

Turngesellschaft 1888 e.V. Somborn



unplugged

Deutsches Sportabzeichen
Bergturnfest
Freigericht singt

Turngesellschaft
1888 e.V. Somborn

Heft Nr. 42 - November 2009 11. Jahrgang



BRÖNNER

Hessen/Thüringen

...das passt!

**BAUSTOFF-FACHHANDEL
TROCKENBAU-FACHHANDEL
hagebaumarkt
gartencenter®**

**Freigericht
Auf der Wehrweide 6
Tel. 0 60 55/ 88 1-0**

**Mo-Fr 7.00 - 19.00 Uhr
Sa 8.00 - 17.00 Uhr**

EINLADUNG

zum

FAMILIENABEND

Wir laden alle Vereinsmitglieder mit ihren Familienangehörigen, Freunden und Bekannten zu unserem

**Familienabend, am 12. Dezember 2009 um
20.00 Uhr**

in unsere Vereinsturnhalle recht herzlich ein.

Außer den Ehrungen langjähriger Vereinsmitglieder haben wir ein unterhaltsames Programm für Sie zusammengestellt. Wir präsentieren Ihnen Turnen, Tanz, Sketch und Gesang.

Wir hoffen auf zahlreiches Erscheinen unserer Mitglieder und deren Freunde, um gemeinsam ein paar schöne Stunden zu verbringen.

Zum bevorstehenden Weihnachtsfest wünschen wir schon jetzt frohe Festtage und ein gesegnetes und gesundes Jahr 2010.

Mit freundlichen Grüßen
Der Vorstand


(1. Vorsitzende)



Freigericht singt

Anlässlich ihres 15-jährigen Jubiläums lud der Frauenchor „Allegría“ des Männerchores zum Singen ein.

Wie schon bei den vergangenen Amateur-Gesangs-Wettstreiten war die TGS natürlich wieder mit von der Partie.

Schon lange vor dem Wettstreit trafen sich unsere Stimmakrobaten zu den Proben. Unter der musikalischen Leitung von Jörg Zipf bereitete man sich akribisch auf den Wettstreit vor. Es mussten wieder ein Pflichtstück und zusätzlich ein Kür-Stück vorbereitet werden. Das Pflichtstück war in diesem Jahr „Wir lagen vor Madagaskar“. Das Wahlstück sollte, wenn möglich, auch aus der Volkslieder-Ecke kommen. So



kam es, dass Herr Christopher Benz so lange recherchierte, bis er nachweisen konnte, dass ein Top-Ten Hit der Beatles eigentlich ein altes Turnerlied aus Somborn gewesen sei, dessen Texter ein alter Turnvater aus dem Freigericht war. (Oder so ähnlich)

Unsere Barden mussten als erste antreten und die zwei Stücke vortragen. Gesanglich, stimmlich waren die beiden Stücke, die beide 4-stim-

mig gesungen wurden, ein echter Genuss, der vom fachkundigen Publikum mit euphorischem Applaus honoriert wurde. Das zweite Stück, das alte „Turner-Volkslied“ des Freigerichter Turnvaters wurde zusätzlich durch eine kleine turnerische Einlage von Lucas Schulz bereichert. Alle waren sich einig. Das war wieder einmal ein sehr gelungener Auftritt der Freizeitsänger der TGS. Nun war die einzige Konkurrenz, der Musikverein Viktoria aus Altenmittlau, gefordert, diesen Auf-





tritt zu toppen. Schon das Aufstellen auf der Bühne, muss man neidlos anerkennen, war genial. Man konnte den Akteuren aus Altenmittlau förmlich ansehen, dass sie die Pest an Bord hatten. Leidend, beide Beine nachziehend, schleppte sich das Ensemble des Musikvereins auf die Bühne. Hier endlich angekommen, präsentierten

die Musiker eine fast perfekte Aufführung. Gesanglich konnten sie zwar nicht ganz mit der TGS mithalten, konnten aber diesen kleinen Rückstand durch die „B-Note“, der Ausführung, leicht



Sparkassen-Finanzgruppe

Wer seine Finanzen im Griff hat, ist einfach entspannter.
Das Sparkassen-Finanzkonzept.

