein gutes
Neues Jahr 2020





Tel. 06501 9484-0
FAX: 06501 948420

Die Sportschau für spannende Unterhaltung. Das Sofa von Möbel Martin.



KONZ BEI TRIER
Am Moselufer 7

www.moebel-martin.de

MÖBEL MARTIN
...besser leben!

Inhalt



VORSTAND / GESCHÄFTSSTELLE / DIE TG

Vorwort von Jochen Schalm	2
Personelles: Gratulationen • Dank zum Jahresende	2-3
Vorstand der TG Konz / Impressum	3
Öffnungszeiten zwischen den Jahren •	
Save the Date bei Schuh + Sport Holbach • Mitgliederversammlung 2020 •	
Steinspenden-Marathon für Konzer Wohnbrücke	4
Mit Profis wie ein Profi in der TG Konz trainiert	5
Flohmarkt	6-7
30 Jahre Rückenfitness bei der TG Konz	8
Sport, Spiel und Spaß für Kids	9

BOGENSPORT

Lars Utscheid gewinnt Bronze bei den Berlin Finals	10
Internationales Hallenturnier in Konz	11
Deutsche Meisterschaft Feldebogen	12
Viele Medaillen für die Bogenschützen des Bezirks	12-13
Toller Liga-Auftakt für die TG Konz	13
Ich habe es geschafft: Jutta Weyand macht das Sportabzeichen	14
Julia Wenzel siegt mit Landesrekord	15
Konzer Bogenschützen starten in Mondercange/Luxemburg	16

BREITENSORT Damen

Auf zur BUGA	16-17
Ein kleiner Sensor und seine Folgen	17-19
Ausflug ins Universum	20

CORNHOLE

Konz bringt Silbermedaille mit nach Hause	20, 25, 26
Cornhole Sportler der TG Konz belegt Platz 3 der	
Deutschen Gesamtrangliste 2019	27

KURSE

Ich nehme ab • Jumping Fitness	28
--------------------------------------	----

LAUFTREFF

Wir sagen Danke	29
Herzlich Willkommen Kai	30

LEICHTATHLETIK

Rückblick LA Saison 2019: Die Top Ten im LVR- Perspektive 2020	31-33
Deulux Lauf Langsur • Leichtathleten machen das Sportabzeichen	33
70 Jahre Micky • Platzierungen bei den Rheinland-Meisterschaften	34
Spannende Wettkämpfe in Konz	35
Bezirksmeisterschaften Mehrkampf Schüler	36
Gute Leistungen bei den verregneten Bezirksmeisterschaften	36-37
U 20 Mannschaft wird Dritte bei Rheinlandmeisterschaften Team •	
Wurzelweg Cross Lauf TG Konz	37
Meisterschaftswochenende •	
Janine Henrich 2 mal auf Platz 1 in der Rheinland Bestenliste	38

TISCHTENNIS

Vereinsmeisterschaften	39-40
------------------------------	-------

TRIATHLON

Triathlon Jubiläum in Illingen, Saarland •	
Stefan Fettes kann und will nur noch einstellen	41
10. Mittelmosel Triathlon in Zell	42
Mein längster Tag	43-44
Stark mit den richtigen Vorsätzen	44

MITTELTEIL: Trainingsplan



Vorstand

Liebe Sportkameradinnen und Sportkameraden,

zu Anfang dieses Jahres hatte ich mir aus einem Restekorb in einer Bücherei sporadisch einen Abreiskalender gekauft. Mich reizten die Textzeilen auf den Rückseiten der Tagesblätter. Ich hätte nicht gedacht, dass ein Stapel kleinformatigen Papiers sich schon recht bald zu einer Art von Wegbegleiter durch das Jahr entwickeln kann. Der Abriss des Tagesblattes ist quasi das Pop Up für den Tag. Hat mehr Akzeptanz als der Wecker. Der Blick aus purer Neugierde auf die Rückseite wird zwanghaft. Man wird bedachtsam in den Tag hineingeführt - anders als beim Terminplaner, der ohne Empathie zur Pflichterfüllung aufruft. Wie's mit der Zeit halt so ist: Am Anfang eines Verlaufes vergeht sie recht langsam. Der Kalender ist zu Beginn prall, es gibt noch genug Blätter zum Abreißen. Doch auf einmal nimmt er rasant ab, man hat es förmlich stets vor Augen, wie abgemagert das Jahr schon ist. Es kommen dann Momente auf, an denen man sich auf das Vergangene besinnt. Kürzlich stand auf einem Kalenderblatt allerdings das Zitat: „Ich beschäftige mich nicht mit dem, was getan worden ist. Mich interessiert, was getan werden muss.“ (Madame Curie, 1867-1934, zweimalige Nobelpreisträgerin in Physik und Chemie, mit ihrem Mann Pierre Entdeckung der Radioaktivität) Für die Wissenschaft mag das Zitat zutreffen, denn Forschung schaut eher nach vorne. Für uns als TG steht der Rückblick im Kontext mit dem, was weiterzuentwickeln oder noch aufzubauen gilt. Hat existentielle Tragweite. Zudem ist gemäß unserer Satzung die Rückschau sachlich vorzutragen auf unserer alljährlichen Mitgliederversammlung. Mit einem nüchternen Zahlenwerk muss unser Schatzmeister gegenüber dem Finanzamt rückwirkend bilanzieren. Bei Unkorrektheiten stünde die Gemeinnützigkeit auf dem Spiele. Meine Rezension über das Jahr 2019 soll die formellen Berichte nicht vorwegnehmen, sondern

ist eher eine wertschätzende Rückbesinnung. Ich fang mal an mit den Sonderveranstaltungen, die zusätzlich zum regelmäßigen Sportgeschehen gestemmt werden. Das sind zum Beispiel die von der TG ausgerichteten Wettkämpfe wie kürzlich der 44. Wurzelweglauf, in der Leichtathletik die Bezirksmeisterschaften oder das Abendsportfest. Beim Sportabzeichen-Aktionstag in Kooperation mit dem Sportbund Rheinland kämpfte jeder gegen sich, um möglichst eine selbst gesetzte hohe Stufe zu erreichen. Hierzu passen die vielen Erfolge auf anderen Wettkämpfen, wo Medaillen und Platzierungen auf höheren Rängen bis hin auf zur Bundesebene errungen wurden.

Das sind nur einige Beispiele, stellvertretend für etliche mehr. Um sie alle aufzuzählen, sind es einfach zu viele.

Schließlich ist die TG oft mit von der Partie, wenn es darum geht, Gutes zu tun. Zum Beispiel auf dem Kinderfestival Konz, bei der Benefizradtour in Rheinland-Pfalz für krebserkrankte Kinder, mit der Spende des Erlöses aus dem weihnachtlichen Flohmarkt zugunsten einer Schule in Afrika oder die Ad-Hoc-Sammlung der TG-Jugend für einen Kindergarten. Diese Beiträge kommen jeweils direkt und ohne verwal- tungsbedingte Minderung beim Empfänger an. Man kann es nicht oft genug erwähnen: Die TG lebt in sich - den Abteilungen und Übungsgruppen - und aus sich heraus in über- regional wirksamen Aktionen. Die Akteure sind wir alle, jede-r auf ihre/seine Weise - die Teilnehmer/-Innen und Mitglieder durch bestän- diges Dabeisein, die beruflichen und ehrenamt- lichen Kräfte und schließlich die mithelfenden Eltern. Es hat doch etwas, zur TG zu gehören. Wahrscheinlich wäre noch Weiteres zu erwä- hen. Aber, wenn es eine solch große Quantität - gepaart mit Qualität - gibt, geht es nur mit Beispielen oder kann einem schon mal etwas entfallen. Vorsorglich bitte ich schon jetzt dafür um Verständnis.



Zusammenfassend für all euren Einsatz, und hinzugenommen unseren externen Unterstüt- zern - finanziell wie ideell - sage ich: „Ganz herzlichen Dank!“

Und nun noch etwas in eigener Sache - keine Sorge, es geht nicht um irgendeine Erhöhung, was auf eine solche Ansage anderswo vielfach folgt - im Gegenteil: Für die Verteilung unseres TG-Hefes in diesem 2. Halbjahr ist uns un- vorhersehbar und kurzfristig die Versandfirma weggebrochen. Eine neue ist auf die Schnelle nicht zu rekrutieren gewesen. Es wird daher der Versuch gestartet, die Hefte diesmal über die Abteilungen in den zugehörigen Sportstunden auszuhändigen zu lassen. Vielleicht lässt sich daraus sogar erkennen, dass dieses Vorgehen mit eurer Hilfe kostengünstig fortgeführt wer- den könnte. Aber das würde erst in einer der nächsten Abteilungsleitungs-Treffs erörtert. Zum Jahresübergang fand ich den motivierenden Spruch auch auf einem Kalenderblatt: „War's gut das Jahr, dann freue dich aufs neue, war's schlecht, erst recht“

Unserer TG wünsche ich ein erfolgreiches Jahr 2020, hierzu die Beständigkeit des Engagements aller Beteiligten und des Wohlwollens der Un- terstützer.

Euch privat wünsche ich erholsame, besinnliche, angenehme Advents- und Weihnachtstage sowie ein gutes Jahr 2020.

Für den Vorstand
Hans-Joachim Schalm



Personelles

Gratulationen

Und natürlich wollen wir in unserer Ausgabe kurz vor dem Jahresende unseren Geburtstags- kindern gratulieren und ihnen alles Gute im neuen Lebensjahr wünschen.

Marlis Jacobi zum 60. am 12.07.2019
Elisabeth Harder zum 70. am 16.07.2019
Ursula Diedrichsen zum 75. am 22.07.2019
Heinz Schweppe zum 70. am 01.08.2019
Werner Premm zum 80. am 06.08.2019

Hildegard Schicksnus zum 80. am 23.08.2019
Joachim Lauterborn zum 70. am 18.09.2019
Bernd Wege zum 60. am 25.09.2019
Hannelore Bottler zum 80. am 02.10.2019
Karin Link zum 60. am 14.10.2019
Ralph-Peter Renne zum 60. am 14.10.2019
Guido Breidt zum 65. am 20.10.2019
Gisela Lang zum 75. am 22.10.2019
Hildegard Dany zum 60. am 24.10.2019
Karin Kramkowski zum 80. am 29.10.2019

Klaus Schäfer zum 85. am 29.10.2019
Renate van Rickeln zum 70. am 03.11.2019
Mechthild Faber zum 60. am 09.11.2019
Erna Bidingner zum 75. am 21.11.2019
Gerhard Klein zum 70. am 22.11.2019
Lydia Becker zum 70. am 30.11.2019
Irmgard Wagner zum 80. am 07.12.2019
Horst Philippi zum 65. am 10.12.2019
Silvia Lauterborn zum 50. am 16.12.2019

Fortsetzung nächste Seite



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



HAUS · DER · LEBENSKRAFT
MYRIAM OTT-JACQUET

Akupunktur / TCM
Allergiebehandlung
Gewichtsreduktion
Osteopathie
Schmerztherapie

Praxis für Naturheilkunde und Ernährungsberatung
Rudolf-Virchow-Straße 14 • 54329 Konz • Tel. 0 65 01 - 92 09 298
www.haus-der-lebenskraft.de • e-mail: info@haus-der-lebenskraft.de

Personelles



Außerdem gratulieren wir herzlich unserem **Übungsleiter Leichtathletik Micky Günther** zu seinem 70. am 03.08.2019. Lieber Micky, bleib uns noch lange erhalten!!!

Auch **Siggi Wegener**, unserem **Abteilungsleiter Leichtathletik** wünschen wir alles Gute zum 70. am 06.11.2019 und sagen Danke für sein jahrelanges Engagement in der TG Konz.

Zudem wünschen wir **Barbara Götte-Kürwitz**, unserer **Übungsleiterin Aerobic** alles Liebe zu ihrem 50. am 15.11.2019 und auch unserem **ehemaligen Abteilungsleiter Laufftreff Reinhold Büdinger** zu seinem 65. Geburtstag am 13.11.2019 alles Gute!

Alles Gute auch an alle Geburtstagskinder, die der Veröffentlichung in unserem Heft nicht zugestimmt haben. Genießt euren Ehrentag!

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 2019 bedanken. Auch den **Mitgliedern** und **Sportlern** wünschen wir für das Jahr 2020 viel Erfolg und vor allem Spaß!

Auch ein Dankeschön und ein dickes Lob an die vielen „**Schriftsteller**“, die immer 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 2020.

Euer TG Team

Redaktionsschluss für das Heft 1. Halbjahr 2020 ist der 8. Mai 2020



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
Mail: walfried.heinz@tgkonz.de

Stellvertr. Vorsitzende:
Pascal Glass
Römerstr. 50, 54329 Konz
Tel.: 06501/999321
Mail: pascal.glass@tgkonz.de

Raimund Kersten
Valdenair-Ring 58, 54329 Konz
Tel.: 06501/3690, 0173-3039157
Mail: raimund.kersten@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:

Stefan Barth
Langenberggring 46
54329 Konz
015777808384
Mail: stephan.barth@gmx.de

Geschäftsstellenleiterin:
Kathrin Bart
(06501) 94668-0
Mail: kathrin.fusenig@tgkonz.de
Mail: info@tgkonz.de

Jugend-Vertretung:
Hanna Busert • Anna Hamm
Mail: jugend@tgkonz.de

Datenschutzbeauftragte:
Iris Molter-Abel
Ausoniusstr. 1, 54329 Konz
Tel.: 06501/4195
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:
Di, Mi., Fr.: 9.00-13.30 Uhr
Do.: 16.00-20.00

Impressum:

Herausgeber:
Der Vorstand der
Turngemeinde Konz 1885 e.V.,
Hermann-Reinholz-Straße 1, 54329 Konz

Redaktion: Vorstand und Abteilungsleiter
Anzeigenverwaltung: Molter
Layout: Patricia Remlinger

Druck: WIRMACHENDRUCK GmbH
Mühlbachstr. 7
71522 Backnang
Deutschland

Auflage und Erscheinungsweise: 1500 Exemplare/halbjährlich
Der Bezugspreis ist mit dem Mitgliedsbeitrag abgegolten.



Die TG

Öffnungszeiten zwischen den Jahren

Der TG Sportpark ist an Heiligabend, den Weihnachtsfeiertagen sowie an Silvester und Neujahr geschlossen.

Die Geschäftsstelle ist vom
23.12.2019 bis einschließlich 05.01.2020
geschlossen.

Noch kein Geschenk für Weihnachten??



Verschenken Sie einen

Gutschein

(z.B. Krav Maga Workshop oder Kurse) oder eine

Zehnerkarte

für das Fitness-Studio oder Rehasport

Bei Interesse bitte im Studio oder in der Geschäftsstelle melden.

SAVE THE DATE

Da unsere Premiere so grandios eingeschlagen ist, werden wir unseren **SONDERVERKAUF** bei



SCHUHE + SPORT

HOLBACH

Willingerstr. 26-30 · 55329 Konz · Tel. 06501-92 94 0

für alle TG Mitglieder wiederholen.

**Donnerstag, 19. März 2020
von 18:30 Uhr bis 21:00 Uhr**

Lasst Euch überraschen und unbedingt
in den Terminkalender eintragen.

Infos aus der Geschäftsstelle

Unsere diesjährige **Jahreshauptversammlung** findet am

15. Mai gegen 19.00 Uhr wie gewohnt in der Halle der TG Konz statt.

Die förmliche Einladung inklusive Tagesordnung und dergleichen ergeht satzungsgemäß.

Steinspendenmarathon für die Konzer-Doktor-Wohnbrücke - Wir machen mit!

Dass man gemeinsam schneller ans Ziel kommt, mehr erreichen kann und auch mehr Freude dabei hat - das ist im Sport keine neue Erkenntnis. Die Turngemeinde Konz als große Sportfamilie in Konz weiß um den Wert des Zusammenhalts und der Gemeinschaft. Keine Frage also, dass Aktive des TG-Sportparks sich für die Konzer-Doktor-Wohnbrücke einsetzen und am Steinspendenmarathon beteiligen.



Geballte Power im TG-Sportpark in Konz.

Konz

Die Sportler machen mit,
.....weil die Konzer-Doktor-Wohnbrücke eine gute Sache ist und jede Unterstützung verdient... und weil wir wissen, was ehrenamtliches Engagement bedeutet!“
Jeder Stein zählt!

Die Volksbank Trier e.G. verdoppelt die ersten 2000 gespendeten Steine.

Spenden auch Sie einen oder mehrere der 10 000 benötigten Steine für je einen Konzer-Doktor-Thaler bzw. 10 Euro.

Steinspenden sind unkompliziert möglich und können steuerlich geltend gemacht werden. Weitere Informationen dazu auf der Homepage der Stiftung www.Konzer-Doktor-Buergerstiftung.de unter Steinspende für die Konzer-Doktor-Wohnbrücke.

Spenden auch Sie Steine
für die Konzer-Doktor-Wohnbrücke

1 Stein =  (10 €)

10000 Steine für mehr Soziale Gerechtigkeit, die ersten
2000 Steine verdoppelt die Volksbank Trier eG

Steinspendenkonto

Volksbank Trier eG



Konzer-Doktor-Bürgerstiftung



Spendenkonto bei der Volksbank Trier eG – IBAN: DE95 5505 0103 0021 2822 22

Wiedereröffnung unter neuem Namen ab 2020

KRANKENGYMNASTIK PAßMANN
Inhaberin Simone Kettenhofen

54329 Konz
Am Markt 16
Telefon (0 65 01) 77 37

Tag der offenen Tür am 10. Januar 2020
von 11.00 - 15.00 Uhr



PHYSIO-TEAM
KETTENHOFEN

Am Markt 16 • 54329 Konz
Tel: 06501-7737



DAS HANWERK
DIE WIRTSCHAFTSMACHT VON NERUHAN

Die TG



Mit Profis wie ein Profi in der TG Konz trainiert
„Profisportler für einen Tag“ künftig für bessere Gesundheit gerüstet



Viel Spaß hatten Selbstständige, Angestellte, Personalverantwortliche und Gesundheitsbeauftragte bei „Dein Tag als Profisportler – mit Profis wie ein Profi trainieren“ im Sportpark des TG Konz am 25. Oktober. Die Veranstaltung der Handwerkskammer fand in Zusammenarbeit mit der IHK Trier sowie der IKK Südwest im Rahmen des Projekts „KMU und Handwerk: Vital und demografiefest“. Mitveranstalter war auch Vieva Sports.

Die Teilnehmenden profitierten von verschiedenen Angeboten. So konnten sie persönliche Gesundheitswerte messen lassen – beispielsweise den aktuellen Stresswert, das biologische Alter oder die Muskelmasse. Mentalcoach Christine Neuner führte mit der Gruppe anschließend Entspannungs- und Visualisierungsübungen durch. Dabei ginge es um die Frage, wie sich Energien im Alltag und beim Sport bündeln lassen. „Manchmal reicht es, sich ganz bewusst auf dem Atem zu konzentrieren“, sagte Coach Neuner. „Der Wille allein reicht beim Fokussieren allerdings nicht aus – man muss es vor allem auch tun und üben!“

Im praktischen Teil mit den Sportprofis zeigte Carolin Hingst den einzelnen Teilnehmenden

abwechslungsreiche Kräftigungsübungen für den ganzen Körper. Um lustige und spielerische Reflex- und Konzentrationsübungen ging es bei Josephine Henning. Fußballnationalspielerin und Künstlerin „Josi“ klärte auf: „Viele Bewegungsabläufe werden oft automatisch durchgeführt. Man dreht sich zum Beispiel immer mit dem linken Fuß oder macht große Schritte beim Sprinten. Manche dieser Bewegungsabläufe sind absolut sinnvoll, andere eher nicht. Wir versuchen, sie durch Training in sinnvollere Automatismen umzuwandeln.“ Das wiederum erfordere viele Wiederholungen und trainiere somit auch eine wesentliche Eigenschaft: die Geduld. „Ein inspirierender Nachmittag für alle Teilnehmenden“, zog HWK-Gesundheitsmanagerin Mégane Vallet Bilanz.

Kontakt
Salina Eckelt & Mégane Vallet
Handwerkskammer Trier
Gesundheitsmanagerinnen
seckelt@hwk-trier.de / mvallet@hwk-trier.de
0651 207-484 / 0651 207-356



Flohmarkt

Am 27.08.2019 übergab Jochen Schalm im Namen unseres Vereins Gaby Gondring als Vertreterin für ein Waisenhaus in Bagou im Norden der Republik Bénin 820 €.

„Man weiß gar nicht mehr, was man noch schenken soll. Die Schränke sind voller Sachen, die nicht mehr benötigt werden, aber zum Entsorgen zu schade sind. Keller und Speicher müssten auch mal wieder geräumt werden.“ Hieraus entstand die Idee, in der TG einen Flohmarkt für einen guten Zweck zu veranstalten.