 Kreissparkasse Gelnhausen

Wenn auch Sie so entspannt sein wollen, dann lassen Sie sich bei uns beraten. Wir analysieren Ihre aktuellen Finanzen und entwickeln gemeinsam einen optimalen Plan. Damit in puncto Versicherung, Altersvorsorge und Vermögensbildung alles für Sie geregelt ist. Mehr dazu in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sparkasse.de. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse**

wieder wettmachen. Die instrumentale Begleitung und ein Querflötensolo trugen sicherlich dazu bei, dass die Jury letztlich den Vortrag des Musikvereins mit einem denkbar knappen Vorsprung von nur 7 Punkten (172 : 165 Pkt.) zum Sieger des Abends kürte. Viele der Turner blieben noch sehr lange, um den 2. Platz gebührend zu feiern. (ms)



Lützelhäuser Bergturnfest

Am Morgen des 13.09. trafen sich 15 Turnerinnen mit ihren Trainerinnen an der TGS Halle, um dann gemeinsam zum Bergturnfest nach Lützelhausen zu fahren.



An der Turnhalle angekommen, konnten die Turnerinnen sofort mit dem Aufwärmen und Einturnen beginnen. Nach ca. einer Stunde begann endlich der Wettkampf. Die Mädels wurden in Riegen eingeteilt und jede Riege begann an einem anderen Gerät. Die jüngeren Mädels starteten noch etwas nervös, aber ohne größere Fehler an ihrem ersten Gerät. Bei den älteren Turnerinnen war keine

Nervosität zu spüren sondern der Ehrgeiz, auf das Treppchen zu kommen, dominierte. Auch sie machten keine Fehler an ihrem ersten Gerät, was für den Wettkampferfolg von großer Bedeutung ist. Um 16:00 Uhr war der Wettkampf beendet und die mit Spannung erwartete Siegerehrung stand bevor. Für die TGS war dieser



Der Trainer-, Betreuer- und Kampfrichterstab:
Birgit, Lucas, Petra, Vivien, Regina und Michelle



Wettkampf sehr erfolgreich, denn es gab keine größeren Verletzungen und insgesamt 7 Turnerinnen erturnten sich einen Platz auf dem Treppchen! Nächstes Jahr sind wir sicher wieder dabei! (Vivien Geist)
(alle Ergebnisse auf www.turngau-kinzig.de)



10. Race for the Cure...

... in Frankfurt ein großer Erfolg !

Lauf für Heilung von Brustkrebs verzeichnet Rekordergebnis!

Am 27. September 2009 – Für's Leben gerne Laufen! Unter diesem Motto hatte der Verein für die Heilung von Brustkrebs, Susan G. Komen Deutschland e.V., zu seinem Race for the Cure aufgerufen. Unter der Schirmherrschaft von Oberbürgermeisterin Petra Roth feierte der Lauf in Frankfurt sein zehnjähriges Bestehen. 5.400 Läufer und Walker haben sich am Mainufer eingefunden. Die Gruppe Freigericht der TGS startete mit 38 Teilnehmer(innen).

Der Erlös des Laufs kommt Projekten zur Aufklärung über und Heilung von Brustkrebs zugute.

Die Gruppe Freigericht wurde geehrt für das teilnehmerstärkste Team von Betroffenen.



Netzwerk-Gesundheit

Seit dem 07.09.2009 gibt es das Netzwerk-Gesundheit. Der Sinn und Zweck dieses Netzwerkes ist die Zusammenarbeit der Ärzte mit den Sportvereinen. Auf der ersten konstituierenden Sitzung, an der Sigrid Blaich-Horn und Birgit Schulz teilnahmen, wurde die Art der Zusammenarbeit und die Möglichkeiten, die dadurch entstehen, erläutert. Das Netzwerk-Gesundheit möchte erreichen, dass Ärzte ihren Patienten einen geeigneten Sportverein empfehlen können, falls mangelnde Bewegung eine der Ursachen für das Problem des Patienten sein sollten. Wir haben zunächst unser Angebot im Bereich Gesundheitssport angeboten, aber darüber hinaus ist natürlich auch das restliche Sportangebot interessant, um präventiv zu wirken. (ms)



KTV Main-Kinzig , Landesliga II

Angriff auf Platz 6 gescheitert

Verletzungsbedingt geschwächt ging die Mannschaft der KTV-Main-Kinzig in die zweite Runde der Landesliga 2 in Bodenheim (Rheinlandpfalz) am 25.10.09 an den Start. Im ersten Wettkampf konnte das KTV-Team 8 Punkte beim Gastgeber TV Elz in Limburg holen und belegte Platz 8 in der Tabelle. Im 2. Wettkampf ist der Konkurrenzdruck noch gestiegen. Viele Vereine verstärkten ihre Mannschaft. Dies hatte auch der Mannschaftskapitän Thomas Starfinger vor, nur rechnete er nicht mit dem Ausfall wichtiger Leistungsträger. Trotz allem startete das Team an den Ringen sehr selbstbewusst. Lucas Schulz



glänzte an seinem Paradergerät mit 11,25 Punkten. Auch am Sprung lief alles glatt, doch das Mannschaftsergebnis von 33,5 Punkten reichte, wie auch bei den Ringen, nur für eine Platzierung im Mittelfeld. Die beste Wertung am Sprung erzielte

Stein's Hörgeräte

Thomas Stein
Meisterbetrieb Päd-Akustiker

Bahnhofstraße 8
63579 Freigericht- Somborn
Tel: 0 60 55 - 90 64 53



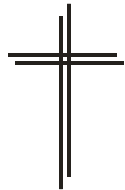
Turnen



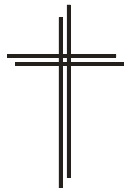
Christoph Gamer mit 11,5 Punkten. Am Barren lagen die Ergebnisse der Mannschaften erwartungsgemäß sehr dicht zusammen. Durchweg saubere Übungen sahen die Zuschauer im direkten Vergleich zum TV Ober-Ramstadt. Bernhard Maaß musste seine Kür kurzfristig noch umstellen, konnte dennoch passable 10,8 Punkten erturnen. Am Reck zeigte Dominik Heiler zum ersten Mal seinen Schraubensalto, doch war der Stand leicht unsicher und er musste Punktabzug hinnehmen. Am Königsgerät konnte man deutlich die Steigerung der Konkurrenz feststellen, was dem KTV-Team an diesem Wochenende nicht glücken wollte. Am Boden steigerte sich das Team im Vergleich zum ersten Wettkampf in Limburg. Christoph Gamer turnte fehlerfrei und verbuchte 11,9 Punkte für die Mannschaft. Der jüngste im Team, Angelo Rico, ergänzte die Teamwertung mit 10,65 Punkten. Vor dem letzten Gerät, dem Angstgerät der Mannschaft – Pauschenpferd -, stand das KTV-Team auf Platz 8 von 12. Nervosität kam auf, der 8.

Platz musste gehalten werden, um nicht in der Tabelle ab zurutschen. Bernhard Maaß legte vor und blieb hängen. Peter Geschwindner folgte und patzte ebenfalls. Christoph Gamer fehlte auch die volle Konzentration und blieb nicht fehlerfrei. Alles lag nun an Andreas Hubmann, das Mannschaftsergebnis noch zu retten. Der Gerätespezialist an diesem Gerät zeigte eine hochwertige Übung mit hohem Ausgangswert und Schwierigkeiten. Alle fieberten mit. Hubmann kam fehlerfrei durch und freute sich auf 10,9 Punkten. Das reichte dem Team, um im 2. Wettkampf den 8. Platz zu halten. Pech für die Mannschaft war jedoch, dass der TV ELZ deutlich aufholen konnte und sich punktgleich mit besserem Geräteverhältnis vor die KTV in der Tabelle setzte. Jetzt heißt es für das KTV-Team, alles in den Endkampf in Eppertshausen am 29.11.09 zu setzen, um das Ziel Platz 6 doch noch zu erreichen.
(Thomas Starfinger,
KTV-Trainer, Lützelhausen)