In der Adventszeit 2018 wurden dann schon zum zweiten Mal ein paar Tische vor der Geschäftsstelle aufgebaut und jeder konnte seine Sachen dort abgeben und die Flohmarktartikel gegen eine Spende erwerben. Dekoartikel, Bücher, Hausrat und Kinderspielsachen wechselten ihren Besitzer und am Ende der Aktion war der Erlös für das Projekt gesammelt. Die Kinder im Waisenhaus lernen Lesen und Schreiben, besuchen erst die Grundschule und dann das Collège. Dadurch haben sie die Chance, später auf eigenen Füßen zu stehen und eventuell der frühen Heirat oder Sklaverei zu entgehen. Das Geld wird hauptsächlich für Medikamente gegen Malaria verwandt, da jedes Kind im Durchschnitt zwei bis drei Mal im Jahr daran erkrankt.



Johann Bast

Inh. Rudolf Bast
Trierer Str. 90
54329 Konz



Heizöl EL schwefelarm
Super Heizöl Ecotherm
Dieselkraftstoff
Markenschmierstoffe
Bündelbriketts
Hartholzbricketts
Grillbriketts
Floragard Erden

LUZIA WAGNER

KOSMETIKINSTITUT

unsera Leistungen

- HAARENTFERNUNG
- DIAMANT MIKRODERMABRASION
- FÄRBen MANIKÜRE & SCHMINKEN
- MESOPORATION (ANTI-AGING)
- PERMANENT MAKE-UP
- HOCHZEITS-MAKE-UP
- WIMPERNEXTENSION
- AKNEBEHANDLUNG
- FUSSPFLEGE

LUZIA WAGNER • WILTINGERSTRASSE 23 • 54329 KONZ
TEL.: 0 65 01-96 98 300 • WWW.LUZIA-WAGNER.DE

Textilpflege Herz

54329 Konz
Granastrasse 24
Telefon: 06501/7257

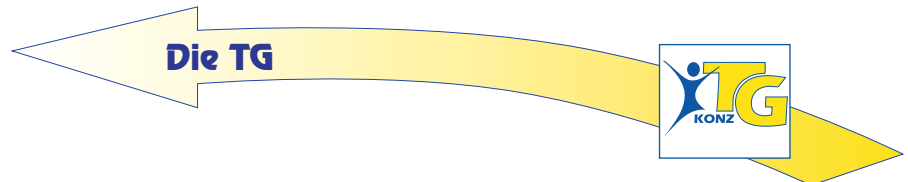
Heißmangel - Wäscherei
Chem. Reinigung - Gardinen
Oberhemden - Brautkleider
Federbetten - Kissen - Woldecken
Rheumadecken und Tagesdecken

Wir steigen Ihnen auf's Dach!

Dächer • Fassaden
Abdichttechnik

Dachsanierung
Dachreparaturen
Dachflächenfenster
Dachentwässerung
Holzbau
Trockenbau

schneider
Dachdeckerei René Schneider
Inh. Bernd Schneider
Niedermenniger Straße 5 • 54329 Konz
Telefon (06501) 22 67
Meisterbetrieb seit 1880 www.dachdecker-konz.de



30 Jahre TG „Rücken-Fitness“ Kurse

Stundenlanges Sitzen, - viele Sportmediziner nennen es sogar „das neue Rauchen“ -, den ganzen Tag Stehen, falsche Belastung - Kreuzschmerzen können unterschiedliche Ursachen haben.

Über Rückenbeschwerden klagen mittlerweile 80% der Deutschen und Studien beweisen immer wieder: Es liegt oft ganz einfach an zu wenig Bewegung, wenn es im Kreuz zieht, der Nacken schmerzt und Verspannungen auftreten.

Also Gründe genug, dem Kreuzschmerz vorzubeugen !

Nur mit einem gezielten gesundheitsorientierten Ganzkörpertraining kann man, in unserem von Bewegungsarmut geprägtem Computerzeitalter, Belastungs- oder Bewegungsdefizite auszugleichen versuchen.

Und diesem Bedürfnis vieler Menschen entsprach unser Verein vor 30 Jahren mit der Einrichtung von 2 Sportkursen für „Rückenfitness“, und das Interesse an dieser Funktionsgymnastik war von Anfang an sehr groß !

Und liebe Leute, jetzt auch ein paar Worte von mir, eurer Übungsleiterin:

Wie schön, dass es so viele Jahre bis heute so geblieben ist!

Kaum zu glauben, aber wahr, wir feiern zusammen ein kleines Jubiläum!

Jeden Montag Vormittag um 10.00 Uhr und Dienstag Abend 18.30 Uhr darf ich euch schon so viele Jahre in der TG Halle begrüßen und wir haben gemeinsam viel Freude und Spaß an der Bewegung:

-eine gute Haltung- Kraft-Ausdauer-Beweglichkeit und Entspannung sind die Inhalte unserer Fitnessstunde. Dazu kommen im Wechsel u.a. Hanteln, Powerstäbe, Therabänder und Pilatesbälle zum Einsatz. Toll, ihr seid immer für alles offen und bereit!

Denn wir alle möchten uns fit halten und haben diese körperliche Aktivität zu einem festen Bestandteil unseres Lebens gemacht und unser regelmäßiges Training – so sehe ich es - ist eine Investition, von der unser Körper sein Leben lang profitieren wird.

DANKE, dass ihr immer da seid - ich bin ganz stolz auf euch - bleibt weiterhin gesund und fit und machen wir einfach so weiter: Bewegen – bewegen – bewegen.

Herzlichst
Eure Marlies



UNSER TEAM #DEIN AUSSEHEN

Sportbrillen & Kontaktlinsen von OPTIKKRANZ



Granastr. 38 • Konz
f /optikkranz
www.OPTIKKRANZ.com

Die TG



Fehlerteufel Sportabzeichen

Im letzten Heft hatte sich der Fehlerteufel eingeschlichen. Es haben natürlich nicht nur 25 Personen an unserem Aktionstag Deutsches Sportabzeichen teilgenommen, sondern ca. 150 Sportlerinnen und Sportler.

Sport, Spiele und Spaß für Kids Montag, 06.01.2020 (letzter Ferientag)



Wo? Sportpark TG Konz, Hermann-Reinholzstr. 1, Konz

Was? Bewegungsspiele, Ballschule und Koordination, Yoga und Entspannung

Wann? Montag, 06.01.2020, von 11.00 bis 16.00 Uhr;
inkl. Mittagspause, jede/r bringt sein / ihr Mittagessen mit

Für wen? Kinder zwischen 5 und 12 Jahren

Mit wem? Mégane Vallet
(Gesundheitsmanagerin & Kindersporttrainerin
& ehemalige Handballbundesligaspielerin)

Teilnahmegebühr? 35 €/ Kind

Anmeldeschluss? Freitag, 03.01.2020

Infos und Anmeldung?

Sportpark TG Konz, info@tgkonz.de oder 06501-946680

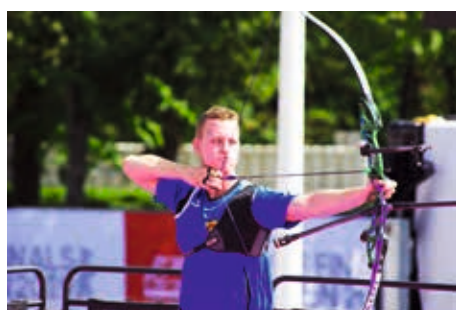
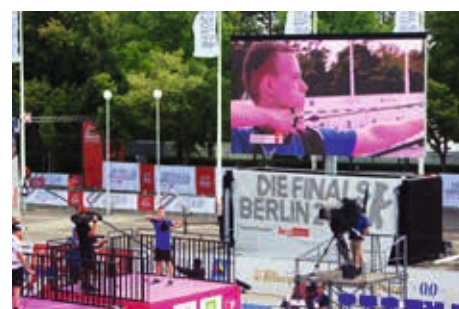


Lars Utscheid gewinnt Bronze bei den Berlin Finals im Bogenschießen



Die TG Konz kann auf ein sehr erfolgreiches Wochenende zurückblicken. Bei den Berlin Finals startete die Jugendmannschaft der TG Konz mit Thorsten Resch, Lars Utscheid und Julia Wenzel bei der Deutschen Meisterschaft im Bogenschießen. Sie hatten sich als achte Mannschaft für die Titelkämpfe in Berlin qualifiziert. So hoffte man wie im März diesen Jahres bei den Hallenmeisterschaften in Biberach auch in Berlin, mit dieser Mannschaft den Sprung in die Top Sechs zu schaffen. Mit 1766 Ringen, die für die Konzer Mannschaft auch persönliche Bestleistung bedeuteten, gelang dies eindrucksvoll. Es fehlten zum fünften Platz nur 9 Ringe, auf den siebten Platz hatten sie am Ende sogar über 50 Ringe Vorsprung. Sehr gut lief es auch in den Einzelwettbewerben für Julia Wenzel und Lars Utscheid. Ziel für beide war es unter die besten Sechzehn ihrer Klasse zu kommen und vielleicht mit ein bisschen Glück eine Finalrunde zu überstehen, sind doch alle Nationalkaderschützen eine harte Konkurrenz. Nach einer guten ersten Runde scheiterte Julia Wenzel zwar knapp, konnte aber mit dem Erreichten, Platz 7 in der Qualifikation und 606 Ringen, sehr zufrieden sein. Lars Utscheid, der mit starken 630 Ringen Platz 5 in der Qualifikation

erreichte, erwischte im Achtelfinale einen guten Start und setzte sich mit 7:1 gegen Florian Wieser, BSC Rottal, durch. Das Viertelfinale gewann Utscheid dann etwas knapper mit 6:4. Damit stand er im Halbfinale, das er gegen den späteren Sieger Dominic Merkel, SV Moosbach, glatt verlor. Trotzdem war auch seine Trainerin Jutta Weyand absolut zufrieden mit dem bisherigen Verlauf der Meisterschaft. Alles, was jetzt noch kam, war die „Kür“. Lars Utscheid stand im kleinen Finale um Bronze. Die Medaillen-Matches wurden wie bei dem Weltcup vor wenigen Wochen auf dem Olympischen Platz vor dem Olympiastadion ausgetragen. Eine große Herausforderung war das für alle Finalisten, denn es gab eine riesige Zuschauerkulisse, Fernsehaufnahmen, Großbildleinwand, auf der alle das Geschehen hautnah erleben konnten. Dort die Nerven zu behalten, war nicht gerade einfach. Aber Lars Utscheid behielt die Nerven, wirkte ruhig und konzentriert, musste er jetzt gegen den Zweiten der Qualifikationsrunde Marvin Huth, Hohner SV Eintracht, antreten. Zu keiner Zeit ließ er sich aus der Ruhe bringen. Mit 25:27, 24:24, 28:22, 28:25 und 27:26 holte er sich Bronze, sein bisher größter sportlicher Erfolg.



Klassische Homöopathie
Wirbelsäulentherapie
Ohrakupunktur
BOWTECH®
Darmgesundheit



Naturheilpraxis Myriam Bußer

Heilpraktikerin - Graf-Metternich-Str. 10 - 54329 Konz - Tel. +49 (0)6501-601333
info@naturheilpraxis-busser.de - www.naturheilpraxis-busser.de



SCHUMACHER
S A L O N

Sabine Schumacher

Alcina Haut- und Haarprodukte

D-54329 Konz • Theodor-Heuss-Str. 2 • Tel. 0 65 01 / 26 37
info@salon-schumacher.de • www.salon-schumacher.de

Jutta Weyand
Tel. 06501 / 51 70
bogensport@tgkonz.de

Bogensport



Internationales Hallenturnier in Konz



Am zweiten Sonntag im Oktober veranstalteten die Konzer Bogenschützen ihr fünftes Herbstturnier. Der Einladung folgten rund 70 Sportler und Sportlerinnen aus der Region, dem Saarland, der Pfalz, dem Rheinland und Luxemburg. Geschossen wurden 30 Pfeile auf 25 Meter und anschließend noch einmal 30 Pfeile auf 18 Meter. Insbesondere lebt das Turnier durch die Teilnehmer aus dem Saarland., die immer gerne unser Turnier zu Beginn der Hallensaison zur ersten Standortbestimmung nutzen. Bei den Recurve-Herren siegte Tim Eckert aus Büschfeld vor Carmelo Gangarossa, BRS Gersweiler, und Heiko Barten, Mangelhausen. Bei den Damen gewann Bianca Speicher, Burgschützen Büschfeld, vor Stefanie Zigenhorn, ST. Seb. Trier und Carmen Beaudoux, GT Strassen. Bianca Speicher ist Mitglied des Nationalkader Feldbogen des Deutschen Schützenbundes und nimmt regelmäßig an unseren Turnieren teil. Bei den Masters belegte Dirk Tanzmann, TG Konz, den zweiten Platz hinter Martin Petri aus Ensheim und vor Hans-Dieter Hamm, PSV Trier. Auch für den Nachwuchs der TG Konz dient das Turnier dazu, um überhaupt einmal erste Turniererfahrung zu sammeln. Bei den Schülern B ging der erste Platz an Tim Schäfer aus

Mangelhausen. Yannick Vural und Vincent Horwarth belegten die Plätze 2 und 3. Bei den Schülern A siegte überraschend Marton Horwarth vor Mateo Gándara Palzer, beide TG Konz. Dass Lars Utscheid sich bei der Jugend den ersten Platz sicherte, war nicht unerwartet. Platz 2 ging an Noah Pop. Mouselarchers Wasserbillig, knapp vor Thorsten Resch, TG Konz. Bei der Jugend weiblich gingen die ersten beiden Plätze an Konz, an Katja Korneva und Charlotte Wagner. Ebenso bei den Junioren kam die Siegerin aus Konz, Chantal Faber zeigte eine ansprechende Leistung und verwies ihren Vereinskollegen Rafael Kuhn auf Platz 2.

Weitere Sieger:

Compound Herren: Ronny Schubel, Koblenzer SG

Compound Damen: Kerstin Weyand, PST Trier

Compound Schüler: Kenza Pop, Mouselarchers Wasserbillig

Blankbogen Jugend: Johanna Förster, PSV Trier





Deutsche Meisterschaft Feldbogen

Bei den Deutschen Meisterschaften im Feldbogenschießen, die in Mittenwald an der Grenze zu Österreich ausgetragen wurde, vertrat der 16jährige Thorsten Resch von der TG Konz die Farben des Bezirks Trier. Er hatte sich im Juni bei den Landesmeisterschaften in dem äußerst schwierigen Kurs in Altenkirchen als Vierzehnter für diese Meisterschaft qualifiziert. In Mittenwald wollte er aber noch einige Plätze gegenüber der Qualifikation gutmachen. Trotz eines technischen Defekts gelang es ihm drei Plätze nach oben zu springen. Mit 259 Ringen und nur zwei Ringen Rückstand verfehlte er nur knapp die Top Ten und erreichte am Ende Platz 11, ein ordentliches Ergebnis für seine erste Deutsche Meisterschaft im Feldbogenschießen. Nach der jeweils ersten Teilnahme an der Deutschen Meisterschaft in der Halle und jetzt im Feldbogenschießen darf er nun auch Anfang August bei der letzten, der Olympischen Disziplin, in Berlin an den Start gehen.



Toller Liga-Auftakt für die TG Konz

Schon seit vielen Jahren gibt es die Liga-Wettkämpfe im Deutschen Schützenbund. In den letzten ca. 15 Jahren gab es allerdings keine Konzer Mannschaft mehr, die in der Liga starten konnte. Am Vormittag des 9. November traten nun erstmals wieder vier Schützen an, um sich bei einem Relegationswettkampf für die unterste Liga im Rheinischen Schützenbund zu qualifizieren. Und Daniel Kopp, Razvan Pop, Noah Pop und Lars Utscheid überstanden die Relegation mit Bravour. Sie gaben kein einziges Match ab und siegten mit 10:0 Punkten und 31:1 Sätzen. Damit begann nun am gleichen Nachmittag die spannende Saison in der Landesliga. Immer drei Schützen bestreiten die Matches gegen sieben andere Vereinsmannschaften. Durch eine gute Strategie beim Einsatz der vier Schützen konnten auch hier alle Matches gewonnen werden. So steht nun die Mannschaft der TG Konz nach dem ersten Wettkampftag, dem noch drei weitere folgen werden, mit 14:0 Punkten und 46:8 Sätzen an der Spitze der Tabelle, ein beeindruckender Erfolg, den alle nicht so erwartet hatten. Herzlichen Glückwunsch!



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

Meisterbetrieb

**GlaSerei
Schaumann**

Neu- und Rep.-Verglasungen
Duschcabinen
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

Jutta Weyand
Tel. 06501 / 51 70
bogensport@tgkonz.de

Bogensport



Viele Medaillen für die Bogenschützen des Bezirks



Bei den diesjährigen Landesverbandsmeisterschaften im Feldbogenschießen in Altenkirchen bewiesen die Schützen der TG Konz wieder einmal, dass sie in dieser Disziplin zu den besten Bogenschützen des Rheinischen Schützenbundes gehören. In den Klassen mit dem Recurvebogen dominierten insbesondere im Nachwuchsbereich die Bogenschützen der TG Konz. So siegten David Schulz in der Schülerklasse A (253 Ringe) und Thorsten Resch in der Jugendklasse (268 Ringe). Rafael Kuhn erreichte in der Juniorenklasse Platz eins (235



Ringe), Chantal Faber belegte hier Platz drei. Aber nicht nur der Nachwuchs der TG Konz sammelte Medaillen. Christian Braun errang mit 288 Ringen Bronze bei den Herren. Überraschend holte sich in der Mastersklasse Arno Kopp (260 Ringe) den Titel vor den Schützen Jürgen Heinz und Karl-Heinz Monshausen, beide St. Seb. Trier. Die beiden Mannschaften der TG Konz gewannen die Mannschaftswertung Recurve. Es siegte Konz I mit Christian Braun, Steven Reitz und Daniel Kopp vor Konz II mit Dirk Tanzmann, Arno Kopp und Rafael Kuhn. Inwieweit die Ergebnisse für die Qualifikation zur Deutschen Meisterschaft reichen werden, muss man abwarten, denn die Kurse in Altenkirchen gehören zu den schwierigsten in ganz Deutschland.



Ich habe es geschafft!

„Bogenschießen ist doch kein Sport“ hatte kürzlich jemand zu mir gesagt. Im Umgang mit Pfeil und Bogen übe ich mich seit über 30 Jahren. Um ein guter Bogenschütze zu werden, braucht man Kraft, Konzentration, Ausdauer, gute Bewegungskoordination und auch eine gewisse körperliche Fitness. Dass ich auch damit schon einige Voraussetzungen erfülle, die bei dem Erwerb des Deutschen Sportabzeichens gefordert sind, wurde mir erst ein bisschen später bewusst.

Im Mai fand im Konzer Stadion der Tag des Deutschen Sportabzeichens statt. Als Trainerin in der TG Konz hatte ich mich als Prüferin an einer Station zur Verfügung gestellt. Normalerweise bin ich Trainerin für Bogenschießen, aber das gibt es ja nicht beim Deutschen Sportabzeichen. Man teilte mich schließlich für das Kugelstoßen ein. Für Sicherheit zu sorgen und die erzielten Weiten zu messen, sollte natürlich kein Problem sein. So kamen nach und nach junge und nicht mehr ganz so junge Sportlerinnen und Sportler zu „meiner“ Station. Ich beobachtete genau, was und wie sie es machten. Noch nie im Leben hatte ich selbst Kugelstoßen ausprobiert. Irgendwie hat es mich aber plötzlich gepackt ... ich wollte es schließlich doch mal selbst versuchen und so stieß ich die meinem Alter entsprechend drei Kilo schwere Kugel durch die Luft. Herbert, er begleitete die Disziplin als Fachmann, gab mir gute Tipps und so startete ich den ersten Versuch 4,15m. Das war ein Anfang, reichte aber noch lange nicht für einen Punkt. So machte ich noch ein paar Versuche ... 4,42m und 4,68m. Jetzt fehlten nur noch 7cm Das sollte doch zu schaffen sein. Nach einer Pause, es waren gerade keine anderen Teilnehmer an unserer Station,



setzte ich noch einmal an. Der insgesamt fünfte oder sechste Versuch brachte dann 4,84m. Damit war im Bereich „Kraft“ Bronze erreicht. Beim Bogenschießen sind Konzentration, Koordination, Kraft und Ausdauer gefordert, also habe ich doch wichtige Dinge, die man für den Erwerb des Sportabzeichens zeigen muss, dort schon unter Beweis gestellt. Im Bereich „Kraft“ war also die Hürde geschafft. Jetzt war der Ehrgeiz geweckt, vielleicht doch auch Leistungen in den anderen Bereichen zu erfüllen. Ich schlich mich schließlich weg zur „Wurfbasis“. Schleuderball gehört zum Bereich „Koordination“ und das hatte ich

vor über 45 Jahren im Schulsport gelernt. Ob ich es wohl noch so einigermaßen hinbekomme? Nach so langer Zeit fehlt doch einiges an Kraft und Schnelligkeit, die für einen weiten Wurf, wie ich ihn in meiner Jugend meist geschafft hatte, notwendig sind. Ein paar Würfe brauchte ich dann auch, um mein Ziel zu erreichen, wenigstens einen Punkt für Bronze zu bekommen. Am Ende standen 14,65m auf meinem Laufzettel. Jetzt blieben noch die Disziplinen „Schnelligkeit“ und „Ausdauer“. Diese Disziplinen beschloss ich im Wasser zu absolvieren. Da ich als Helfer beim Sportabzeichentag eingeteilt war und die Station deshalb nicht verlassen konnte, musste ich das Schwimmen auf einen anderen Tag verschieben. So wagte ich mich dann vier Tage später ins Saar-Mosel-Bad. Ziel war es, die fehlenden zwei Punkte für das Deutsche Sportabzeichen in Bronze zu erreichen. Und es ließ sich gut an. Nach lockerem Einschwimmen ging es auf die 25 Meter ... Start ohne Startsprung, denn den beherrsche ich nicht mehr. Nach der Bahn schaute ich den Bademeister, der meine Zeit stoppte, fast ungläubig an 32,5 sec. Das war wesentlich schneller als ich glaubte schwimmen zu können und dafür gab es schon 3 Punkte. Aber es fehlte noch das Ausdauerschwimmen 400 Meter. Ich musste unter 19 Minuten bleiben, das sollte zu schaffen sein. Am Ende war ich mit 13,5 Minuten weit darunter geblieben. Damit hatte ich 2 weitere Punkte gesammelt und mein aus einer Laune heraus geborenes Ziel erreicht, zum ersten Mal in meinem Leben das Deutsche Sportabzeichen zu erwerben : 7 Punkte und damit BRONZE!

Jutta Weyand





**Naturheilpraxis
Steinbach**
Johannes W. Steinbach
 Heilpraktiker · Lebensmitteltechniker
 Medizinjournalist · Fachbuch-Autor

Dorn/Breuß
 Osteopathie
 Chiropraktik
 Neuraltherapie
 Akupunktur
 Homöopathie
 Med. Fußpflege

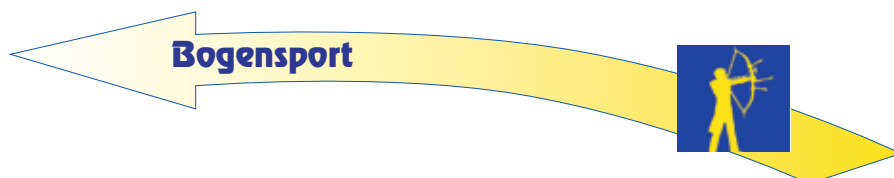
Schillerstr. 18 · 54329 Konz
 Tel.: 06501 - 920 915 0
 E-Mail: naturheilpraxis-steinbach@gmx.de
 www.naturheilpraxis-steinbach.de



Hoffmann
HEIZUNG + SANITÄR

• Reparatur und Kundendienst
Am Hochwald 6 • 54441 Wawern
 Tel. 06501/60699-0 · Fax 06501/150102

Jutta Weyand
 Tel. 06501 / 51 70
 bogensport@tgkonz.de



Julia Wenzel siegt mit Landesrekord

Am vergangenen Wochenende wurden in Düren die Landesmeisterschaften in der olympischen Disziplin des Bogenschießens in diesem Jahr statt. Wieder einmal zeigten sich die Bogenschützen der TG Konz in guter Form und sammelten viele Medaillen und gute Platzierungen.

Mit dem Recurvebogen machten insbesondere die Jugendlichen eine gute Figur. Das herausragende Ergebnis lieferte Julia Wenzel. Sie siegte in der weiblichen Jugendklasse mit 626 Ringen und egalisierte den seit acht Jahren bestehenden Landesrekord. Lars Utscheid sicherte sich mit guten 609 Ringen seinen ersten Einzeltitel in der männlichen Jugendklasse vor Fabian Schäfer aus Düren und Noah Pop vom PSV Trier. Auch der Mannschaftstitel ging mit 1712 Ringen an die TG Konz. Mit in der Mannschaft stand Thorsten Resch, der im Einzel Platz elf belegte. Auch die Schüler B holten sich mit 1313 Ringen Gold ab. Gustav Disch, Noah Kalman und Vincent Horwarth nahmen zum ersten Mal an einer Landesmeisterschaft teil. Sie belegten im Einzel die Plätze vier, sechs und sieben. Die Schüler A Mannschaft mit David Schulz, Jan-Philipp Ziewers und Neuling Mateo Gándara-Palzer mussten sich nur dem BSC Vorgebirge Bornheim geschlagen geben. Sie erzielten 1547 Ringe. Im Einzel erreichten sie die Plätze acht, elf und dreizehn. Die Konzer Jugendlichen werden sich mit diesen Ergebnissen wohl auch die Qualifikation für die Deutsche Meisterschaft, die Anfang August in Berlin ausgetragen werden, gesichert haben. Die TG Konz war der einzige Verein, der in drei Nachwuchsklassen Mannschaften an den Start brachte. Das schaffte kein anderer Verein. Das spiegelt die gute und intensive Trainingsarbeit wieder unter der Leitung von Trainerin

Jutta Weyand.





Konzer Bogenschützen starten in Mondercange/Luxemburg

Am vergangenen nahm eine Gruppe von Konzer Bogenschützen am internationalen Hallenturnier in Mondercange/ Luxemburg teil. Und sie kamen mit vielen guten Platzierungen und neun Pokalen zurück. So siegte bei den Schülern B Gustav Disch vor Yannick Vural und Vincent Horvarth, alle TG Konz. Bei den Schülern A belegte Mateo Gándara Palzer mit 511 Ringen. Er erzielte dabei eine persönliche Bestleistung bedeuteten. Thorsten Resch, Julia Wenzel und Lars Utscheid platzierten sich an der Spitze in ihren Klassen, wobei auch Lars Utscheid mit starken 569 Ringen ebenfalls seine persönliche Bestleistung gewaltig in die Höhe schraubte. David Schulz und Jan Philipp Ziewers belegten bei den Jugendlichen hinter Thorsten Resch die Plätze 2 und 3. Auch Chantal erreichte den zweiten Platz bei den Juniorinnen. Die TG Konz war mit einigen ganz jungen Nachwuchsschützen in Mondercange am Start, die zum Teil ihren ersten Wettkampf überhaupt bestritten. Amadeo Koch und Marton Horvarth belegten bei den Schülern A die Plätze 6 und 7. Am Ende hielten neun von 14 Schützen ihre Pokale in den Händen.



Auf zur BUGA...

Unsere diesjährige Fahrt führte uns zur Bundesgartenschau nach Heilbronn. Da wir wie immer eine größere Gruppe sind, wurden wir in Konz mit Taxis abgeholt und zum Bahnhof nach Trier gebracht.

Leider war das Wetter nass und kalt, und wir waren froh, als endlich der Bus kam. Auf dem Weg durch den Hunsrück begann es stark zu schneien, kaum zu glauben!

In Stuttgart angekommen, stieg eine Reiseführerin zu und zeigte uns während der Fahrt die Sehenswürdigkeiten der Stadt. Wir stiegen einmal kurz aus, um eine andere Sehenswürdigkeit zu besichtigen, waren aber bei dem nasskalten Wetter froh, wieder in den Bus zurückzukehren. Dieser brachte uns dann anschließend zu unserem Hotel.

Nur eine kleine Gruppe entschloss sich, doch noch in die Stadt zu fahren, auch um nach einer Lokalität für den zweiten Abend zu suchen, was nicht so einfach war.

Zurück im Hotel hieß es noch „feinmachen“ und dann Platz nehmen im hoteleigenen Restaurant, natürlich auch vorher reserviert. Den Abend ließen wir gemütlich in der Piano Bar ausklingen.

Am nächsten Morgen, nach dem reichhaltigen Frühstück, fuhren wir nach Heilbronn zur Bundesgartenschau, BUGA, was ja der Hauptanlass unserer Reise war.

Wir staunten über das große Areal mit den Attraktionen und schönen Anlagen. Der Blumen-Pavillon ließ das Herz höherschlagen. Kunstvolle Blumenarrangements ließen uns immer wieder zum Fotografieren stehen bleiben – traumhaft! Es war sonnig, aber zum längeren Verweilen für einen Snack oder Getränk war es draußen zu kalt.

Nach diesem interessanten Tag brachte uns der Bus wieder ins Hotel. Kurze Ruhepause – dann auf in Richtung S-Bahnstation, um in die Stadt

Fortsetzung nächste Seite

UNFALLEKCLUSIV MIT LEISTUNGSPLUS – FÜR SPORTLER DIE RICHTIGE WAHL.!!

Lassen Sie sich jetzt beraten.

z.B.: 7% Sofortleistung
bei Kreuzbandriss

Geschäftsstelle

Frank König & Patrick Picko GbR

Saar-Mosel-Platz 1 · 54329 Konz

Telefon 06501 923923

koenig.picko@gs.provinzial.com

Immer da. Immer nah.

PROVINZIAL

Wertstoffe und Recycling GmbH

KWR

...der Umwelt zuliebe!

Tel. 0 65 01 / 12 55 3

Ihr Abfallentsorger in der Region Konz und Trier

Sabatierstraße 1-3, 54332 Wasserliesch

Trierer Container Service

TCS



Tel. 0 65 1 / 932 932

Ihr Transporteur im Landkreis Trier-Saarburg und darüber hinaus

Gisela Frank

Tel. 06501 / 15673

breitensport_damen@tgkonz.de

Breitensport Damen



zu fahren. Dort freuten wir uns auf das Abendessen und ein gutes Bier in einem Brauerei-Ausschank. Mit der S-Bahn fuhren wir wieder zurück ins Hotel, wo wieder die Bar auf uns wartete.

Am letzten Tag nach dem Frühstück brachte uns der Bus zum Barock-Schloss in Ludwigsburg. Auch dort erfreuten wir uns an dem schönen Schlossgarten mit seinen prächtigen Pflanzen und Blumenbeeten.

Eine Attraktion sollte erwähnt werden:

In einem Märchenpark, wunderbar in den Berg eingebaut, staunten wir über die „fast lebendigen“ Märchenfiguren, die uns ihre Geschichten erzählten. Ein Highlight war eine kleine Bootsfahrt im 4er Boot über einen Kanal durch die Märchenwelt.

Wir hatten vielleicht eine Gaudi, war das doch eigentlich für Familien mit Kindern gedacht!

Zurück zum Bus, hatte der Busfahrer für uns ein kleines „Menü“ vorbereitet bei Kaffee, Bier und Sekt...

Gut gestärkt ging's weiter, und wir erreichten unser Ziel Trier, ohne Stau! Nach langem Warten am Trierer Bahnhof – in Trier war die Stadt „zu“ - brachte uns das Taxi-Unternehmen wieder nach Konz.

Wohlbehalten in Konz angekommen, freuen wir uns nun auf ein neues Ziel im nächsten Jahr.



Elfi Riehm

Ein kleiner Sensor und seine Folgen.

Es war soweit für eine Reise am 20. September um 6.00 Uhr früh von Konz nach Riederau am Ammersee. So waren wir alle pünktlich am Treffpunkt Möbel Martin, um den Bus mit Toni, unserem Fahrer, in Empfang zu nehmen. Aber oh je, er sah nicht glücklich aus, er hatte eine Hiobsbotschaft für uns, eine Kotrolllampe leuchtete rot auf. So hieß es nun nach Hause fahren oder alle bleiben im Bus und die erste Station war MAN nach Ehrang auf den Werkhof zur Kontrolle. Nach zweistündiger Wartezeit bekamen wir grünes Licht für unsere Reise.

So fuhren wir schon reichlich hungrig zum ersten Stopp in der Pfalz zum Frühstück. Es ging weiter Richtung Stuttgart – München, wo wir geradewegs in einen großen Stau fuhren. Schleppend ging es voran, das hieß, der organisierte Nach-



mittagplan viel aus. Raimund hatte nur noch das Handy am Ohr vor lauter Umplanung. Um 18:30 Uhr erreichten wir dann das Seminarhaus der Hypovereinsbank in Riederau, wo wir herzlich empfangen wurden. Das Anwesen ist herrlich gelegen auf einer Anhöhe mit Blick zum See bis Kloster Andechs. Nach einem guten Abendessen verweilten wir in der Bierstube. Die Kegelbahn wurde auch benutzt, wo Raimund als Einziger 8 Kegel warf – trotz Stresstag. Wir waren alle froh, am Zielort zu sein.

Am Samstagmorgen waren wir alle fit und munter nach so einem langen Tag. Wir fuhren nach München, wo Herr Rettinger, unser Stadtführer,

Fortsetzung auf seite 18



auf uns wartete. Die erste Station war diesmal an der BMW-Welt, wo man sich seinen neuen Wagen abholen kann. Das BMW-Gebäude wurde in einer Form eines Vierzylinders gebaut. Weiter ging es dann in das Olympische Dorf mit Besichtigung des Denkmals des Attentats vom 5. September 1972. Danach besuchten wir das Gelände vom Olympia-Park mit seinen zeltartigen Bauten, die immer noch beeindruckend. Weiter mit dem Bus zum nächsten Halt am Schloss Nymphenburg, dann am Englischen Garten vorbei, durch Schwabing, das Künstlerviertel, über die Leopold- und Ludwigstraße. Wir sahen die Feldherrenhalle und das Siegestor. Am Isartor gab es wieder einen Halt. Herr Rettinger führte uns zum Viktualienmarkt, wo wir unsere Mittagspause einlegten. Danach zum Marienplatz und Besuch bei Dallmayr im Schnelldurchlauf. Pünktlich waren alle wieder am Bus und es ging zurück nach Riederau. Während der Fahrt erzählte uns Herr Rettinger auch von Münchens Schattenseiten. Mieten so teuer, dass viele Leute noch Nebentätigkeiten annehmen müssen. Dass München rasant wächst an Zulauf von Menschen, die vielen Baustellen wegen der neuen U-Bahn, die derzeit gebaut wird. Wie im letzten Jahr gab es auch einen Grillabend im Atrium mit Andechs-Bier vom Fass und leckeren Salaten. Norbert ließ den Tag noch einmal Revue passieren und der Abend klang aus mit vielen Gesprächen in netter Runde.

Sonntagmorgen fuhren wir nach Bad Tölz. Auf dem Parkplatz Blomberg wurden die Wanderer mit Raimund raus gelassen und konnten mit der Blombergbergbahn auffahren, um zum Zwiesel zu wandern. Die Mittagspause wurde dann im Blomberghaus eingenommen. Hinab ging es dann, wer wollte, mit der Sommerrodelbahn.



Die Gruppe für die Besichtigung des Kurortes Bad Tölz wurde von Frau Schneiders begleitet. Die historischen Häuser in der Marktstraße mit Lüftmalerei sind sehr schön anzusehen, typisch für Bayern. Auch wir unternahmen eine Wanderung zum Kalvarienberg. Es war ein Kreuzweg zur Kirche. Oben auf der Höhe wurden wir mit einem herrlichen Blick belohnt über Bad Tölz und das Bergpanorama. Der Abstieg ging durch einen Wald über Wurzelnenden und Krüppeldamm. Dagegen ist der Wurzelnweg in Konz harmlos.

Der Höhepunkt des Tages war dann das Essen am Abend. Unser neuer Koch Susanta servierte uns zum ersten Mal die einheimische Küche aus seiner Heimat Sri Lanka. Es gab verschiedene Fleischsorten und Chutneys mit Reis, Süßkartoffeln, rote Linsen und zum Abschluss eine Ananas-Süßspeise – köstlich. Mit dem Besuch in der Bierstube klang der Tag aus mit vielen Eindrücken.

Am Montag, unserem Abreisetag, regnete es zum ersten Mal. Wir nahmen schweren Herzens Abschied. Nochmals bedankten wir uns bei der Gastgeberin Frau Reindl und mit einem letzten Blick winkten alle aus dem Bus. Das Ziel war Blaubeuren, wo uns Frau Reich und Herr Haag die historische Altstadt mit vielen alten Fachwerkhäusern und ein Kloster mit einem spätgotischen Hochaltar zeigten. Wir wurden dann zum Blautopf geführt. Eine Quelle im runden Kessel umgeben von einer Felswand. Das Wasser im Teich in ganz blau und wunderschön anzusehen. Noch ganz begeistert von diesem Naturerlebnis nahmen wir unser Mittagessen im Hotel Löwen ein.

Fortsetzung auf Seite 19





AUTOLACKIEREREI **Punessen**

MEISTERBETRIEB

- Unfallinstandsetzung ■ Karosseriearbeiten
- Autoglas-Service Reparatur ■ Austausch
- Klimaservice

since
1982

Konz-Könen Gewerbegebiet

Tel.: 06501- 156 01

www.autolackiererei-punessen.de

Gisela Frank
 Tel. 06501 / 15673
breitensport_damen@tgkonz.de



Vielen Dank unserem Busfahrer Toni, der uns sicher gefahren hat – hin und zurück und auf allen Ausflügen. Ein ganz dickes Lob und Danke dir, lieber Raimund, für deinen Einsatz und die Arbeit. Dies gilt auch für diejenigen, die im Hintergrund tätig waren, dass diese Reise zustande kam.

Im Namen alle sportlichen Mitreisenden

Gisela

PS. Noch ein schönes Gedicht von Norbert, welches er uns auf der Heimfahrt vortrug.

Worte des Dankes

Man hat mir aufgetragen
 im Namen aller hier im Wagen,
 ein paar Worte des Dankes zu sagen.

Ammersee, München, Bad Tölz
 und Blaubeuren ade,
 das tut nun ein Bisschen weh.

Es gab und gibt keinen Grund zum Klagen
 und auch keine noch offenen Fragen.
 Selbst ein defekter Sensor,
 zu Beginn unserer Tour,
 brachte uns nicht aus der Spur.

Auch ein größerer Stau
 machte uns keineswegs flau.
 Weder eine kalte Dusche
 oder der heutige Regen
 schafften es nicht,
 die gute Stimmung kleinzureden.



So fuhren wir weiter, dösend unseren Gedanken nachhängend, bis Wattenheim mit letztem Bus-stop zum Picknick. Es gab leckere Semmeln, die uns Frau Reindl eingepackt hatte. Und so erreichten wir unser Ziel Konz pünktlich um 21 Uhr.



Es war alles rund
 und das tue ich hiermit kund.
 Eine super Organisation,
 von dir, lieber Raimund.
 Hinzu kommt ebenso
 die fahrerische Leistung von Toni,
 comme il faut.

Ihr habt jede Situation,
 ob Organisation oder Verkehr,
 mit Bravour gemeistert,
 das ist, was immer wieder begeistert.

Seid herzlich bedankt ihr Beiden,
 das galt es auf ausdrückliche Weise,
 hiermit aufzuzeigen.

Norbert Burkhardt
 23. September 2019



AUSFLUG ins UNIVERSUM

Mittwoch 22 Juni 2019, 10 Uhr 30: Elf gymnastisch erprobte, freizeitelegante Damen gehobenen Alters stehen am „Hauptbahnhof“ Konz. Mittendrin ein Mann, ein Herr, ich, als postjugendliche Hilfe für eventuelle logistische Engpässe. Ein denkbar ungünstiger DB-Fahrplan sorgte für ein enges Zeitfenster für das geplante Unterfangen. So sollte besagtes Ich u.a. durch vorausseilendes Besorgen diverser Fahr- und Eintrittskarten für mehr Gelassenheit bei der Weiblichkeit sorgen.

So harrten wir des Zuges der da kommen sollte und auch, pünktlich!!!, kam. Schnell hatten die Damen genügend Vierertische requiriert. Auf ging's im D-Zug-Tempo die Saar entlang, an Völklingen vorbei, nach Saarbrücken, schnurstracks weiter über Kaiserslautern, durch 11 (?) Pfälzer-Wald-Tunnel bis Mannheim, Endstation.

Von Gisela (Hertel) vorgeplant und geleitet hatte sich die Breitensportgruppe „Rhythmische Gymnastik Damen“ vorgenommen, das Sonnensystem zu erobern. Aber erst waren 500 Meter bis zum „Tattersall“ zu bewältigen. Nach 3 ½ Stunden Bahnfahrt war Mittagessen im indischen Restaurant angesagt. Leicht exotisch, einfach, gut und nicht zu zeitraubend. Dann, ein Sprung aus dem Lokal, in die nächste Straßenbahn (6, 6A, 9). Auf ging's dem Höhepunkt entgegen: Ein eher unauffälliges, gedrungenes, pyramidenförmiges Glasgebäude: Das Planetarium Mannheim.

Drinnein ein kreisrunder „Kinosaal“ mit sechs, sieben konzentrisch angeordneter Sitz-, nein Fauteuil-Reihen. Man konnte sie so schön nach hinten kippen. Über uns eine gewölbte Decke im schummerigen Dämmerlicht. Ideal für ein Nickerchen. Doch punkt 3 Uhr unterbrach ein intergalaktischer Soundtrack unser Dösen, die Kuppel verwandelte sich in einen endlosen Sternenhimmel und mittendrin: Wir. Ein beeindruckendes räumliches Gefühl.

Nun ging es, ohne Kollision, im atemberaubenden Tempo quer durch diesen von „Miljiunen“ Lichtpunkten erfüllten Weltraum. Allerdings beschränkte sich die Reise mit kurzweiligen Erläuterungen „nur“ auf unser Sonnensystem. Angefangen beim innersten Planeten, dem Merkur über die Venus, beide lebensfeindlich heiss, an unsrer Erde vorbei zu unserem wandelbaren Begleiter, dem Mond. Unser imaginäres Raumschiff legte hier einen beeindruckende Anflug und eine sanfte Landung in einem der tiefsten Mondkrater hin. Ein nahtloser Übergang von einem Blick auf die immer näher rückende Mondoerfläche zu einem Rundumblick aus besagtem Krater. Eine cineastische Meisterleistung.