Wir trauern um unser langjähriges Vereins- und Ehrenmitglied **Resi Ledergerber**. Über Jahrzehnte hat sie unsere Vereinsarbeit als aktive Übungsleiterin unterstützt und begleitet. Wir sind vollen Dank und Anerkennung für ihre geleistete Arbeit, und werden ihr immer ein ehrendes Andenken bewahren. Unser Mitgefühl gilt ihrer Familie. Der Vorstand



Wir bedauern den Verlust unseres Vereinsmitgliedes **Ernst Schöppner**. Ernst war ein engagiertes Mitglied. In jungen Jahren im Vorstand aktiv, war er bis zuletzt immer wieder in der Turnhalle anzutreffen. Wir werden ihn vermissen. Der Vorstand



Hallenbelegungsplan

Montag	14.30 - 15.30	Mädchen ab Jg. 2002	Alex Müller-Niedenthal, Carolin Krömer
	15.30 - 16.30	Mädchen '00/'01	Alex Müller Niedenthal, Carolin Krömer
	17.15 - 18.45	Turnhalle Bernbach	
		Leistungsgruppe Jungen	Ivo Franz
	17.30 - 20.00	Mehrzweckhalle Altenmittlau	
		Krebsnachsorge-Gymnastik	Sigrid Blaich-Horn
	17.30 - 18.30	Tanzgruppe Mädchen ab 4. Klasse	Verena Schilling Luisa Schmidt
	18.30 - 19.30	Tanzgruppe Mädchen ab 14 Jahre	Steffi Unger
	19.30 - 20.30	Frauenpower Fitness- & Funktionsgymnastik	Petra Reußwig
20.30 - 21.30	Frauenpower Fitness- & Funktionsgymnastik	Petra Reußwig	
Dienstag	14.00 - 15.00	Krebsnachsorge-Gymnastik	Sigrid Blaich-Horn
	16.00 - 17.00	Fit 50+ Frauengymnastik Gruppe 1	Sigrid Blaich-Horn
	17.00 - 18.00	Fit 50+ Frauengymnastik Gruppe 2	Sigrid Blaich-Horn
	18.00 - 19.00	Jungen ab 4. Klasse	Lucas Schulz
	20.00 - 21.00	Männergymnastik	Michael Pieke
Mittwoch	09.30 - 10.30	Eltern-Kind Turnen Gr. 1	Petra Reußwig
	10.30 - 11.30	Eltern-Kind Turnen Gr. 2	Petra Reußwig
	14.00 - 15.00	Kindergartenkinder ab 3 Jahre/Petra Reußwig,	Vanessa Quasnik
	15.00 - 16.30	Aufbaugruppe Gerätturnen Mädchen	Petra Reußwig Michelle Rothenbücher
	16.30 - 18.00	Aufbaugruppe Gerätturnen Mädchen	Vivien Geist
	18.00 - 19.00	Wirbelsäulengymnastik	Gabi Dabruck
	19.00 - 20.00	Wirbelsäulengymnastik	Gabi Dabruck
	20.00 - 21.00	MUMM Funktionsgymnastik für Sie & Ihn	Sigrid Blaich-Horn
Donnerstag	14.30 - 15.30	Mädchen bis 5 Jahre	Petra Reußwig
	15.30 - 16.30	Mädchen ab 5 Jahre	Petra Reußwig
	16.30 - 17.30	Mädchen ab 12 Jahre	Petra Reußwig
	17.30 - 18.30	Mädchen 9 - 12 Jahre	Birgit Schilling, Birgit Schulz
	18.30 - 19.30	Cardio-Mix Aerobic als Gesundheitssport	Sonja Franz
Freitag	10.00 - 11.00	Aerobic	Helga Schilling
	15.30 - 16.30	Jungen 4 - 6 Jahre	Christopher Benz, Angelo Rico
	16.30 - 17.30	Jungen 1. -bis 3. Klasse	Christopher Benz, Lisa-Marie Föller
	17.30 - 19.00	Leistungsgruppe Jungen	Ivo Franz, Lucas Schulz
	19.00 - 20.00	Jungen 14 Jahre und älter	Thomas Böhner, Sebastian Schulz
	20.00 - 22.00	Jedermannturnen	
Sa.	14,30 - 16,00	Akrobatik	Isabell Huth, Jenny Streb
	16,15 - 18,00	Aufbaugruppe Geratturnen Mädchen	Vivien Geist

Stand November 2009



Ab sofort
bestellbar.



**Sportlich auf Asphalt.
Wirtschaftlich auf ganzer Linie.**

Der neue Golf GTD.

Mehr über den neuen Golf GTD
erfahren Sie bei uns.

Abbildung zeigt Sonder-
ausstattungen gegen Mehrpreis.



Autohaus Schmitt GmbH
Hanauer Straße 61, 63579 Freigericht
Tel. (06055) 9152-0, Fax (06055) 9152-30
www.schmitt-freigericht.de

HOEGUT BAYHA

Lothar & Sabine Schmidt

Landwirtschaftlicher Betrieb Kompostierung von Gehölz-u.Grünschnitt

Wir bieten außerdem:

- Komposterde
- Kompost (reiner Gehölzschnittkompost)
- Hackschnitzel
- Rindenmulch

Sie finden uns:

63589 Linsengericht-Altenhasslau
an der K898 Richtung GN Höchst

Telefon: 0 60 51 / 70 13 72

Telefax: 0 60 51 / 70 13 74

Mobil: 01 72 / 60 91 753 und
01 72 / 93 36 745

Mail: info@hofgut-bayha.de

Internet: www.hofgut-bayha.de



Metzgerei Dedio

• Partyservice •

Treffpunkt für Feinschmecker

Kirchstr. 14

63579 Freigericht-Neuses

Tel. 0 60 55 / 56 38, Fax 0 06 55 / 84 05 60



Die Turner machten einen Ausflug?

Leider ist unser geplanter Busausflug nach Tann in der Rhön gestorben. Da bei unseren Vereinsmitgliedern offensichtlich kein Interesse bestand, ausgenommen die 19 Personen, die sich angemeldet hatten, mussten wir den Ausflug leider ersatzlos streichen. Der Busausflug ist ein Angebot des Vereins, die Mitglieder auch außerhalb der "Sportstunde" einmal zu einer geselligen Veranstaltung zusammenzubringen. Möglicherweise sogar mit Mitgliedern aus anderen Gruppen! Da ein solcher Ausflug aber auch Geld kostet (alleine der Bus kostet immer ca. 600 Euro), wird dieser auch jedesmal vom Verein bezuschusst. Allerdings würde diese Subventionierung krass aus dem Ruder laufen, sollten wir einen Ausflug in der geplanten Form mit 19 Personen durchziehen. Daher diese Entscheidung. Es ist sehr schade für die bereits geleistete Arbeit des Vergnügungsausschusses, der sich mit der Vorbereitung immer viel Mühe gibt.

Vielleicht sind solche Angebote nicht mehr zeitgemäß, vielleicht sollten wir etwas anderes machen. Über konstruktive Kritik und Rückmeldungen würden wir uns freuen. (ms)



Archivbild

Herzlichen Glückwunsch!

Wir gratulieren unseren Mitgliedern Fred Froschauer zum 70. und Werner Weigand zum 75. Geburtstag. Sowohl Werner Weigand, als auch Fred Froschauer waren viele Jahre im Vorstand aktiv und nehmen beide auch heute noch rege am Vereinsleben teil. Vielen Dank und weiterhin alles Gute! Der Vorstand

Neuwagen
Gebrauchtwagen
Service-Werkstatt

AUTOHAUS
Koch
...der Service macht's!