Und weiter ging's zu unserem erdähnlichsten Nachbarn. Hier gab es wohl mal Wasser und Luft. Beides ist, wenn überhaupt, kaum noch vorhanden. Extrem kalt und staubtrocken, aber mit Sandstürmen unvorstellbaren



Ausmaßes. Trotz dieser Unwirtlichkeiten gilt er als bester Kandidat für eine, hoffentlich friedliche, Kolonisation.

Dann galt es eine große Lücke voller gefährlicher Steinbrocken, dem Planetoiden-Gürtel, zu überwinden, bevor wir beim Jupiter mit seinem Auge und mindestens 79 Monden, dem größten Planeten unseres Sonnensystems, anlangten. Weiter ging es zum fast so großen Saturn mit seinen „hauchdünnen“ Ringscheiben. Jupiter und Saturn sind „Gasriesen“, bestehen hauptsächlich aus Wasserstoff. Die darauf folgenden kleineren „Eisriesen“ Uranus und Neptun bestehen eher aus gefrorenen Gasen. Endpunkt war der Pluto, der am 24. August 2006 zum Zwergplaneten degradiert wurde. Nach 50 Minuten optisch-akustischer, aber lehrreicher Überflutung landeten wir sanft in unseren Fauteuils. Das Licht ging an und wir raus. Ein Gruppenfoto vor dem Planetarium und ab in die Straßenbahn. Diese brachte uns kurzentschlossen durch die Haupteinkaufsstraße zum Zentrum von Mannheim, zum Paradeplatz. Nur wenige Schritte um den nächsten Block und endlich saßen wir wieder, bei Kaffee oder Tee und Kuchen und Torte beisammen.

Kurz nach 18 Uhr saßen wir erneut, diesmal im Zug. 3 ½ Stunden Rückreise bot erneut Gelegenheit zu ausgedehnten Unterhaltungen. Nächstes Jahr geht es vielleicht noch ein wenig weiter: Nach Schwetzingen ... oder Schwätzingen?

Wolfgang Hertel



Konz bringt Silbermedaille mit nach Hause

Nach toller Leistung schafft das Team der Cornhole Abteilung TG Konz es bei der Deutschen Team Meisterschaft zum dritten Mal in Folge aufs Treppchen.

Nachdem Günther Reitz bereits im Mai 2019 bei der Deutschen Einzel Meisterschaft die Silbermedaille nach Konz holte, startete nun auch das Cornhole Team der TG Konz eine geniale Leistung.

Anfang November fand in Nürnberg die Deutsche Team Meisterschaft 2019 im Cornhole statt. Hier traf sich die Elite aus ganz Deutschland.

Konz reiste mit 2 Teams in Rust an.

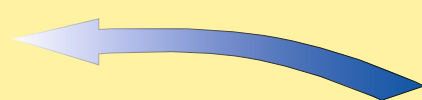
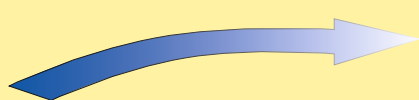
Im Team Konz 1 spielten Günther Reitz, Stephan Beck, Joachim Meurer und Bernd Stumm.

Im Team Konz 2 spielten Sandra Theisen, Olly Engel, Tanko Rass und Markus Meurer

Nach schweren und spannenden Spielen verpasste Team Konz 2 nur knapp den Einzug ins Viertelfinale.

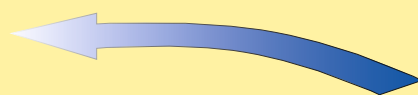
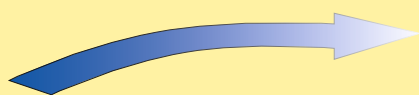
In der Runde der besten 8 deutschen Teams war der Traum vom Treppchenplatz noch in vollem Gange. Team „Konz 1“ traf im Viertelfinale auf das starke „Team Ingelheim 1“ und konnte sich auch hier erfolgreich durchsetzen und glücklich ins Halbfinale einziehen.

Fortsetzung auf Seite 25



Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
AEROBIC UND FITNESS		TG Geschäftsstelle	Tel. 06501 / 946680	
Montag	9.00- 10.00	Bodystyling	Team Aerobic	TG Sportpark
	10.00- 11.00	Rückenfit	Team Aerobic	TG Sportpark
	15.00- 16.00	Beckenbodentraining/Bauch-Beine-Po	Team Aerobic	TG Sportpark
	19.00- 20.00	Fit for fun	Team Aerobic	TG Sportpark
Dienstag	09.00- 10.00	Fit for fun	Team Aerobic	TG Sportpark
	18.30- 19.30	Rückenfit	Team Aerobic	TG Sportpark
	19.30- 20.30	Bodyshape	Team Aerobic	GSMH
Mittwoch	09.00- 10.00	Fit for fun	Team Aerobic	TG Sportpark
	10.00- 11.00	Fitnessgymnastik 60+	Team Aerobic	TG Sportpark
	18.00- 19.00	Step-Aerobic	Team Aerobic	TG Sportpark
	19.00- 20.00	Bodystyling	Team Aerobic	TG Sportpark
	20.10- 21.10	Zumba® Fitness	Team Aerobic	TG Sportpark
Donnerstag	09.00- 10.00	Bodystyling	Team Aerobic	TG Sportpark
	18.30- 19.30	Bodyshape /Fatburner	Team Aerobic	TG Sportpark
BASKETBALL		Björn Grünewald basketball@tgkonz.de Stefan Hildebrandt stefan.hildebrandt@tgkonz.de	Tel. 0173 / 4717887 Tel. +352 621 361 762	
Montag	20.30- 22.00	Masters	Stefan Hildebrandt	Gymn. Halle
Dienstag	17.00- 18.30	U 14	Stefan Hildebrandt	St. Johann
	18.00- 20.00	U 16	S. Preradovic/J. Freudenreich	St. Johann
	18.30- 20.00	Herren I / U !8	Stephane Said	St. Johann
Mittwoch	17.00- 19.00	U 12	Thomas Peter	St. Johann
Donnerstag	18.00- 20.00	U16	S. Preradovic/J. Freudenreich	St. Johann
	18.30- 20.00	U 18	Stephane Said	Gymn. Halle
	20.00- 22.00	Herren I	Stephane Said	Gymn. Halle
Freitag	15.00- 16.15	U-12	Thomas Peter	St. Nik. Halle
	17.00- 18.30	U-14	Stefan Hildebrandt	St. Johann
	18.30- 20.00	Herren II	Martin Adrian	Gymn. Halle
BALLETT		TG Geschäftsstelle ballett@tgkonz.de	Tel. 06501 / 946680	
Mittwoch	16.00- 17.00	ab 5 Jahre	Marina Idaczyk	Spiegelsaal
	17.00- 18.00	ab 7 Jahre	Marina Idaczyk	Spiegelsaal
BOGENSPORT		Jutta Weyand bogenport@tgkonz.de	Tel. 06501 / 5170	
<i>April-September: „Fita-Gelände“ Wiltinger Kupp • Oktober - März: KUAG Halle</i>				
<i>Trainingsleitung: Jutta Weyand - Vertretung: Arno Kopp, Karina Wenzel</i>				
Montag	16.30- 18.15	Schüler/Jugend	Weyand/Resch	KUAG
	18.15- 20.30	Junioren/Erwachsene	Weyand	KUAG
Mittwoch	18.00- 20.30	Junioren/Erwachsene	Weyand	KUAG
Freitag	16.30- 18.15	Schüler/Jugend	Weyand/Resch	KUAG
	18.15- 20.30	Junioren/Erwachsene	Weyand	KUAG
BREITENSport		Toni Scheer breitensport_herren@tgkonz.de	Tel. 06501 / 28 38	
DAMEN UND HERREN		Gisela Frank breitensport_damen@tgkonz.de	Tel. 06501/ 15673	
Montag	18.00- 19.00	Rhythmische Gymnastik Damen	M. Müntzenberg	TG Sportpark
Mittwoch	15.45- 16.45	Fit mit Musik	Ilse Fuchs	TG Sportpark
	19.00- 20.15	Skigymnastik, Konditionsgymnastik	Ute Keiber-Schon	Gymn.Halle
	20.00- 21.30	Fitness-Gymnastik 50+	Elfi Riehm	Kloster - K.
Freitag	20.00- 22.00	Breitensport Herren	Hans Philippi	Gymn.Halle
REHA-SPORT		Christian Albrecht rehasport@tgkonz.de	Tel. 06501 / 94668-0	
In der Halle:				
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	Spiegelsaal
Freitag	8.15 - 9.00		Team Reha	Spiegelsaal
	9.30 - 10.15		Team Reha	Spiegelsaal
Im Wasser:				
Montag	18.30 - 19.15		Team Reha	Saar-Mosel-Bad
Freitag	15.30 - 16.15		Team Reha	Saar-Mosel-Bad

Der Rehasport wird nach Genehmigung vollständig von den Krankenkassen übernommen.



Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
CORNHOLE		Günther Reitz cornhole@tgkonz.de	Tel. 06501 / 6068875	
Dienstag	18.00- 20.00	Cornhole	Günther Reitz	Spiegelsaal
Donnerstag	19.00- 21.00	Cornhole	Günther Reitz	Spiegelsaal
HANDBALL		TG Geschäftsstelle handball@tgkonz.de	Tel. 06501 / 946680	
Mittwoch	20.15- 22.00	Masters	P. Lauterborn	Gymn. Halle
JUDO		Kurt Hromatke judo@tgkonz.de	Tel.: 00352 / 661400391	
Freitag	19.30- 21.00	Erwachsene	Kurt Hromatke	Spiegelsaal
Samstag	09.45- 12.00	Kinder ab 5 Jahre / Jugendliche Anf. u. Fortgeschr.	Kurt Hromatke	TG Halle
KARATE		TG Geschäftsstelle karate@tgkonz.de	Tel. 06501 / 946680	
Montag	20.00- 21.30	Erwachsene	R. Streit	Spiegelsaal
Dienstag	18.00- 19.30	Prüfungsprogramm f. Fortgeschr.	Ralf Streit	GSMH
	18.00- 19.30	Dan-Vorbereitung Oberstufe	Ralf Streit	GSMH
Freitag	18.00- 19.30	Anfänger	Catharina Böttner	GSMH
	18.00- 19.00	Fördertraining	Ralf Streit	GSMH
	19.00- 20.00	Wettkampftraining	Ralf Streit	GSMH
LAUFTREFF		Dominik von Wirth laufftreff@tgkonz.de	Tel. 0176 / 96043252	
Montag	18.30- 20.30	Laufgr. Schüler/Jgd. u. Sportabz. (alle)	Ernst Kletke	St. Nik. Halle
Dienstag	18.30- 20.00	Training	Andreas Kilian	Stadion
	19.00- 20.00	Laufftreff mit Betreuung		Stadion
Mittwoch	17:15- 19:00	Laufgr. Schüler/Jgd. u. Sportabz. (alle)	Ernst Kletke	Gymn. Halle
Donnerstag	18.30- 20.00	schnelle Gruppe		Stadion
	19.00- 20.00	Laufftreff mit Betreuung		Stadion
Freitag	17:00- 19:00	Laufgr. Schüler/Jgd. u. Sportabz. (alle)	Ernst Kletke	Stadion
	20.00- 21.30	Stabilisation (ab Oktober)	B. Kleinjohann/D. v. Wirth	GSMH
Sonntag	ab 8.30	2 Std. und länger	Andreas Kilian	Stadion
GESUNDHEITSLAUFEN		Gaby Willems gesundheitslaufen@tgkonz.de	Tel. 06501 / 18612	
bis 28.03.: Dienstag + Donnerstag 19.00			Gaby Willems	Stadion Konz
ab 28.03.:				
Dienstag	19.00		Gaby Willems	Ölmühle Niedermennig
Donnerstag	19.00		Gaby Willems	Sportplatz Kommlingen
LEICHTATHLETIK		Siegfried Wegener leichtathletik@tgkonz.de	Tel. 06581 / 996892	
<i>April - Oktober: Stadion • Oktober - April: Halle</i>				
Montag	18.30- 20.30	Mehrkamp-Training ab 14 Jahre	W. Weires/G. Weires	St. Nik. Halle
Dienstag	16.30- 19.00	Leichtathletik ab 12 Jahre	Günther	GSMH
	17.15- 19.30	Leichtathletik U 12	V. Kletke	Gymn. Halle
	17.15- 19.15	Leichtathletik 12-13 Jahre	W. Weires/C. Balzer	Gymn. Halle
Mittwoch	17.30- 19.00	Leichtathletik ab 12 Jahre	Günther	GSMH
	17.15- 19.30	Mehrkampf- Training ab 14 Jahre	W. Weires/G. Weires	Gymn. Halle
	17.15- 19.30	Wurftraining ab 14 Jahre	Siegfried Wegener	Gymn. Halle
Donnerstag	17.00- 18.00	Kinder-Leichtathletik 5 - 7 Jahre	W. + G. Weires	St. Nik. Halle
	18.00- 19.00	Kinder-Leichtathletik 8 - 9 Jahre	W. + G. Weires	St. Nik. Halle
Freitag	15.00- 16.30	Leichtathletik 10 - 11 Jahre	V. Kletke / I. Kletke	GSMH
	16.00- 18.00	Leichtathletik ab 12 Jahre	Günther	Stadion
	16.30- 18.30	Leichtathletik ab 12 Jahre	W. Weires/G. Weires	GSMH
Sonntag	10.00- 12.00	Leichtathletik 12-13 Jahre	M. Strupp	GSMH

Wochentag	Übungszeit	Art der Veranstaltung	Übungsleiter	Halle
WALKING		Ulrike Schalm walking@tgkonz.de	0651 / 9963830	
Montag	9.00- 10.00	Walking/Nordic-Walking	Maria Müntzenberg	Tennisplätze
Donnerstag	9.00- 10.00	Walking/Nordic-Walking	Ulrike Schalm	Tennisplätze
	19.00- 20.00	Walking/Nordic-Walking	Michael Müntzenberg	Parkplatz Stadion
SCHWIMMEN		TG Geschäftsstelle Info@tgkonz.de	Tel. 06501 / 946680	
Montag	17.00- 17.45	Kinderschwimmen 1	Wolfgang Kugel	Saar-Mosel-Bad
	17.00- 17.45	Kinderschwimmen 3	Julia + Léo	Saar-Mosel-Bad
	17.45- 18.30	Kinderschwimmen 2	Wolfgang Kugel	Saar-Mosel-Bad
	17.45- 18.30	Wettkampfmannschaft	Markus Adam	Saar-Mosel-Bad
	19.30- 20.10	Masters	Wolfgang Kugel	Saar-Mosel-Bad
Dienstag	16.30- 17.15	Kinderschwimmen 1	Wolfgang Kugel	Saar-Mosel-Bad
	16.30- 18.00	Wettkampfmannschaft	Markus Adam	Saar-Mosel-Bad
	17.15- 18.00	Wettkampfeinsteiger	Heike Warnatz	Saar-Mosel-Bad
	18.00- 19.00	Fördergruppe	Heike Warnatz	Saar-Mosel-Bad
Donnerstag	16.30- 17.30	Wettkampfmannschaft	Markus Adam	Saar-Mosel-Bad
	16.30- 17.30	Fördergruppe	Heike Warnatz	Saar-Mosel-Bad
	17.30- 18.30	Fortgeschrittene 1+2	Heike + Marie / Léo	Saar-Mosel-Bad
	18.30- 19.30	Jugendliche	Heike + Marie / Léo	Saar-Mosel-Bad
TAEKWONDO		TG Geschäftsstelle taekwondo@tgkonz.de	Tel. 06501 / 946680	
Dienstag	16.30- 17.30	Kinder 4-7 J.	Zara Basereh	TG Sportpark
	17.30- 18.30	Kinder & Jugendl. (7-14 J.)	Ghasem Nurbachschr / Zara Basereh	TG Sportpark
	19.30- 21.00	Erwachsene	Ghasem Nurbachschr	GSMH
Freitag	17.10- 18.10	Kinder 4-7 Jahre	Ghasem Nurbachschr/T. Nguyen	TG Sportpark
	18.15- 19.15	Kinder & Jugendl. (7-14 J.)	G. Nurbachschr/T. Nguyen/M. Beck	TG Sportpark
	19.30- 21.00	Erwachsene ab 14 J.	Ghasem Nurbachschr	TG Sportpark
TANZSPORT		TG-Geschäftsstelle tanzsport@tgkonz.de	Tel. 06501 / 946680	
Donnerstag	20.00- 21.00	Gruppe I	K.O. Mühlhaus	TG Sportpark
	21.00- 22.00	Gruppell	K.O. Mühlhaus	TG Sportpark
TISCHTENNIS		Thomas Bruckmann tischtennis@tgkonz.de	Tel. 06501 / 5565	
Montag	18.00- 20.00	Fortgeschrittene Jugend u. Schüler	C. Bruckmann/A. Bruckmann	Lorenz-Kellner H.
	20.00- 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	M. Reinert/M. Weber	GSMH
	18.30- 20.00	Wettkampf Jugend	N.N.	GSMH
Freitag	17.00- 19.00	Tischtennis für Mädchen	C. Bruckmann/K. Bruckmann	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
TRIATHLON		Uwe Lellinger triathlon@tgkonz.de	Tel.06501 / 4612	
Montag	18.30- 19.30	Schwimmtraining	Haie 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

TURNEN		Marita Grundhöfer turnen@tgkonz.de	Tel. 06501 / 2625 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/S. Heberle	Gymn. Halle
	17.00- 18.30	Boden- und Geräteturnen ab 6, Anf.	S. Jüngling	Gymn. Halle
	18.30- 20.00	Leistungsturnen	S. Schumacher/S. Heberle	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	Tim Grundhöfer	St.Nik.Halle
	17.00- 18.30	Leistungsturnen	S.Schumacher/S. Heberle	Gymn. Halle
	17.30- 18.30	Boden- und Geräteturnen 6-8 J.	Tim Grundhöfer	St. Nik. Halle
Sonntag	10.00- 12.00	Wettkampftraining	S. Schumacher/S. Heberle	Gymn. Halle

VOLLEYBALL		Christoph Hänold Torsten Heinz	Tel. 06501 / 8098937 Tel. 0651 / 4637307	
Montag	19.00- 21.00	Damen II	Stephanie Hamm	St. Johann
	20.00- 22.00	Herren I	B. Disch/M. Malburg	St. Nik. Halle
Dienstag	17.00- 18.30	Minis (8-12 J. m/w)	S. Hamm/A. Hamm/T. Grün	St. Nik. Halle
	18.30- 20.00	Damen III (Jugend weibl.)	T. Heinz/H. Busert	St. Nik. Halle
	20.00- 22.00	Damen I	M. Beautier/M. Malburg	St. Nik. Halle
Mittwoch	20.00- 22.00	Herren I	B. Disch/M. Malburg	St. Johann
	20.15- 22.00	Herren II	H. Kaiser/F. Bucher	St. Nik. Halle
Donnerstag	17.00- 18.30	Damen III (Jugend weibl.)	T. Heinz/H. Busert	Gymn. Halle
	17.00- 18.30	Jugend (12 - 15 J.männl.)	C. Hänold / A. Hamm	Gymn. Halle
	19.00- 20.30	Damen II	Stephanie Hamm	St. Nik. Halle
	20.30- 22.00	Damen I	M. Beautier/M. Malburg	St. Nik. Halle
	20.00- 22.00	Hobby mixed	n.n.	Lorenz-Kellner.Halle
Freitag	20.30- 22.00	Herren I	B. Disch/ M. Malburg	St. Nik. Halle
	20.30- 22.00	Herren II	H. Kaiser/F. Bucher	St. Johann



KURSE DER KONZ

Auch Nichtmitglieder können die Kurse besuchen, da sie über das Bildungswerk des Landessportbundes automatisch versichert sind. Die Teilnehmerzahl entscheidet über das Zustandekommen des Kurses! Daher Anmeldung erforderlich!
 *Präventivkurse werden von den Krankenkassen mit bis zu 80% bezuschusst.

WOCHENTAG	ZEIT	KURS	ÜBUNGSLEITER	HALLE
Montag	17.00- 18.00	Pilates	Gabi Willems	TG Sportpark
Mittwoch	17.30- 19.00	Yoga	Mechthild Schneider	Sen. Haus Z. Buche
	19.30- 21.00	Yoga	Mechthild Schneider	Sen.-Haus Z.Buche
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	Gabi Willems	TG Sportpark



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

WOCHENTAG	ÖFFNUNGSZEITEN		TRAINER/-IN	ORT
Montag	8.00- 12.00		Team Studio	TG Sportpark
	13.00- 18.00	Jugendtraining (U 16)	Team Studio	TG Sportpark
	15.00- 18.30		Team Studio	TG Sportpark
	18.30- 21.30		Team Studio	TG Sportpark
Dienstag	8.00- 12.00		Team Studio	TG Sportpark
	15.00- 18.30		Team Studio	TG Sportpark
	18.30- 21.30		Team Studio	TG Sportpark
	8.00- 12.00		Team Studio	TG Sportpark
Mittwoch	14.00- 16.00	Frauentraining	Team Studio	TG Sportpark
	16.00- 18.30		Team Studio	TG Sportpark
	18.30- 21.30		Team Studio	TG Sportpark
	8.00- 12.00		Team Studio	TG Sportpark
Donnerstag	14.00- 18.00	Jugendtraining (U 16)	Team Studio	TG Sportpark
	18.30- 21.30		Team Studio	TG Sportpark
	8.00- 12.00		Team Studio	TG Sportpark
	14.00- 18.00		Team Studio	TG Sportpark
Freitag	8.00- 12.00		Team Studio	TG Sportpark
	15.00- 18.30		Team Studio	TG Sportpark
	18.30- 21.30		Team Studio	TG Sportpark
Samstag	9.00- 13.00		Team Studio	TG Sportpark
Sonntag	9.00- 13.00		Team Studio	TG Sportpark



R&R IMMOBILIEN

R&R IMMOBILIEN
Inh. T. Rohles
Bergstr. 36a
D-54329 Konz

*Wir verdienen
Ihr Vertrauen!*

Tel.: +49(0)6501-920 825 1
Fax: +49(0)6501-920 827 0
Mobil: +49(0)176-389 450 57

Email: info@rr-immo.eu
Internet: www.rr-immo.eu

Ihr Ansprechpartner: Waltrud Rohles-Richarz



RATS APOTHEKE

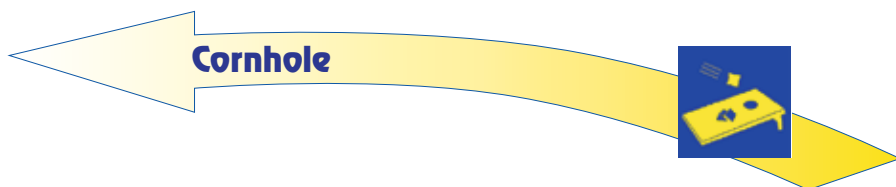
Inhaberin: U. Grün
Fachapothekerin für
Allgemeinpharmazie
Lessingstraße 3
54329 KONZ
Tel. 0 65 01 / 31 31
Fax 0 65 01 / 25 67
E-Mail: rats.apo.konz@t-online.de

**Alles, was Sie für Ihre Gesundheit brauchen!
Wir beraten Sie gerne!**

Erweiterte Öffnungszeiten:
Mo - Fr 8.00 - 18.30 Uhr
Sa 9.00 - 14.00 Uhr



Günther Reitz
Tel. 06501 / 6068875
cornhole@tgkonz.de



Fortsetzung von Seite 20



Im Halbfinale trafen die Konzer dann auf „Team Quierschied 1“ den deutschen Team Meister von 2018. Die Konzer gaben alles und zogen mit einem Sieg in ihr zweites Team Finale einer Deutschen Meisterschaft.

Der Gegner im Finale war das Team „Nürnberg 1“, der Top Favorit dieser Meisterschaft.

Doch unter dem Motto „Alles ist möglich“ gingen Günni, Joachim, Stephan und Bernd voll motiviert in diese Partie und gaben ihr Bestes.

Beide Teams zeigten Cornhole der Extraklasse, doch am Ende siegte „Nürnberg 1“ und wurde zu Hause verdient Deutscher Meister 2019.



Ein langer Turniertag mit 13, 5 Stunden Cornhole und knapp 10 Stunden reiner Spielzeit war erfolgreich gemeistert.

Bei der Siegerehrung präsentierte unser Team glücklich und stolz die Silbermedaille.

Deutsche Team Meisterschaft 2019 in Nürnberg.

- | | |
|---|-------------------|
| ☐ Team Nürnberg 1 (Nürnberg) | Bayern |
| ☐ Team Konz 1 (Konz) | Rheinland-Pfalz |
| ☐ Team Rust 1 (Rust) | Baden-Württemberg |

Fortsetzung auf Seite 26





Cornhole Team DM (Fortsetzung)



AUTO PETER GMBH

KFZ-WERKSTATT
AUTOLACKIEREREI
KAROSSERIE
INSTANDSETZUNG

KONZ

Konzerbrück 35 • TEL 1 69 84
 www.autopeter.de - E-Mail: info@autopeter.de

ELEKTRO spanier GMBH

Inh. Mario Reduch

- Photovoltaik / Solarstromanlagen
- Elektroinstallationen
- Video-Sprechanlagen
- Elektro-Nachtspeicherheizung
- Beleuchtungsanlagen

ELEKTRO SPANIER GmbH
 Karthäuser Str. 81 • 54329 Konz
 Tel. 0 65 01 - 28 45 • Fax. - 59 36

Günther Reitz
 Tel. 06501 / 6068875
 cornhole@tgkonz.de

Cornhole



Cornhole Sportler der TG Konz belegt Platz 3 der Deutschen Gesamt Rangliste 2019



Im September fand in Lindhorst (bei Hannover) das dritte große deutsche Ranglisten Turnier statt.

Die Sportler vom Cornhole Camp der TG Konz starteten mit 4 Spielern und 1 Spielerin ihre 6stündige Fahrt. Mit guter Laune und viel Spaß erreichten alle ohne großen Stau die Cornhole Hochburg Lindhorst. Es war ein spannendes und hochkarätiges Wochenende mit tollem Abschluss. Denn nach den 3 großen Ranglisten Turnieren in Hamburg, Konz und nun auch Lindhorst konnte Tom Schwarz den Pokal für den 3. Platz der deutschen Gesamttrangliste in Empfang nehmen.

Nach dem Nürnberger René Schindler (122 Pkt.), und dem Nürnberger Christian Söder (106 Pkt.) belegte er mit 91 Punkten den 3. Platz. Voller Freude nahm Tom den begehrten Pokal in Empfang.

Auch das Ergebnis seiner Teamkollegen lässt Freude aufkommen.

Denn Bernd Stumm schaffte beim 3. Series Turnier in Lindhorst mit dem

3. Platz seinen ersten Treppchen Erfolg bei großen deutschen Turnieren. Damit befinden sich mit Tom Schwarz (3), Günther Reitz (5) und Bernd Stumm (7) in 2019 gleich 3 Spieler vom Cornhole Camp Konz unter den ersten 7 Plätzen der Deutschen Cornhole Rangliste 2019.

Aber auch unsere Dame ließen es sich nicht nehmen zu glänzen, denn Sandra Theisen vom Cornhole Camp Konz gewann in Lindhorst ihr erstes großes deutsches Cornhole Turnier.

Damit belegt Sandra (Konz 111 Pkt.) hinter Nadine Hattendorf (Lindhorst 112Pkt.) und vor Susanne Holländer (Pinneberg 90 Pkt.) in der deutschen Gesamttrangliste der Damen in 2019 den 2. Platz.

Stolz über ihre ersten großen Siege genoss Sandra ihre Plätze auf dem Treppchen.

Dies ist außergewöhnlich großer Erfolg für unsere Cornhole Sportler und Sportlerinnen von der TG Konz



Ich nehme ab!

Ein Kurs zur dauerhaften und frustfreien Gewichtsreduktion.

Kennen Sie das? Sie möchten abnehmen, doch schon nach kurzer Zeit sinkt die Motivation und man fällt wieder in seine alten Gewohnheiten zurück. Alle Pfunde sind wieder da und man ist frustriert. Dann kommt die nächste Diät...

Doch damit kann endlich Schluss sein.

In diesem Kurs lernen Sie wie Ihr Körper funktioniert, welche Essenszeiten sinnvoll sind, wie man schlechte Gewohnheiten verändert und vieles, vieles mehr....

So dass Sie am Ende Ihr Wohlfühlgewicht erreichen, im Einklang mit Ihrem Körper und ohne Jo-Jo Effekt.

Deshalb basiert der Kurs auf den 3 Säulen:

Ernährung
Bewegung
psychologisches Training

Beginn: Montag, 20.01.20 um 19:30 Uhr

Dauer: 10 Wochen

Ort: TG-Konz

Infoabend: Montag, 13.01.2020 um 19.30 Uhr im TG-Bistro

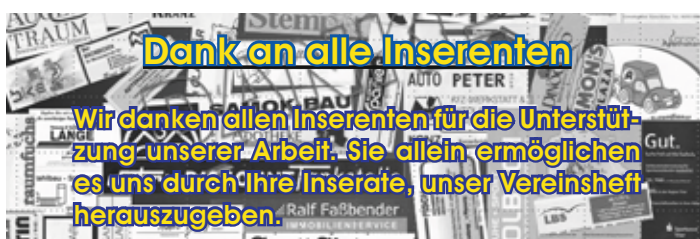
Infos: Ernährungsberaterin & Trainerin

Myriam Ott-Jacquet 06501-9209298 E-Mail info@haus-der-lebenskraft.de
oder Geschäftsstelle der TG 06501- 946680

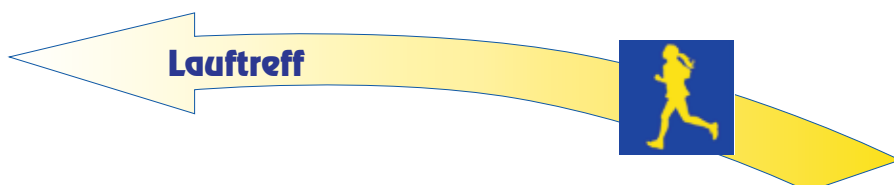
Jumping Fitness

Neue Kurse im Januar:
Freitag, 3.1.2020
Dienstag, 7.1.2020





Dominik von Wirth
Tel. 0176 / 96043252
laufftreff@tgkonz.de



Wir sagen DANKE!

Am Samstag, dem 2. November 2019 war es wieder soweit; zum 44. Mal fand der Wurzelweglauf im Konzer Stadion statt. Es ist der älteste Lauf in der Region. Wir sind stolz darauf, dass wir diesen Lauf über solange Zeit aufrecht erhalten konnten. In vielen Vereinen findet sich selten Nachwuchs, der solche Herausforderungen annehmen möchte, weshalb in Ralingen seit 2018 kein Bit Cup Lauf mehr stattfindet.

Den Wurzelweglauf erfolgreich zu machen und auch zu verbessern und zu modernisieren, darauf arbeiten wir immer ein Jahr hin. Nachdem es letztes Jahr einige Pannen gab und sich einige Läufer verlaufen hatten, wollten wir es diesmal besser machen. Dies ist uns auch vollstens gelungen, was an den vielen positiven Rückmeldungen – über die wir uns sehr gefreut haben – ersichtlich war. Der diesjährige Teilnehmerrekord von 426 Finshern unterstreicht das noch einmal.

Auf Grund der vielen Werbung aber auch der vielen Teilnehmer aus den verschiedenen TG Abteilung konnten wir diese Leistung erreichen. Es war uns eine besondere Freude, auch viele TGler an der Startlinie zu sehen, das schweißt uns als TG zusammen. Es zeigt, dass wir mehr sind als ein großer Verein; wir sind ein großes starkes Team. Dafür möchten wir uns herzlich bei allen Beteiligten bedanken.

Jedoch wäre diese erfolgreiche Veranstaltung in dieser Größe nicht möglich ohne unsere viele freiwilligen Helfer. Diese kommen zum Teil aus unserer Abteilung, aus anderen Bereichen oder gar von extern. Außerdem ganz wesentlich an dem Erfolg beteiligt sind unsere Sponsoren. So hat zum Beispiel die Firma Euroline uns neue Schilder finanziert, damit alles reibungslos verlief und sich die Läufer diesmal nicht noch einmal vor dem Start oder nach dem Start auf dem Gelände verließen. Auch die Strecke wurde diesmal fachmännisch abgesichert. Allerdings ist von den drei Läufern, die sich letztes Jahr verlaufen haben, nur noch ein Mitglied bei uns. Dabei ist es manchmal doch auch schön, einfach mal nicht perfekt zu sein.

Dokumentiert wurde der Lauf in Bilder von Boris Ruth, Holger Teusch,



KUS

FPE-Konz GmbH
Kfz-Prüfstelle
Konz / Könen

Hauptuntersuchung
nach § 29 StVZO

Änderungsabnahmen
nach § 19.2 StVZO

Gewerbegebiet Konz - Könen
Max-Planck-Straße 10, 54329 Konz
Tel. 04501 99040
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. von 09:00 – 13:00 Uhr,
14:00 – 18:00 Uhr
(Nov. - Feb. bis 17:00 Uhr)
Sa. von 13:00 – 16:00 Uhr





Michaela Dühr und Andreas Kilian. Die tollen Bilder finden ihr auf unserer Seite <http://laufftreff.tgkonz.de/bilder/bilder-2019/>.

Im Rahmen der Wurzelweglauf Siegerehrung wollten wir auch die Gelegenheit nutzen, etwas zurückzugeben. Als ein Verein aus der Region haben wir uns vorgenommen, auch Gutes zu tun in der Region mit unserem Wurzelweglauf. So haben wir uns dazu entschlossen, dass wir jedes Jahr ein 1€ pro Starter für einen sozialen Zweck spenden. Wir entschieden uns diesen Sommer, dass wir gern die offenen Waldkindergruppe auf Konz Rohscheid unterstützen möchten. Grund dafür ist nicht nur, dass die Waldkindergruppe an unserer Läuferstrecke liegt sondern auch dass diese dieses Jahr gleich zweimal Opfer von Vandalismus wurde. Wir hatten letztes Jahr 394 Finsher. Also haben wir spontan den Betrag auf 450 € aufgestockt und konnten diesen Betrag im Rahmen des Wurzelweglauf 2019 an den Förderverein der Kita St. Helena übergeben. Wir freuen uns, dass wir die Kinder und die Betreiber der Kita damit unterstützen können.



Lauftreff

Dominik von Wirth
Tel. 0176 / 96043252
laufftreff@tgkonz.de

Herzlich Willkommen Kai!

Einer der Läufer, der sich letztes Jahr beim Wurzelweglauf auf den 15 km verlaufen, hatte ist Kai Merten. Natürlich sind wir nach dem Lauf 2018 auf Kai zugegangen und haben uns dafür interessiert, wie es dazu kam - schon um diesen Fehler in 2019 zu vermeiden. Daraufhin besuchte uns Kai ein paar Mal dienstags bei unserem Stadiontraining. Immer wieder haben wir ihn dann auf den Bit Cup Läufen getroffen, wo er jedes Mal eine gute Zeit lief, dies aber nie für einen Verein.

Über den Sommer haben wir ihn immer wiedergesehen und so kam es, dass Kai nun Anfang September bei uns Mitglied wurde. Darüber sind wir sehr glücklich. Kai ist mega flott. Am 29. September lief er beim Berlin Marathon 2019 seinen persönlichen Marathon-Rekord auf 2:43:33 und als wäre das nicht schon eine super Leistung, konnte er sich dann am 3. November nochmal steigern beim New York Marathon auf 2:34:22.

Wir gratulieren Kai dazu und sind stolz darauf, dass wir ihn für uns gewinnen konnten und er nun für uns läuft. Hiermit heißen wir Kai herzlich willkommen beim TG Lauftreff.

©deuluxlauf (Facebook/Instagram)



Leichtathletik

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

Vera Kletke absolviert in Leinefelde ihren 30. Start bei deutschen Seniorenmeisterschaften im Trikot der TG Konz

Vera Kletke nahm in drei Disziplinen an der Senioren-DM vom 12.-14. Juni in Leinefelde teil. In ihrem 30. Start für die TG sprintete sie in 15,13 s die 100 m und wurde 12. und auch der Weitsprung lief mit 4,27 m und dem 9. Platz durchwachsen, was allerdings nach einer hartnäckigen Verletzung nicht anders zu erwarten war. Trotz dieser erwarteten mittelmäßigen Resultate ging sie motiviert in die Dreisprungkonkurrenz und kurz vor deren Beginn begann es zu schütten und unangenehm kalt zu werden. Während die Laune der Konkurrentinnen immer schlechter wurde und sie sich darauf konzentrierten zwischen den Versuchen ins Zelt zu sprinten und sich in Decken zu wickeln, blieb Vera fokussiert und ihre Laune wurde immer besser ... und mit 8,51 m sprang sie 46 cm weiter als vor einem Jahr und sicherte sich mit dem 5. Platz ihre verdiente Urkunde.

Text und Foto: Ernst Kletke



Die TG Konz stellt beim Auftaktrennen der Moselcrosserie in Breit sieben Klassensieger

Bei T-Shirt-Wetter und einem Crosskurs mit richtig steilem Berg - der mehrmals zu erklimmen war (ein paar Schritte gehen war keine Schande!) - landeten die TGler sieben Mal auf dem höchsten Treppchen: Susie Vandenbussche (W U8), Emie Vandenbussche (W9), Julie Vandenbussche (W11), Ida Kletke (W U18), Dominik von Wirth (M30 Mittel- + Langstrecke) und Ute Kleinert (W60 Langstrecke).

Den zweiten Platz auf der Mittelstrecke errangen Andrea Bruckmann (W20) und Wendy Mc Queen-Laubenstein (W55). Dritter auf der Mittel-

strecke wurden Jerome Vandenbussche (M35), Vera Kletke (W50), Ernst Kletke (M50) und auf der Langstrecke Thomas Ehrmann (M65). Weitere gute Platzierungen erreichten Emely Hennrich (4. W15), Karina Wenzel-Repey (6. W45, Lang), Henrik Kletke (7. M20, Mittel) und Tobias Thul (9. M20, Mittel).

Text: Ernst Kletke

Avanzia: Online-Direktbank auf Wachstumskurs



Als junge Bank sind wir ständig auf der Suche nach neuen Mitarbeitern, die uns in unserem Wachstum begleiten. Erfahren Sie mehr über unsere Produkte und über Avanzia als Arbeitgeber auf: www.advanzia.com



Avanzia Bank S.A.

9, rue Gabriel Lippmann | L-5365 Munsbach

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

Leichtathletik



Rückblick LA Saison 2019: Die TOP Ten im LVR

>>> Perspektive 2020 <<<

Ganz viele tolle Endresultate kennzeichnen unsere vergangene Saison. War oft bisserl Nervenkitzeln (Quali für Deutsche // für Süddeutsche // etc. // 2020) dabei.

Aber Wille und Ehrgeiz haben zum persönlichen Ziel geführt und für 2020 neue Ziele gesteckt.

Die totale Zufriedenheit möge man meinen Mundwinkeln nicht ablesen, denn mit Wettkampf-Teilnahme von erkennbaren Talenten auch aus schulischen Wettkämpfen heraus wäre sicher ein besseres Mannschaftsbild der TG Konz LA möglich gewesen.

Dies trifft auch auf die Staffel-Wettbewerbe zu, wo wir 2019 die totale NULL vollbracht haben. Für mich ein Novum. Über Gründe möchte jeder selbst nachdenken. Aber ein Grund mehr, für 2020 ein wenig mehr an Kooperation zu denken.

Aber umso mehr zeigten die Mundwinkel und die Arme nach oben bei allen Aktiven, die sich nicht nur bei Meisterschaften behaupten konnten. Verzeiht mir, hier nur die Erwähnung der so tollen Platzierungen der TGler in der Top-Ten Bestenliste des LVR. Bei den zahlreichen Wettkämpfen 2019 waren Resultate in den Medien ausführlich erwähnt. Ich möchte zum Jahresende nicht unbedingt in Historie bis ins Frühjahr zurückgehen.

Im Einzelnen und ohne Gewähr auf Vollständigkeit und Fehler hier die Übersicht der Besten Tens im LA-Verband:
GRATULATION!

Leonie ELMER: . Nach ihrem Erfolg bei den RLP-Hallenmeisterschaften im Winter 2018/19 bestätigte sie ihre Entwicklung zu kürzeren Strecken: Bestenlisten-Ränge: 100m: 13,47s (13,17s mit Wind), 200m: 27,54s (8.) und 400m mit 63,17s (4.) und 800m in 2:24,29 min (3.). Gedeckelt hat sie es als Saisonende noch für sich und die 3000m-Bestenliste im Rheinland als 10. zum Auslaufen!

Top Tens auch für **Pia SAUERWEIN**, die eher zu den längeren Strecken tendiert: 3000m in 12:03,82 min und Rang 3, sowie 2000m mit 7:28,19 min (4.) und 800m mit 2:36,80 min (6.). Dazu ebenso wie Leonie vordere Plätze bei überregionalen Meisterschaften.

Willi SIMONS, verletzungsbedingt nur bei 2 Wettkämpfen dabei, erzielte über seine spez. Strecke von 400m mit 53,53s in seiner AK (U20) Rang 5 im LVR.

Jan KELLER (U18), mit einer überragenden Steigerung nach 2018 nun über die 2 Stadionrunden auf 2:13,68 min. Er wird die Schallmauer 2:08 angreifen wollen. Jan kommt nach seinem Auslandsaufenthalt in Kanada für 2020 wieder top-motiviert zu unserer Gruppe zurück.