 **TOYOTA**

Raiffeisenstraße 5
63579 Freigericht-Somborn
Telefon (0 60 55) 91 50-0
Telefax (0 60 55) 91 50-50



Deutsches Sportabzeichen

Deutsches (Hochleistungs-) Sportabzeichen

22.30 Uhr: am Abend davor: Schicht- und gleichfalls Wochenende. Ein gemütliches Beisammensein mit Freunden. Bei einem Feierabendbier wurde ich dazu überredet, beim morgigen deutschen Sportabzeichen mitzumachen, ohne vorher trainiert zu haben. Aber mir wurde ebenfalls versichert, es sei für einen mittelmäßigen Sportler machbar.

9.15 Uhr: Mit dem Auto in die Sportarena der Kopernikusschule gefahren. Uns ging es ja lediglich darum, dabei zu sein und keine neuen Rekorde aufzustellen. Nur noch den Zettel ausfüllen und schon mal überlegen, welche Disziplinen man macht, dann konnte es losgehen.

10.00 Uhr: Wir starten mit Hochsprung. Die geforderten 1,35m sehen höher aus, als ich dachte. Technisch nicht einwandfrei korrekt, aber nach ein paar Versuchen kamen wir alle drüber und die Stange blieb liegen. Bilanz: aufgescheuerte Ellenbogen wegen der unsanften Landung auf der rauen Matte.

10.30 Uhr: Die nächste Kategorie. Werfen oder Stoßen. Nachdem ich den Schleuderball gefühlte 35m hoch und nicht weit geworfen hatte, wollte ich es mit Kugelstoßen probieren. Aber eine 7kg Kugel sage und schreibe 8 Meter weit zu stoßen, war für mich ungefähr genauso leicht, wie einen Linienbus von der Ortsmitte zum Hof Trages hoch zu schieben. Bilanz: Man kann statt werfen auch 100m schwimmen.

11.30 Uhr: Die Arme waren genug belastet. Jetzt für die Beine einen angenehmen 100m Sprint. Auch alles andere als eine Sache, die man eben mal in der Freizeit macht. Und deswegen war zumindest mein letzter 100m Sprint, bei den Bundesjugendspielen vor geraumer Zeit. Die geforderte Zeit lag bei 13,6 Sekunden. Bilanz: Sofortiger Muskelkater in den Oberschenkeln und die geniale Zeit von 13,7sec erreicht. Zweiter Versuch – zumindest nicht mehr heute!

12.15 Uhr: Nach kurzer Wartezeit nur noch die Langstrecke. 3000m in 13 Minuten. Der Schwimmteil wird verschoben, darüber waren wir uns einig. Für jemanden, der ab und zu joggen geht, sollten 3km ja wohl machbar sein. Bilanz: Zieleinlauf nach 12min 52sec. YES!

Alles in allem ein sportlich anstrengender, aber spaßiger Samstagvormittag. Die Zweitversuche für die nicht bestandenen Zeiten werde ich in Kürze nachholen, bestimmt. Würde mich freuen, im nächsten Jahr ein paar mehr gleich Gesinnte zu treffen. Auch wenn auf Anhieb nicht gleich alles gelingt - Dabei sein ist doch nun mal alles.

(Christoph Gutmann)

Getränke Weisbecker

**Ihr Getränkeliieferant
für Gastronomie und Festservice
in Bad Soden-Salmünster**



Getränke Weisbecker
Fuldaer Straße 9a
63628 Bad Soden-Salmünster

Telefon: 0 60 56 / 21 57
Telefax: 0 60 56 / 5486
eMail: info@getraenke-weisbecker.de

Sollten Sie Fragen oder gar Interesse an einem Gastro-Objekt haben, rufen Sie uns an!



Planen Sie Ihre nächste Feier???