Johann SIMONS (U16) hatte über die kurze Sprintstrecke das Türchen zur Qualifikation zu den Deutschen Jugendmeisterschaften angestoßen: Was sind 3 Hundertstel beim dem Speed? So knapp verfehlt hat in der

Fortsetzung auf Seite 32



Johann SIMONS



Jan KELLER



Philipp ADAM

Vergangenheit noch niemand der TG Konz. Die erforderliche Zweitqualifikation zu den DM konnte er locker erfüllen. (Weitsprung 5,17m). Zittern und noch mehr Silberhaare beim Trainer sollte es 2020 nicht werden, auch wenn er einem älteren Jahrgang angehört.

Philipp ADAM (MJU14) war einer der vielfältigsten jugendlichen Lauftalente. Sein 2. Rang über 800m (2:12,30 min) und 2000m (3.) mit 7:04,84 min ergänzt er mit einer guten 4-Kampf-Wertung in der Bestenliste auf Rang 8. Dann noch die 100m-Sprintzeit von 12,97s.

JUNG / JUENGER und ERFOLGREICH >> die wilden 13jährigen <<

Sebastian MATTERN (M13) hat nach kurzer Trainingszeit seine Fähigkeiten ausgespielt und einen Coup gelandet: Gleich 2 Mal Rheinland-Bester über die Langstrecke 2000m und 3000m in einer Zeit von 7:29,40

min, bzw. 11:57,97 min. Bedenke: Bei nur 1 x wöchentlich Training. Man muss aber bedenken, dass sich leider nicht viele in dem Alter an diese l a n g e Strecke herantrauen.

Albrecht HAMISCH (M13) sprintete bereits bei seinem ersten Wettkampf in die Spitze im LV Rheinland seines Jahrgangs über 75m: 9,60s stehen zu Buche nach 2 Wettkämpfen und Rang 2. Ergänzt hat er mit Rang 8 im Weitsprung mit 4,74m und im 4-Kampf (5.) seine Perspektiven.

Unsere Jüngsten, unsere Neuen und die Zukunft! Teresa, Leonie, Jessie, Lilli, Katharina, Nelly, Diana, Til, und, und, und....

Es sind all die, die bei Wettkämpfen noch nicht solche Beachtung erfahren haben, aber trotzdem so erstaunliche Steigerungen ihrer Bestleis-



Leonie ELMER und Pia SAUERWEIN



Teil der Trainingsgruppe micky



Trainer rauft die wenigen Haare



tungen mitnahmen- Auch 2020 wollen wir diese Gruppe so erfolgreich zusammen halten - nur so schreibt man Erfolg und Spaß.

Wir haben uns alle gefreut, weil man Erfolg im Sport sieht und es Spaß macht bei uns. Wenn ich den Anfang des „Winter“-Trainings (auf der Baustelle der SM-Halle) beobachte, hab ich trotzdem die Mundwinkel ganz weit oben. Weiter so mit unserer Gemeinschaft.

Das Problem: dringend möchten wir eine zuverlässige Trainer/In möglichst aus unseren Reihen finden, damit wir das Training unserer stolzen Gruppe aufteilen können. Einige Neuzugänge deuten sich an und wir in der TG.LA möchten weiterhin optimale Betreuung ganz oben anstellen! Bitte melden, totale Kooperation ist angesagt, **2020 steht an**

Für 2020 werden einige sich den Anforderungen der nächst höheren Altersklasse stellen und da gibt's kein Nachdenken: *Alle schaffen es.*

Januar und Februar geht's entweder auf die *Cross-Strecken* oder zu den *Hallen-Wettkämpfen*, wo wir die Starts in der Coque in Luxemburg je nach Ausschreibung auch für die „young-stars“ nutzen wollen. Konkretes im Training.

Worüber nicht nur wir Trainer - aber auch Wettkampf-Sportler(innen) - nachdenken müssen heißt *mehr Kooperation im Zusammenwirken von Mannschaften und Staffeln*. Einen zaghaften Ansatz gab es ja dank Anna Meyer zu den Rheinland-Team-Meisterschaften 2019.

Es wäre mein persönlicher Wunsch fürs hoffentlich erfolgreiche 2020 **mit der gesamten Abteilung Leichtathletik der TG Konz - mehr MIT-EINANDER**.

Micky

Deulux-Lauf in Langsur



Trotz feucht-kaltem Wetter machten sich einige unserer Nachwuchssportler bestens gelaunt auf den Weg nach Langsur um an den Bambini-, Kinder- und Jugendläufen teilzunehmen.

Während Theo seinen allerersten Lauf an der Hand seiner großen Schwester Fritzli absolvierte, waren die anderen schon erfahrene Läufer mit teils ehrgeizigen Zielen. Am Ende freuten wir uns aber vor allem über ein super Gesamtergebnis unserer TG-Läufer und den dritten Platz in der Wertung der teilnehmerstärksten Vereine.

Hervorragende Podestplätze erreichten Emie Vandenbusche (U10) und Philipp Adam (U16), die ihre Läufe souverän gewinnen konnten, und Lina Marie Bach (U12) mit einem dritten Platz, dicht gefolgt von Julie Vandenbusche und Giovanna Engel.

Es war toll zu sehen, wie viel Spaß die Kinder vor, während und nach den Läufen gemeinsam hatten.

Foto und Text: Eva-Maria Bach

Die Leichtathleten machen das Sportabzeichen

13. Oktober 2019, Konz



Erleichterte Gesichter nach dem Lauf, Foto: Edith Strupp

Bereits Anfang des Jahres fand in Konz der Sportabzeichen-Tag in Kooperation mit dem Sportbund Rheinland statt. Dort waren viele Helfer und Kampfrichter aus der Leichtathletik Abteilung im Einsatz. Deshalb nutzten die Leichtathleten das wahrscheinlich letzte sonnige Wochenende des Jahres, um auch selbst die Sportabzeichen-Prüfung abzulegen. Zusammen mit Eltern und Freunden versuchten insgesamt zehn Teilnehmer ihr Glück im Sprint, Hochsprung, Standweitsprung und 800m bzw. 3000m Lauf. Auch die Teilnehmer, die nicht mehrmals in der Woche im Leichtathletik-Training sind, haben sich hervorragend geschlagen. Sie wurden schnell vom Ehrgeiz gepackt und haben schon zwischendurch ausgerechnet, wie viele Punkte sie noch benötigen. Vor allem hat es allen Spaß gemacht, gemeinsam die Disziplinen zu bestreiten. Die meisten sind ambitioniert, nächstes Jahr wieder anzutreten.

Für die Leichtathleten geht es jetzt in die schwere und anstrengende Vorbereitung für die Hallensaison.

Michael Strupp



70 Jahre Micky

...wenn das kein Grund zum Feiern ist....

Lieber Micky,
nun bist Du 70 Jahre alt und immer noch da für uns!

Du hast Verständnis für alle unsere Probleme und Sorgen, bist geduldig und motiviert. Du rüffelst, wenn die Trainingsdisziplin zu wünschen übriglässt. Kommunikation liegt Dir sehr am Herzen, und das ist gut so, nur auf diesem Wege können Missverständnisse geklärt werden.

Es tut gut, wenn Du bei den Wettkämpfen dabei bist. Du strahlst Ruhe aus und kannst einen genauso gut trösten wie Du Dich auch mit einem über Erfolge freuen kannst.

Nicht zu vergessen sind die Fahrten ins Trainingslager nach Rimini, die Du mit organisiert hast (...soooo viele Nudeln), die Wettkämpfe in der Coque, Silvesterlauf, Rheinlandmeisterschaften und und und...

Lieber Micky, wir danken Dir für alles und bleib so wie Du bist

Dein Team



Platzierungen bei den Rheinland-Meisterschaften

Neuwied, 19. Mai 2019

Am Sonntag dem 19. Mai wurden die Rheinland-Meisterschaften in den Blockwettkämpfen ausgetragen. Der Blockwettkampf ist ein Fünfkampf, der Disziplinen aus den Kategorien Sprint-Sprung, Wurf oder Lauf beinhaltet.

Als Titelverteidiger aus 2018 reiste Noah Römer an. Bereits eine Woche zuvor bei den Bezirksmeisterschaften in Gerolstein konnte Noah zeigen, dass er fit ist und stellte eine neue persönliche Bestzeit über 60m Hürden auf. Im Blockwettkampf Sprint-Sprung in Neuwied konnte er diese nochmal auf 11,38s verbessern. Im Hochsprung schaffte er 1,36m. Damit blieb er nur knapp unter seiner Bestleistung von 1,38m. Außerdem stellte er eine neue Bestleistung im Weitsprung mit 4,30m auf. Am Ende des Tages gewann Noah die Bronzemedaille in der Blockwertung mit 1984 Punkten. Das sind über 160 Punkte mehr als 2018.

Lina Merling startete für die TG Konz im Blockwettkampf Wurf der Altersklasse W13. Sie knackte ebenfalls ihre ehemalige Hürden-Bestzeit mit 12,27s. Im Weitsprung schaffte sie gute 4,02m. Damit erkämpfte sie für die TG Konz die zweite Bronzemedaille des Tages.

Patrycja Kaminska ging in einem sehr starken Teilnehmerfeld von 21 Athletinnen im Block Lauf an den Start. Auch sie schlug ihre alte Hürdenbestzeit. Ihre neue Bestzeit beträgt 11,63s. Mit ihren Leistungen erreichte sie den siebten Platz und 1987 Punkte. Das ist eine deutliche Steigerung zum Vorjahr.

Im Blockwettkampf Sprint-Sprung der 15-jährigen Mädchen starteten die TG-Athletinnen Sophia Szabo und Mariana Pütz. Sophia konnte in vier von fünf Disziplinen ihre alten Bestleistungen übertreffen. Dazu gehörten 14,55s auf 100m und 4,49m im Weitsprung. Auch Mariana war gut drauf und stellte drei neue Bestleistungen auf. Sie sprang 4,12m weit und sprintete in 16,07s über die 80m Hürden. In der Gesamtwertung erreichte Sophia den siebten Platz, Mariana den neunten Platz.

Michael Strupp



Spannende Wettkämpfe in Konz

03. August 2019, Saar-Mosel-Stadion Konz



Fotofinish beim schnellsten 100m-Lauf des Tages in 10,85s, Foto: Harald Sauerwein

Das von der TG Konz ausgerichtete Abendsportfest am 3. August 2019 fand großen Anklang bei den Leichtathleten der benachbarten Verbände Luxemburg, Saarland und der Pfalz. Hervorragende Bedingungen im Saar-Mosel-Stadion halfen den Athleten, ihre Wettkämpfe mit vielen Saison- und persönlichen Bestleistungen zu beenden. Besonders die saarländischen Läufer setzten Akzente. Nicht unerwartet, waren doch gleich alle aktuellen Saarland-Meister auf den Strecken zwischen 100 m und 1500m in der Saar-Mosel-Stadt am Start.

Auf den Sprintstrecken der Männer kam es zum Aufeinandertreffen der Saarländischen Sprint-Asse mit ihren Kollegen aus der Pfalz. Sowohl auf der 100 m Strecke als auch über 200m war das bessere Ende für die Saarländer. Nach 10,85s überflog der Saarbrücker Robert Hind (SV schlau. com Saar 05 Saarbrücken) im 100m Lauf die Ziellinie und verwies Jonas Müller (LAZ Saarbrücken) in 11,03s und Sebastian Groß vom 1. FC Kaiserslautern (11,04s) auf die Plätze.

Gar einen Dreifacherfolg konnten die Saarländer im 200m Sprint feiern. Der Sieg ging wieder an Robert Hind in 22,04 Sekunden. Dieses Mal vor den beiden Saarbrückern Jonas Müller (22,56s) und Jens Martini (LAZ Saarbrücken) 23,02 Sekunden.

Der Sieg im Langsprint ging in die Pfalz. Der Konzer, jetzt für den 1. FC Kaiserslautern startende Aaron Strupp, traf in seinem ersten diesjährigen 400m Lauf auf den aktuellen Saarlandmeister Lars Herrmann vom LA Team Saar. Der Hochsprungspezialist aus Konz konnte seine athletische Vielfältigkeit beweisen. Nach spannendem Rennen ging der Sieg in 51,29 Sekunden an Aaron Strupp, er verwies Lars Herrmann um 5 hundertstel Sekunden auf Platz 2.

Die Sprintstrecken der Frauenklassen wurden von den Läuferinnen aus Luxemburg geprägt. Die Siege über 100m als auch über 200m gingen an Luxemburgs 200m Meisterin Abia Kante (CS Luxembourg). In beiden Läufen konnte die 17-jährige Leoni Elmer von der ausrichtenden TG Konz glänzen und sich jeweils Platz 2 sichern. Über 800m siegte Jan Keller, TG Konz. Der Sieg bei den Frauen ging an Julia Moll (LG Bernkastel/Wittlich), die den Schlussangriff von Karin Udelhoven (PST) abwehren konnte.

Im 3000m Rennen der Männer dominierten wiederum Athleten aus dem Saarland. Ein Trio der LSG Saarbrücken-Sulzbachtal um den Landesmeister Florian Lauck machte den Sieg unter sich aus. Platz 1 für die zeitgleichen Florian Lauck und Thomas Weber in 9:18,96 min. Bei den Frauen ging der Sieg an Andrea Bruckmann von der TG Konz.



Der Start ins 800m Rennen ist gelungen, Foto: Harald Sauerwein

Anna Meyer (TG Konz) konnte nach 1-jähriger Wettkampfpause einen gelungenen Wiedereinstieg feiern. Platz 1 im Rennen über 100m Hürden.

Einen spannenden Zweikampf gab es im Dreisprung. Gleich in Ihrem ersten Sprung konnte die junge Luxemburgerin Melody Koffi (CS Luxembourg) einen neuen U18 Landesrekord aufstellen. Mit 11,70m konnte sie die alte Bestleistung des Großherzogtums um 3cm steigern. Celina Rolgeiser (LC Rehlingen), die um 3 Jahre ältere Saarlandmeisterin, hatte gleich 3 Versuche über 11,60m, musste aber bis zum 6. Versuch warten, bis ihr mit 11,76m eine neue Bestleistung und gleichzeitig die Siegesweite gelang. Im Sog des spannenden Zweikampfs konnte Jule Schulten, PST, ebenfalls mit neuer Bestweite von 10,60m den Wettkampf der U16-Klassen gewinnen. Sehr erfolgreich traten die heimischen Athleten der Schülerklassen auf. Gleich jeweils 3 Siege feierten in der U12 Lina Bach (Weitsprung, 50m, 800m), Quincy Anyanwu (Weitsprung, 50m, 800m) sowie in der WU14 Patrycja Kaminiska (60m Hürden, 75m, 800m). Auch in der U16 gingen beide 800 m Siege an Athleten der TG Konz. Pia Sauerwein konnte das Rennen der Mädchen für sich entscheiden. Philipp Adam war im Rennen der Jungs nicht zu besiegen. Ebenfalls erfolgreich die PST Athleten Lilian Schmidt, WU16, über 300 m und Florian Leitz im 800 m Rennen der MU14.

Andreas Strupp



Bezirksmeisterschaft Mehrkampf Schüler

15. September 2019 im Saar-Mosel-Stadion

Zum Saisonende der Leichtathletik haben die Sportler der Schülerklassen im Saar-Mosel-Stadion ihre Bezirksmeister der Mehrkämpfer ermittelt. Für die Athleten der U12 und U14 war der Dreikampf ausgeschrieben: Sprint, Weitsprung und Ballwurf. Für die älteren U16 Wettkämpfer galt es, 4 Disziplinen zu absolvieren: Sprint, Weitsprung, Kugelstoß und Hochsprung. Herrliches Spätsommerwetter, eine vollbesetzte Tribüne und lautstarke Anfeuerung beflügelte viele Athleten nochmal. Die 140 Starter haben dann die Rheinlandbestenliste nochmal kräftig durchgewirbelt. Ergebnis: 45 neue Top 10 Einträge.

Auch die 40 angetretenen Nachwuchsathleten der TG haben bei der Punktejagd kräftig mitgemischt. 6 Podiumsplätze waren die Ausbeute. Vizemeister wurden Lina Merling (W13), Emely Hennrich (W14) und Johann Simons (M15). Ebenfalls auf dem Treppchen Sophie Grundhöfer (W11), Philipp Adam (M14), und Albrecht Hamesch (M13) gleich bei seinem ersten Wettkampf.

Besonders erfreulich war, dass wir neben diesen Einzelleistungen auch noch 3 Mannschaften in der Wertung hatten. Knapp am Titel vorbei, auf Platz 2, die Mannschaft der M12 mit Quincy Anyanwu, Charef Hamdoud, Anas Boucha, Niklas Gabrys, und Vincent Hartmann. Auf Platz 4 kam die W12 Mannschaft mit Sophie Grundhöfer, Amelie Ott, Julie Vandenbusche, Lena Pagenkopf, und Teresa Oliviera. Und die W14 Mannschaft mit Lina Merling, Lilli Krebs, Patrycja Kaminska, Lilian Premm, und Katharina Adam konnten als 3. noch einen Podiumsplatz belegen.

Am Ende des Wettkampfs viele zufriedene Sportler, Trainer und Eltern. Auch TG Vorsitzender Hans Joachim Schalm und unser Ehrenvorsitzender Walfried Heinz hatten Ihre Freude am fairen Wettkampfgeschehen im Saar-Mosel-Stadion. Hans Joachim ließ es sich dann auch nicht nehmen, bei der Siegerehrung jedem einzelnen Athleten zu den tollen Leistungen zu gratulieren.

Andreas Strupp



Siegerehrung der W14 Mannschaftswertung, Foto: privat

Ergebnisse:

W10: 7. Julie Vandenbusche, 958 Pkt; 10. Teresa Oliviera, (851); 11. Victoria Hennemann, (839); 12. Hanna Willems, (776); 14. Laya Ahmad, (592)
W11: 3. Sophie Grundhöfer (1143); 9. Amelie Ott (1015); 14. Lena Pagenkopf (908); 15. Leonie Conermann (814)
W12: 9. Lilian Premm (1070); 13. Katharina Adam (1005)
W13: 2. Lina Merling (1224); 4. Lilli Krebs (1189); 6. Patrycja Kaminska (1162)
W14: 2. Emely Hennrich (1546)
W15: 6. Pia Sauerwein (1482)
M10: 5. Vincent Hartmann (840); 12. Lucas Jonas (718); 13. Leonard Bach (620); 14. Semi Destani (560)
M11: 8. Quincy Anyanwu (945); 9. Charef Hamdoud (933); 10. Anas Boucha (902); 12. Niklas Gabrys (843); 14. Leo Gabrys (785)
M12: 6. Hugo Staudter (696)
M13: 3. Albrecht Hamesch (1338); 5. Noah Römer (1204); 7. Sebastian Mattern (954)
M14: 3. Philipp Adam (1743); 4. Marco Krempchen (1489)
M15: 2. Johann Simons (1982)

Gute Leistungen bei den verregneten Bezirksmeisterschaften

11.05.2019, Gerolstein

Am 11. Mai fanden die Bezirksmeisterschaften der Klassen U12 bis U16 in Gerolstein statt. Trotz schlechten Bedingungen mit Dauerregen und kühlen Temperaturen konnten die Leichtathleten der TG Konz gute Leistungen zeigen.

In der W10 gingen Julie Vandenbusche, Giovanna Engel und Victoria Hennemann an den Start. Alle drei nahmen am Weitsprung teil. Victoria belegte mit 2,92m den dritten Platz und Giovanna mit 3,21m den vierten Platz. Julie sprang noch ein bisschen weiter und konnte mit 3,24m die bronzene Medaille gewinnen. Im darauffolgenden 50m Sprint kam Julie zeitgleich mit Franziska Ostermann von der LG Bitburg-Prüm nach 8,74s ins Ziel. Die beiden teilen sich deshalb den ersten Platz. Giovannas Zeit war nur 0,15s langsamer. Im starken Feld erreichte sie damit Platz fünf. Victoria lief die 50m Distanz in 9,73s und kam auf Platz acht. Im abschließenden 800m Lauf erkämpfte Giovanna sich mit 3:05,80min die Goldmedaille.



Bezirksmeisterin Patrycja Kaminska (Zweite von rechts) in ihrem Hürdensprint, Foto: privat

Auf dem zweiten Platz kam Julie in 3:18,00min ins Ziel. Victoria lief die Strecke in 3:36,88min und wurde damit fünfte.

In der W11 starteten Sara Pilz und Lina Bach. Schon früh um 10:30 Uhr ging der Ballwurf los. Lina konnte mit ordentlichen 24m den drit-



ten Platz belegen. Sara belegte mit 20m den elften Platz. Mit zwei Metern Rückstand auf die achtplatzierte reichte es leider nicht für den Endkampf.

Trotz Erkältung trat Lina danach im Weitsprung an. Nicht ganz zufrieden ging sie mit 3,75m aus dem Wettkampf. Umso größer war die Freude, als sie feststellte, dass die Weite für den dritten Platz auf dem Podest gereicht hat.

Sara verzichtete auf den Weitsprung und ging stattdessen im 50m Sprint und dem 800m Lauf an den Start. Mit ihrem schnellen Sprint erreichte sie mit 8,28s den dritten Platz. Nach Motivation durch ihre Mutter und den Trainern ging sie auch an den 800m-Start. Das sollte sich bezahlt machen. Mit 3:02,12min konnte sie die Silbermedaille gewinnen.

Im gleichen Alter, jedoch bei den Jungen bestritten Quincy Anyanwu und Anas Bouchas die Bezirksmeisterschaften. Quincy sprintete die 50m in 8,31s und wurde mit 6 Hundertstelsekunden Bezirksmeister. Anas lief 9,05s und konnte damit den vierten Platz erreichen. Den Weitsprung verließ Quincy mit der Silbermedaille und gesprungenen 3,75m. Mit 3,32m

konnte Anas sechster werden. Im 800m Lauf konnte Anas dann seine Stärken ausspielen und schnappte sich mit 3:02,98min die Silbermedaille. Quincy trat außerdem im Ballwurf an und wurde mit 29m vierter.

In der W13 nahmen Lina Merling und Patrycja Kaminska teil. Patrycja konnte den Lauf zum ersten Mal im Viererrhythmus laufen und wurde mit dem ersten Platz belohnt. Dabei konnte sie ihre Bestzeit aus dem Vorjahr um fast eine ganze Sekunde verbessern. Ihre neue Bestzeit liegt nun bei 11,95s. Lina kam als fünfte nach 12,82s ins Ziel, dicht gefolgt von Lilli Krebs. Diese hatte im 75m Sprint bessere Chancen. Sie belegte zeitgleich mit Hanna Winkler von der LG Bernkastel/ Wittlich den zweiten Platz.

Bei schwierigen Bedingungen blieben Lina und Patrycja im Diskuswurf unter ihren Möglichkeiten. Lina wurde mit 13,70m zweite und Patrycja mit 12,97m dritte.

Im abschließenden Weitsprung sprang Lilli 4,16m weit, Lina 3,98m weit und Patrycja 3,60m weit. Damit belegten sie Platz zwei, zehn und vier.

Als einziger Leichtathlet der TG Konz in der

M13 ging Noah Römer an den Start. Die 75m lief er in 11,26s und wurde damit vierter. Einen besseren Platz erreichte er im Hürdensprint. Mit neuer persönlicher Bestzeit von 11,66s erreichte er den dritten Platz. Im Hochsprung blieb er knapp unter Bestleistung und holte sich mit 1,30m die Silbermedaille.

Die W14 vertrat Sophie Blaha. Platz vier belegte sie im Hürdensprint mit 16,23s. Das Finale erreichte sie im Weitsprung. Im letzten Versuch gab sie nochmal alles und verbesserte sich damit von Platz acht auf Platz fünf mit 3,97m.

Eine Altersklasse über Sophie, in der W15 trat Mariana Pütz an. Im 100m Sprint erreichte sie mit 14,29s den zweiten Platz.

Pia Sauerwein, ebenfalls W15, lief die 3000m Distanz in 12:34,85 min und wurde damit ebenfalls Zweite.

Bei den Jungs der M15 startetet Johann Simons. 11,96s bedeuten für ihn neue persönliche Bestzeit und zugleich der Titel als Bezirksmeister 2019.

Michael Strupp

U20-Mannschaft wird Dritte bei den Rheinlandmeisterschaften Team



In diesem Jahr ist es uns endlich wieder gelungen, eine Mannschaft für die Rheinlandmeisterschaften Team am 21.09.2019 in Bad Neuenahr-Ahrweiler aufzustellen. Am Start in der Altersklasse U20 waren: Pia Sauerwein, Anna Meyer, Leonie Elmer, Marie Topolewski (siehe Foto hintere Reihe von links) sowie Flores Carlos Balzer, Loris Krempchen und Hagen Nicolas Manhart und Trainer Winfried Weires (vordere Reihe). Unser Team war mit Abstand das jüngste, aber alle haben gekämpft, angefeuert, viel Spaß gehabt und sich über den Platz auf dem Treppchen gefreut. Ein besonderer Dank gilt Anna, die sich dafür eingesetzt hat, dass diese Mannschaft zustande kam und alle Disziplinen besetzt werden konnten.

Und wir hoffen, dass dieses Team bei der nächsten Auflage am 26.09.2020 in Wittlich wieder dabei ist und weitere Verstärkung aus den verschiedenen Leichtathletik-Trainingsgruppen bekommt.

Wurzelweg-Cross-Lauf TG KONZ

Wurzelweglauf des Lauftreffs der TG Konz mal wieder mit guter Organisation rundum, einem enormen Personal-Einsatz (bis hin zur Vorstands Spitze!) ein Top-Event. Kompliment!

Für unsere LA-AthletInnen ein gelungener Abschluss im Gelände, ehe wir uns verschiedentlich auf Hallen- und Cross-Wettbewerbe in Febr./ März 2020 konzentrieren.

Unsere LäuferInnen konnten über diesen teils schwierigen Parcours im Konzer Forst alle überzeugen: Philipp ADAM spielte seine WK-Erfahrung im Finale der männlichen Jugend über 2000m deutlich gegenüber seinen Gegnern aus und siegt souverän.

Hervorragend liefen Ida KLETKE und Pia SAUERWEIN auf der 5000m Strecke - zufrieden und geschafft im Ziel. Hervorragende Plätze in einem riesigen Starterfeld auf ungewohntem Parcours!

Ebenso geschafft aber zufrieden, dass man es kann: Jessie-Marie KAHN und Katharina ADAM im 2000m-Lauf ihrer Altersklasse - Gratulation!

Für Lina BACH gab es ein „Foto-Finish“ bei den allerjüngsten Mädchen im Zieleinlauf über 1000m. Zeitgleich auf die hundertstel Sekunde kamen beide an. Nach Recherchen bei der Ziel-/ Zeitnahme war eine Differenz von wenigen tausendstel Sekunden erkennbar. Sollten wir jetzt bei unserem so ehrgeizigen Nachwuchs das auch noch mit solcher High-Tech-Zeitnahme belassen und nicht in die Auswertung noch Menschen einbinden. Ich gratuliere Lina nach langer Verletzungspause zu Rang 1 beim Konzer-Wurzelweglauf gemeinsam mit ihrer netten Konkurrentin. Für die Cross-Meisterschaften 2020 müssen wir unbedingt Mannschaften zusammenbekommen! MITHELFEN!

Vera KLETKE bewundernswert an diesem schönen Samstag-Nachmittag umschwärmt wie in einem Bienenstock von so vielen hoffnungsvollen Kindern und ganz vielen Top-Plätzen. Die helfenden Eltern nicht vergessen.

Muss das bewundern!

Micky



Meisterschaftswochenende

29./ 30. Juni 2019, Sankt Wendel und Hamm



Leonie Elmer (vorne) im Endspurt bei den Süddeutschen Meisterschaften, Foto: Kerstin Elmer



Janine Hennrich bei der Siegerehrung als neue Rheinland-Meisterin im Siebenkampf, Foto: Gertrud Weires

Am Wochenende des 29. Und 30. Junis fanden zeitgleich die Rheinland-Meisterschaften Zehnkampf in Hamm und die Süddeutschen Meisterschaften in Sankt Wendel statt.

Leonie Elmer reiste als einzige Athletin der TG Konz ins Saarland, um an den Süddeutschen Meisterschaften der U18 teilzunehmen. Die Qualifikationsnorm für 800m hatte sie zuvor in Schifflingen abgehakt. Für die Teilnahme waren 2:25,00min gefordert. Sie unterbot diese Zeit in 2:24,29min. Mit ihrer Meldezeit war sie auf dem 25. Platz eingeordnet. In Sankt Wendel konnte sie sich mit einer Zeit von 2:25,54min auf den zwölften Platz nach vorne kämpfen. Dies ist ihre bisher beste Platzierung bei Süddeutschen Meisterschaften. Bei den schwierigen Bedingungen mit über 30°C im Schatten hat sie sich gut geschlagen.

Janine Hennrich hatte sich für den Siebenkampf in Hamm entschieden, um die Deutsche Norm von 4500 Punkten anzugreifen. Bereits drei Wochen zuvor hatte sie ihr Glück beim 29. Nationalen Pfingsten-Mehrkampf in Limburgerhof versucht. Dort schaffte sie mit vielen persönlichen Bestleistungen 4313 Punkte. Deshalb stellte es in Hamm eine große Herausforderung

dar, wieder an diese Punktzahl ranzukommen. In Hamm entsprachen ihre Leistungen bei heißen Temperaturen ungefähr den Werten von Limburgerhof. Im Weitsprung erreichte sie exakt dieselbe Weite wie drei Wochen zuvor. Für einen Mehrkampf herausragend war außerdem ihr Hochsprung, in dem sie 1,65m hoch springen konnte. Am Ende reichte es für 4182 Punkte und damit den Rheinland-Titel. Und das mit souveränen 451 Punkten Vorsprung.

Fynn Favier startete ebenfalls bei den Mehrkampf-Meisterschaften. In Hamm bestritt er seinen ersten Zehnkampf des Jahres. Er startete mit einem guten 100m Sprint in 11,82s mit 2,0m/s Rückenwind. Bestleistungen konnte er im Kugelstoßen (11,25m) und Stabhochsprung (3,90m) aufstellen. Außerdem schaffte er 51,24m im Speerwurf. Eine Woche zuvor hatte Fynn zum ersten Mal die 50m Grenze durchbrochen und konnte in Hamm noch einen Meter drauflegen. Insgesamt ging Fynn mit 5366 Punkten aus dem Zehnkampf und erreichte damit Platz Zwei auf dem Treppchen. Besser als er war nur Johannes Nickel vom TuS Niederneisen.

Michael Strupp



Die Zehnkämpfer aus Hamm inklusive Fynn Favier (unten links) nach zwei anstrengenden Tagen, Foto: Corinna Favier

Janine Hennrich zweimal auf Platz eins in der Rheinland-Bestenliste!!

Die 16-jährige Janine Hennrich erzielte in Limburgerhof/Pfalz ihre diesjährige Bestleistung im Siebenkampf mit 4313 Punkten und damit Rang eins in der Rheinland-Bestenliste 2019. Am ersten Tag dieses Siebenkampfes übersprang sie eine Höhe von 1,65 m, nur einen Zentimeter weniger als eine Woche zuvor bei den Rheinland-Pfalz Meisterschaften in Saulheim, wo sie mit 1,66 m im Hochsprung Zweite wurde und mit dieser Bestleistung ebenfalls Platz eins in der RL-Bestenliste der weiblichen Jugend U18 belegte!!

Text: Winfried Weires

Foto: von Bernhard Fenn in Limburgerhof





Vereinsmeisterschaften



Blick auf 3 von 5 Turniertische



Finale: Thomas gegen Winni

interne Vereinsduelle - das heißt Kampf bis zum umfallen, Einsatz der letzten Tricks und Kopfkino mit Selbstgesprächen wie „Den will ich aber jetzt bestimmt nicht gewinnen lassen!“. Es geht also immer heiß her an den Tischen, da wird sich nichts geschenkt und auch noch ein paar Minuten danach sind Puls und Blutdruck hoch - dann kehrt wieder versöhnliche Stimmung ein, und die Harmonie kommt bei dem ein oder anderen Beruhigungstrank wieder zum Vorschein. Sprüche wie „ich hasse den!“ kurz nach Spielende sind nicht so ganz ernst gemeint, zaubern aber den Zuschauern und anderen Mitspielern ein Grinsen auf's Gesicht.

So oder so ähnlich ging es auch im August bei uns zu, den Tischtennisspielern in der Lorenz-Kellner-Halle. Nach langen Jahren des „Nee, das soll

ein anderer organisieren“-Denkens fand sich ein Team zusammen, um die doch allseits beliebten Vereinsmeisterschaften auszutragen. Um es vorweg zu nehmen: Es war ein toller Tag! Es wurde viel gelacht, zusammengesessen, zusammengegessen und zusammen was getrunken. Rundum, die Tischtennisfreunde haben alle zusammen was auf die Beine gestellt und sich nicht immer nur innerhalb der Mannschaften gesehen. Es bleibt zu hoffen, dass wir das in Zukunft wieder in jedem Jahr hinbekommen, denn - wenn wir mal ehrlich sind - sooo schlimm war der Arbeitsanteil nun auch wieder nicht. Ist wohl eher eine Frage des Machens und des berühmten inneren Schweinehundes.

Fortsetzung auf Seite 40



Die Jugendklasse



Siegerehrung durch Turnierleiter Nico Schmitt



Die Sieger im Herren Doppel



Die Sieger im Herren Einzel



Nebenschauplatz auf Minitisch



EDV gestützte Turnierleitung

Sportlich gab's aber auch was zu sehen: Die Jüngsten legten vor - oder besser: waren zuerst fertig - und spielten nach einem Vorgabesystem um den Titel. Das heißt im Klartext, dass je nach Leistungsstand der Schwächere in jedem Satz ein paar Punkte Vorsprung bekommt. Bei den Youngstern setzte sich Jonathan Scalla vor Lars Edenburg durch und erhielt aus der Hand von Turnierleiter Nico Schmitt den Siegerpokal. Danach blieb den lieben „Kleinen“ viel Zeit, das Salatbuffet zu räubern, sich ein Würstchen abzugreifen oder ein Stück Kuchen zu verdrücken.

Damit mussten die „Großen“ noch warten, denn sie hatten ja noch die Endrunde der Einzel und die Doppelkonkurrenz vor sich. Auch hier sorgte im Kampf Mann gegen Mann die Vorgabe immer wieder für enge Sätze und so manche Überraschung. Die Doppel wurden nach Leistungsquotient zusammengestellt, so dass sich auch hier ein ausgeglichenes Feld ergab. Für Spannung war also gesorgt; so mancher Zuschauer wunderte sich, wer da so alles als Sieger vom Tisch zurückkam.

Alles in allem haben die, die dabei waren, dem trüben Regentag ein Schnippchen geschlagen und sich in der TT-Halle blendend amüsiert. Danke an den verletzten Turnierleiter Nico Schmitt, die guten Seelen vom Grill Inge und Georg Hein, an das Orga-Team für die Umsetzung ihrer Ideen und die Planung sowie an alle Helfer, die spontan da Hand angelegt haben, wo es nötig war. Ihr habt es vorgemacht, wie es geht! Da freue ich mich schon auf die Neuauflage in 2020!

Wer sich übrigens fragt, wo denn unsere Damen waren und ob die nicht mitspielen durften: Nein, die Damen wollten nicht, hätten aber natürlich -so wie sie es auch im Meisterschaftsbetrieb machen- bei den Herren mitspielen können. Dabei hätten sie auch nicht weniger oder mehr Chancen gehabt wie jeder andere auch, da es auch für sie die QTTR-Werte gibt. Also Mädels, lasst euch in 2020 nicht wieder so hängen!

Thomas Bruckmann



Vereinsmeister Jonathan Scalla

Ergebnisse:

Jugend:

1. Jonathan Scalla;
2. Lars Edenburg,
3. Alexander Husung,
4. Johann Willems

Herren Einzel:

1. Thomas Bruckmann,
2. Winni Marxen,
3. Leon Bottler,
4. Jörg Lohscheller

Herren Doppel:

1. Alexej Forot/Dirk Scalla,
2. Dominik von Wirth/Jörg Lohscheller,
3. Leon Bottler/Marc Weber,
4. Luca Maximini/Winni Marxen



Grillen im Regen



Schlacht am Verpflegungstisch



Triathlon Jubiläum in Illingen, Saarland

„Soll ich oder soll ich nicht?“ - diese Frage beschäftigte mich bis kurz vor dem Startschuss zum 20. Triathlon in Illingen am letzten Augustwochenende. Es war zwar nur eine Sprintdistanz, aber bei der treibt der ambitionierter Hobbyathlet seinen Puls ja üblicherweise doch einigermaßen in die Höhe. Und nachdem die leichte aber hartnäckige Erkältung nicht wie erhofft rechtzeitig vor dem lange geplanten Triathlonevent ein Einsehen hatte und klein beigab, stand ich vor der Frage, ob ich ich meinem Körper und vor allem dem Herzmuskel diese Belastung tatsächlich zumuten sollte. Um es kurz zu machen: Mir fehlte die Kraft, mich in die Zuschauerrolle zu begeben und so siegte die Unvernunft und ich stieg um 9:15 zum Start in der 4. Startgruppe ins 25 Meter Becken.

Zu diesem Zeitpunkt war Uwe längst auf der Radstrecke. Er startete das Schwimmen in Startgruppe 2 von insgesamt 7. Die 300 Meter hatte er trotz kleinerer Scharmützel mit einem hinter ihm schwimmenden Athleten in sehr guten 6:34 abgespult. Ich profitierte während der gesamten Strecke von den „guten Füßen“ meines Vordermanns, der etwa mein Tempo schwamm, und konnte die 12 Bahnen mit samt der Strecke bis zur Matte vergleichsweise entspannt in 6:03 abspulen. Dirk Hoffmann, ein weiterer TGLer, der auch regelmässig an Jedermann-Wettbewerben teilnimmt, war in die 5. Startgruppe eingeteilt. Als erfahrener Rettungsschwimmer schwamm er wie immer Brust und ohne Schwimmbrille. Dabei stellte er mit einer Schwimmzeit von 6:45 so manchen kraulenden Mitstreiter in den Schatten.



Die Radstrecke war mit knapp 18 km kurz aber mit deutlich über 300 Höhenmetern knackig. Auf den 3 Radrunden ging es entweder hoch oder runter. Für Uwe mit all seiner Erfahrung und guten Grundaussdauer war das kein Problem und er absolvierte diesen Part in 40:22. Chapeau! Bei mir lief es mit 36:31 auch ganz ordentlich, auch wenn ich mental vielleicht etwas auf der Bremse stand, um meinen Kreislauf nicht über Gebühr zu belasten. Aber vermutlich ist das wieder mal eine meiner zahlreichen Ausreden, mit denen ich mir und der Welt erkläre, dass ich auch bei diesem Sprint deutlich an einem 30er Schnitt

vorbeigeschrappt bin. 😊 Dirk, mit einem fremden Fahrrad und deutlichem Trainingsrückstand während der letzten Wochen, schaffte immerhin eine Radzeit von 46:56.

Die Laufstrecke bestand aus 4 Runden und sah mit 50 Höhenmeterchen auf dem Papier eigentlich ganz easy aus. So richtig schnell war sie aber auch nicht, da das einzige Abwärtsstück der Laufrunde zu steil war, um es richtig laufen zu lassen. Dirk kannte die Strecke ja aus den Vorjahren und kam - etwas hinter seinen Erwartungen - nach 35:30 ins Ziel. Ich selbst begann eher zurückhaltend, wurde aber von Runde zu Runde mutiger und schneller. Ich konnte wie bereits auf der Radstrecke viele vor mir gestartete Athleten einsammeln und das motivierte natürlich. Nach 25:46 hatte ich die 5,2 km geschafft und mein Ziel, unter einem 5 Schnitt zu laufen, klar erreicht. (Ich muss also in diesem Fall keine meiner bewährten Ausreden bemühen. 😊) Uwe schaffte es in hervorragenden 31:32. In meiner ersten Laufrunde lief ich auf Uwe auf und hatte die Gelegenheit, eine Weile Uwes äußerst runden Laufstil zu bewundern.

Den Sieg in der Altersklasse M70 mit einer Gesamtzeit von 1:23:08 hat er sich nicht zuletzt deswegen redlich verdient. Herzlichen Glückwunsch Uwe. Und mit meinen 1:11:20 hab ich es in meiner Altersklasse M55 sogar noch aufs Treppchen geschafft.

Vielleicht habe ich die „Soll ich oder soll ich nicht?“-Frage ja doch richtig für mich beantwortet. Jedenfalls huste ich nach dem Wettkampf weniger als vorher. 😊

Matthias Keller

STEFAN FETTES KANN UND WILL NUR NOCH EINSTELLIG!!!

Setze dir ehrgeizige Ziele und versuche sie zu verwirklichen. So lautet der Glaubenssatz bei Stefan und seinen Triathlon-Wettkämpfen.

In Neuwied war er im August bei der Olympischen Distanz am Start. Es war starker Regen und Windböen in der Wettervorhersage angekündigt. Eingetroffen sind gottseidank nur die Windböen. Geschwommen wurde im Rhein. Auf Grund der starken Strömung betrug die Schwimmstrecke anstatt 1,5 km mehr als doppelt so viel. Es waren 3,2 km die bei Wellengang nach schnellen 21:32 Minuten zu Ende gingen. Wechsel klappte gut und er ging als 43 auf die 44 km lange Radstrecke. Hier konnte er sich auf seiner stärksten Teildisziplin bis auf den 5 Platz vorarbeiten. Die Rad Zeit betrug 1:04 Stunde. Diese tolle Platzierung verteidigte er beim Laufen. Die 10 km waren nach 38:32 zu Ende. In 2:07:25 Stunden überquerte er überglücklich und zu frieden die Ziellinie. Damit war er Gesamt Fünfter und dritter in der AK.

Der Ausflug nach Neuwied kann als positiver

Triathlon Wettkampf auf der Habenseite verbucht werden.

Sein nächster Wettkampf war in DAVOS die Mitteldistanz. Beim höchstgelegenen Triathlon in den Alpen war die Höhe von über 2000 HM nicht zu unterschätzen. (Die Luft war dünn) Hier hatte er sich im Vorhinein im Trainingslager in Livigno akribisch vorbereitet. Er war bereit die schwere Herausforderung anzunehmen. Geschwommen wurde im 14 Grad kalten Wasser des Davoser Sees. Nach 1,9 km Schwimmen und einer Zeit von 32:17 Minuten hatte er wieder festen Boden unter den Füßen. Schnell wechselte er auf sein Rennrad um die schweren 54 km mit insgesamt 1600 Höhenmeter hinter sich zu bringen. Er musste kämpfen und erreichte nach großartigen 2:04:38 Stunden die Wechselzone. Dabei hat er viele seiner Mitstreiter überholt und führte die AK 30-34 an. Beim abschließenden Halbmarathonlauf ließ

er nichts mehr anbrennen (1:26:54 Stunden) Nach 4:08:28 Stunden mit Wechselzeiten kam er als Gesamtfünfter und Altersklassengewinner überglücklich ins Ziel. Mit erhobener Faust und einem breiten Grinsen überquerte er die Ziellinie. Damit wurde sein Traum wahr. Er hat sich mit dieser Leistung für die Championchips im JUNI 2020 in Samorin in der Slowakei, den inoffiziellen Weltmeisterschaften der Challenge Triathlon-Serie qualifiziert.

Glückwunsch Stefan für die großartige Leistung. Wieder hast du eine weitere Sprosse auf deiner Triathlon Leiter erklommen. Mal sehen wie es nächstes Jahr weitergeht? KAMPFGEIST und WILLE werden deine Begleiter sein. Ich drücke die Daumen!

Uwe Lellinger
Kanzem, den 20.10.19



10.MITTELMOSEL TRIATHLON in ZELL



Nach dem Sabbatjahr 2018 fand am 23.06.2019 die Jubiläumsveranstaltung statt. Schon früh ab 07:30 Uhr herrschte reges Treiben auf dem Festplatz mitten im Ort. Aus ganz Deutschland waren Teilnehmer angereist um hier zu zeigen was sie sportlich draufhaben. Darunter waren auch vom TRI Team Matthias, Stefan, Uwe L. und Wolfgang. Ihr Wettkampf war die Olympische Distanz über 2 km schwimmen, 40 km Radfahren und 10,4 km Laufen. Markus startete bei der Sprintdistanz und absolvierte 700 m schwimmen, 20 km Radfahren und 5,2 km Laufen.

Nach Abholen der Startunterlagen und deren Kontrolle ging es los die zugewiesene Startnummer an den Helm, Rad und Nummernband zu befestigen. Mit aufgesetztem Helm und Rad ging es zum Einchecken. Nach der Prüfung durch die Kampfrichter wurden die zugewiesenen Startplätze gesucht und eingerichtet. Zum Schwimmstart ging es mit dem NEO und Badekappe über die Fußgängerbrücke auf die andere Seite der Mosel. Von dort fuhren Shuttlebusse die uns an den Schwimmstart brachten. Nach Wettkampfbesprechung und Einweisung fiel der Startschuss um 10:40 Uhr und die Meute setzte sich Flussabwärts mit der Strömung in Bewegung. Mittendrin Matthias, Stefan, Uwe und Wolfgang. Markus war auf der Sprintdistanz erst später unterwegs. Nach schnellen Zügen hatte jeder seinen Rhythmus gefunden und nach 2 km wieder festen Boden unter den Füßen. Nach der waagerechten Haltung kam die senkrechte Haltung. Da ging es am Anfang etwas wacklig zu. Als erster nach 28:36 Minuten war

es Stefan, gefolgt von Matthias in 34:42 Minuten, knapp dahinter Woll in 35:03 Minuten und Uwe in 39:29 Minuten. Alle an Land und in der Wechselzone. NEO vom Körper gestreift, Radschuhe und Helm an und mit dem Triathlon Rad schiebend bis zum imaginären Wechselbalken. Dann endlich kräftig in die Pedale tretend auf die 2 Runden in und um Zell mit dem gefürchteten Berg Monte Barlo, dem höchsten Punkt der Strecke. Hier kamen alle gut zurecht außer Woll der Probleme mit seiner Schaltung hatte. Stefan spulte den Part in 60:46 Minuten, Matthias in 1:21:22 Stunden, Uwe in 1:28:09 Stunden und Woll in 1:28:44 Stunden. So war für jeden der Rad Part zu Ende und sie nahmen die 4 Laufrunden über insgesamt 10,4 km mit der Bogenholzbrücke vor dem Ziel in Angriff. Jetzt galt es die letzten vorhandenen Reserven zu mobilisieren. Am Anfang fiel es allen schwer den richtigen kraftvollen Laufschritt zu finden. Von Runde zu Runde gelang es immer besser und alle erreichten das Ziel auf dem Festplatz. Hier wurden sie von ihren Fans und den Zuschauern lautstark gefeiert. Stefan erreichte als erster das Ziel nach 2:19:09 Stunden. Er war mit seiner Schwimm- und Rad Zeit zufrieden. Haderte aber mit der Laufzeit von 45:46 Minuten. Insgesamt erreichte er aber einen 5. Gesamtplatz und wurde 3. In der AK30. Matthias beendete das Rennen nach 2:59:58 Stunden und lief die 10,4 km in 58:44 Minuten. Das war eine Punktlandung für ihn, denn er wollte unter 3 Stunden bleiben. Dahinter folgte Uwe in

3:22:38 Stunden und einer Laufzeit von 67:41 Minuten. Das war der 1. Platz in der AK 70 und der Rheinland-Pfalz Titel. Woll kam nach 3:28:02 Stunden und einer Laufzeit von 76:39 Minuten ins Ziel. Er haderte mit seinem Lauf da ihm zum Schluss die Kraft fehlte. Somit war seine Laune im Ziel nicht so gut. Es war seine Generalprobe für sein großes Event die Langdistanz Anfang Juli in Roth. Fazit für ihn er hat es trotz leichter Probleme ins Ziel geschafft und ist dadurch gestärkt aus dem Wettkampf hervorgegangen.

Markus war mit dem Sprint schneller fertig. Er kam nach 700 Meter Schwimmen in 21:44 Minuten, 20 km Rad in 43:45 Minuten und 5,2 km Laufen in 31:04 Minuten nach insgesamt 1:42:11 Stunden ins Ziel. Das war eine Superleistung die ihm in der TM 55 einen 13 Platz einbrachte.

Insgesamt ein erfolgreiches Wochenende für das TRI-Team. Alle sind verletzungsfrei ins Ziel gekommen und haben Kraft für die noch kommenden Events getankt. Weiter so und habt Spaß bei den abwechslungsreichen Triathlon Wettkämpfen.

Uwe Lellinger
Kanzem 23.09.2019



Mein längster Tag

Am 07.07.19 war es soweit, mein längster Tag sollte kommen. Im Jahr davor direkt ein Anmeldeticket für 2019 ergattert ging es am 04.07.19 los. Uwe kam mich abholen und wir fuhren gemeinsam nach Roth. Uwe als Supporter und pers. Betreuer (was Besseres konnte mir nicht passieren). Wir bezogen zunächst das Hotel und danach ab auf die Messe die Startunterlagen abholen. Hiernach besuchten wir noch die Erdinger-Urweisse Party, wo wir viele bekannte Gesichter antrafen.

Am Freitagmorgen ging es für mich erstmal in den Kanal zum Einschwimmen, der Kanal hatte hier noch eine Temperatur von 25 Grad, bei dieser Temperatur gibt es wohl ein Neo-Verbot am Sonntag. Doch dazu kam es dann nicht.

Am Samstag waren wir zunächst noch bei der Woman-Challenge in Roth und schauten dem 5KM Lauf unserer Frauen zu. Hiernach ging es dann zum Einchecken meines Fahrrads zum Kanal. Beim Einchecken hatte ich dann dieses Gefühl, Du musst doch schon bescheuert sein, so was zumachen, aber egal, jetzt ist es eh zu spät. Abends hatten wir noch eine kleine Pasta-Party im Hotel und ich wurde immer ruhiger und schon leicht nervös. Uwe und Heike standen mir bei und ich hörte immer wieder, Du schaffst das schon.

Sonntagmorgen, RACE-Day, Wecker für 04:30 Uhr gestellt, aber schon um 04:00 wach. Gefühl, mir ist totschlecht. Um kurz vor fünf zum Frühstück, wo ein gutgelaunter Uwe mich schon freudestrahlend empfing, heute ist dein längster Tag. Kurz was gefrühstückt, das ich überhaupt was runterbekommen habe, grenzte schon an ein Wunder. Ab aufs Zimmer fertig machen und ab zum Start. In der Wechselzone fing es leicht an zu regnen, na Klasse, braucht auch kein Mensch, dachte ich mir nur. Ab in den Neo, der Kanal hatte 24 Grad, somit war der Start der AK-Athleten mit Neo erlaubt. Um 07:55 wurde meine Startgruppe in den Kanal gelassen, 5Min Zeit zum Einschwimmen, da unsere Gruppe um 08:00 ins Rennen geschickt wurde. Hoffte das ich meine Schwimmzeit vom letzten Jahr vllt. etwas verbessere, die Messlatte lag also bei einer Zeit von 01:20:00. Pünktlich um 08:00 Uhr wurden wir ins Rennen geschickt. Am Anfang hielt ich mich beim Schwimmen zurück um nicht in die „Waschmaschine“ zu kommen, so nach 500m konnte ich mich etwas frei schwimmen, war aber immer noch von einzelnen Schwimmer umzingelt. Nach der erste Wende hatte sich das Feld verteilt und man konnte frei schwimmen. Noch einmal gewendet und dann schnell zum Schwimmausstieg. Nach 01:16:03 war mein Schwimmen beendet, Klasse 4 Min. verbessert, aber jetzt kommt das Neuland, 180 KM Fahrrad bin ich noch nie in einem Stück



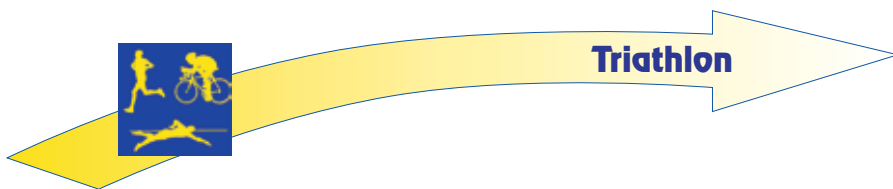
gefahren. Als ich nach dem Wechsel aufs Rad gestiegen bin, war es noch leicht am nieseln. Also bloß nix dummes anstellen und mit Vollgas jeden Hügel runterrassen. Bei ca. 30 KM wurde ich von den führenden Herren Andi Dreitz und Andy Boecherer überholt. Kurz darauf das erste Highlight, der Kalvarienberg in Greding, der am Anfang ca. 500m bei 10% anstieg. So geflasht von den ganzen Zuschauern die einen da anfeuerten, habe ich gar nicht

gemerkt wie schnell dieser Anstieg vorbei war. Dann lief es gemächlich weiter bergauf und ich kam dem nächsten Highlight, dem Solarer Berg immer näher. Kurz vor dem Solarer Berg noch den Kränzleinsberg hoch, da konnte man da schon erahnen was einen gleich erwartet. Nach einer kurzen Abfahrt ging es um eine Linkskurve direkt auf den Solarer Berg. In der

Kurve sah ich auch Uwe und Heike die mich anfeuerten, dann ging es in den Solarer Berg. Was Du in diesem kurzen Stück erlebst kann man nicht in Worte fassen, Du fährst in eine Menschentraube, die automatisch Platz macht, bekommst den ein oder andern Klaps auf die Schulter und jeder feuert Dich an, als ob Du das Rennen anführst. Mein erster Gänsehautmoment in diesem Wettkampf. Dann ging es schon auf die zweite Runde. Für die ersten 90 KM benötige ich 03:03.00 womit ich sehr zufrieden war. Bis zum Kalvarienberg lief es dann normal weiter, aber schon beim zweiten Anstieg bemerkte ich diesen netten Gegenwind der immer stärker wurde. So war das Tempo der ersten Runde nicht zuhalten. Kurz vor der zweiten Wechselzone fingen meine Oberschenkel an zu krampfen, worauf ich das Tempo wieder verringerte. Das wird ein toller Marathon, waren hier schon meine Gedanken, (ich sollte recht behalten)

Nach 06:34:03 erreichte ich die zweite Wechselzone und war mit meiner Zeit sehr zufrieden. Jetzt nur noch den Marathon. Für diesen hatte ich jetzt 7 Stunden Zeit. Also dann mal los. Wollte langsam anlaufen, da sah ich schon Heike und Uwe als ich aus der Wechselzone kam, also kurz hin, beide gedrückt und das Rennen wieder aufgenommen. Merkte aber schnell, das wird nix heute, beide Oberschenkel gingen schnell zu, sodass ich ab KM 12 mehr am Gehen war als am Laufen. Bei KM 4 traf ich noch meinen Vereinskollegen Markus mit seiner Frau, der mich noch aufmunterte, das ich schon ein Stunde schneller wäre, als er im letzten Jahr. Ich musste nur den Cut-OFF Punkte bei Kilometer 30 schaffen, damit sich mich nicht aus dem Rennen nehmen. Dieser lag bei 21:15 Uhr. Bei KM 23 lernte ich Steven kennen, Drill Sergeant der US-Army aus Los Angeles. Wir „marschierten“ dann gemeinsam bis KM 28 in einem 09:00 Schnitt. Hierbei verrechnete ich mich mit der Cut-OFF Zeit und

Fortsetzung auf Seite 44



lief dann, eher schlecht wie recht, die 2KM bis KM 30. Kurz vorher traf ich Uwe und Heike, die mich bis KM 30 begleiteten. Um 20:30 bin ich dann durch den Cut-OFF Punkt durch und wusste jetzt, dass Ich es schaffen werde. So jetzt einmal durch Roth und dann ich die Sandgasse, hier kam ich um die Ecke und wurde direkt begrüßt mit, Hier kommt unsere Rookie aus Trier, Wolfgang Lellinger auf seiner ersten Langdistanz, siehst Scheisse aus, aber bist noch gut dabei. Danke Frank Horras für die netten Worte. Immer schön wenn man seine Freunde und Bekannte auf der Strecke trifft, wobei der HotSpot in der Sandgasse ein ganz besonderer ist. Jetzt ab nach Büchenbach und einmal um den Weiher dann nur zurück durch Roth und ab ins Stadion. Bei Kilometer 41 wartete Uwe auf mich, er wollte mir bei meinem ersten Zieleinlauf beistehen. Also liefen wir gemeinsam Richtung Ziel, ja ich lief wieder, das Ziel

kam ja näher. Uwe meinte nur nimm das Tempo raus, Du läufst einen 5er Schnitt. Dann kam er der legendäre rote Teppich. Sobald Du den ersten Fuss auf diesen aufsetzt, verspürt man keine Schmerzen mehr, zumindest war das so bei mir. Wir liefen also in Richtung Torbogen. Über diesem stand groß geschrieben, Congratulation, YOU DID IT, ja ich habe es geschafft. Hinter dem Tor brach die Hölle los, das Stadion brechend voll und jede und jeder der einlief wurde gefeiert als hätte er die Challenge gewonnen. Gänsehautmoment Nr. ich weiss nicht wie viel. Uwe und ich überschritten gemeinsam, nach 14:34:05 die Ziellinie und Andi Dreitz, der die Challenge Roth gewann, überreichte mir meine Medaille. Wir hatten noch einen kleinen Small-Talk dann ging es Richtung Verpflegung, aber nicht ohne vorher noch eine Laolo mit den Helfern zu machen, auch das ist hier schon Tradition. Im hinteren Bereich traf ich auch auf Heike

und Monika. Heike strahlte mich an und sagte nur mein Ironman, Oh ja ich bin jetzt auch wie Uwe, Markus und Alex ein Eisenmann.

Stolz ging ich mit Uwe in den Verpflegungsbereich und wir setzen uns einfach hin und tranken ein Bier. Dieses Feierabendbier hatten wir uns verdient, Uwe für seinen tollen Support (die anderen waren leider nicht dabei, hätten es genauso verdient gehabt) und ich für meine erste Langdistanz. Um 01:00 waren wir im Hotel, der längste Tag war vorbei. Die Nacht war um 06:00 Uhr ja wieder vorbei, wir haben uns ja wieder angestellt für das Ticket für 2020.

Auf zu den nächsten Abenteuern, Challenge Roth 2020, ich bin dabei (da gibt es eine Zeit zu verbessern)

Wolfgang Lellinger

„STARK MIT DEN RICHTIGEN VORSÄTZEN“

Liebes TRI-Team, liebe Leser:

Mit den guten Vorsätzen für das neue Jahr ist das so eine Sache. Die einen schwören sich, nicht mehr zu rauchen oder sonst irgendein Laster aufzugeben; die anderen wollen schwelende Konflikte lösen, in der Familie, im Freundeskreis oder auf der Arbeit, und wieder andere nehmen sich ganz fest vor, endlich den Traum ihres Lebens zu verwirklichen.

Kleines und Großes, alles scheint möglich in der Silvester-Euphorie. Jeder gute Vorsatz bestärkt uns in dem Glauben an die eigene Kraft. Dass wir uns dabei auch übernehmen können, dass nicht alle Blümenträume reifen werden, ändert nichts an der Schubkraft dieser Zielsetzungen. Denn was wären wir ohne unsere Hoffnung?! Die Ängstlichen aber, so sagt der Volksmund, erwischt es zuerst. Die eigene Sauertöpfischeit schlägt ihnen irgendwann auf den Magen und legt sie lahm.

Da Körper, Seele und Geist eine Einheit bilden, wie schon die Medizinmänner der Naturvölker wussten, brauchen wir auch das Zutrauen zur eigenen Kraft und den Mut zu den guten Vorsätzen, um gesund bleiben zu können. Wir müssen die Ziele ja nicht gar zu hochstecken. Denn dann läuft man Gefahr zu scheitern. Besser ist es daher, die guten Vorsätze mit überschaubaren Etappenzielen zu verbinden. Sind sie erreicht, stellt sich ein Erfolgserlebnis ein, das gleich Mut macht, mehr anzupacken.

Nicht nur Sportler wie die Triathleten müssen so vorgehen, wenn sie eine psychische Stabilität erreichen wollen, die es ihnen schließlich erlaubt, den großen Wettkampf bis hin zu den Olympischen Spielen ins Auge zu fassen. Wir alle brauchen das Erfolgserlebnis, um uns gesund und stark fühlen zu können.

Nicht die Ruhe an sich, das Verharren im Erreichten, sondern die Ruhe nach erfolgreicher Anstrengung führt zur Ausschüttung der Glückshormone. Wer sich nichts mehr vornimmt, bringt sich selbst um die Freude. Deshalb sollten wir das kommende Jahr wieder mit der Kraft der guten Vorsätze beginnen.

In diesem Sinne auf ein Neues, auf ein friedvolles, gesundes, glückliches Schaltjahr 2020!!!

UWE LELLINGER

Kanzem, Dezember 2019

...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

SAMOK-BAU

VERWALTUNGS- UND WOHNUNGSBAUGESELLSCHAFT mbH

Wir vermieten Wohnungen!



**Sie suchen eine neue Wohnung?
Dann sind Sie bei uns genau richtig!**

Wir vermieten im Raum Trier und Konz attraktive Wohnungen in gepflegten Wohnlagen.

Derzeit erstellen wir ein schickes Mehrfamilienhaus mit Tiefgarage in Trier, Von-Babenberg-Straße 32.



54329 KONZ • Schillerarkaden 7
Telefon 0 65 01 / 94 66 0 • Telefax 0 65 01 / 94 66 49

www.samok-bau.de • info@samok-bau.de



Knospe
NATURKOST

KONZ
Saarstr. 1

Telefon : 06501 6252
Fax : 06501 945068
WWW : knospe-naturkost.de

Öffnungszeiten :

Montag - Freitag :

9.00 - 18.30 Uhr

Samstag :

8.30 - 17.00 Uhr

Iss dich fit ...

Produkte aus kontrolliert biologischem Anbau

... der beste Weg zum Markengetränk

Getränke **PEIFFER**

Ihr Partner

- Fachmärkte
- Heimdienst
- Gastronomie
- Veranstaltungen

www.getraenke-peiffer.de

Fa. Alfred Peiffer e.K.
Saarburg • Konz • Kell am See

TANKEN • SHOPPEN • SPAREN





Wir fördern aus Überzeugung und mit Leidenschaft regionale Projekte aus den Bereichen Jugend, Sport, Bildung, Forschung, Kultur, Umwelt und Soziales.

Wenn's um Geld geht
 **Sparkasse**
Trier



Eine Info der Verbandsgemeindewerke Konz - Am Markt 11 - 54329 Konz - Tel. 06501-830

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

Saar-Mosel-Bad | Am Stadion 4 | 54329 Konz | Tel. 06501 - 609 217-0
info@saar-mosel-bad.de | www.saar-mosel-bad.de





SCHUHE + SPORT
HOLBACH
Willingstr. 26-30 • 54329 Konz • Tel. 06501-92 94 0

**GEMEINSAM
GEWINNEN**
**Ausrüstervertrag:
TG Konz - erima
über Sport Holbach**

**erima**
SPORTSWEAR SINCE 1900