Ob Kommunion, Hochzeit, Geburtstag,
Vereinsfeier, Jubiläum, Faschingsball
oder große Zeltveranstaltung;
wir stehen Ihnen mit unserem
Mietservice gerne zur Verfügung!

Wir vermieten:

- Gläser
- Porzellan
- Bestecke
- Gläser- und Geschirrspülmaschinen
- Kaffeeautomaten
- Mehrwegbecher
- und vieles mehr

AUßERDEM FÜHREN WIR
SERVETTEN, KÜRZEN,
TAFELTISCHDECKEN USW.

Leutner Mietservice

Hauptstr. 50 a · 63579 Freigericht-Somborn
Tel. 06055/82424 · Fax 7412

Ihr kompetenter Partner für Ihre nächste Veranstaltung!!!

Alle Jahre wieder...

Jedes Jahr treffen sich einige Freigerichter Vereine, um Ihren besten Schützen zu ermitteln. Bei diesem Schießen treffen sich Rettungskräfte, Sportler, Guttempler, Theatergruppen und, man sollte es nicht glauben, Kriegsdienstverweigerer sind auch darunter. Und alle haben ein Ziel; einen kleinen schwarzen Kreis auf 50 m Distanz, und der Kreis ist wirklich verdammt klein, wenn er soweit weg ist, so gut wie möglich in der Mitte zu treffen.

Unser Verein war, wie die letzten Jahre auch, mit zwei Mannschaften zu je drei Personen vertreten. Beim Schießen steht bei den meisten der Spaß im Vordergrund. Bei einigen, wie z. B. bei mir, ist aber auch ein gewisser Ehrgeiz dabei dieses Kleinkaliber-geschoß möglichst in der Mitte der Zielscheibe, nämlich in der 10, zu platzieren. Das gelingt mir in den letzten Jahren immer sehr gut und in diesem Jahr trennte mich nur ein „Ring“ – so nennt man die Punkte beim Schießen – vom ersten Platz. Leider musste ich mich zum Schluss mit 44 Ringen mit dem

dritten Platz in der männlichen Einzelwertung begnügen, da zwei andere Teilnehmer mit jeweils 45 Ringen den 1. und 2. Platz belegten. Evtl. wäre mein Ergebnis besser ausgefallen wenn nicht mein Mittstreiter Karlheinz Gutmann es mit dem Spaß nicht so übertrieben hätte. Ich und unser anderes Mannschaftsmitglied, Martin Zettl, hatten große Mühe unser Kleinkalibergewehr vor lauter lachen ruhig zu halten. Natürlich könnte man jetzt auch vermuten, dass gerade wegen Karlheinz's Witzen, und dem daraus resultierenden Lachen, mein Ergebnis so gut war. Wir werden es wohl nie erfahren. Auf jeden Fall hatten wir wieder alle unseren Spaß und das ist das Wichtigste beim Orstvereinsschießen des Schützenverein Freigericht. Deshalb fragt auch keiner hinterher welche Platzierung man mit der Mannschaft erreicht hat. Hier zählt einzig und allein der Olympische Gedanke: Dabei sein ist alles, und das alle Jahre wieder. (Jörg Zipf)



Büro für Baustatik

Dipl.-Ing. **Peter Kreis**

- Nachweisberechtigter
- Tragwerksplanung
- ENEV

Bahndamm 3
63579 Freigericht 1
Tel. 06055/84239



**Sommer-Aktivitäten,
Siggis
Mumm-Gymnastik-
Gruppe!**



Nordic-Walking




Ausflug

Gymnastik
im
Grünen




Radtouren

Massage
Lymphdrainage
Krankengymnastik



Physiotherapie Weigand

Dieselstraße 11, 63579 Freigericht
Tel.: 0 60 55 / 8 43 18





„Alte Rezepte - neu entdeckt“

Liebe Turnerfreunde,

die nachfolgenden Rezepte habe ich von unserem Mitglied Frau Ellen Eitz-Goethe erhalten.

Sie hat das erste Rezept vor vielen Jahren in der Zeitschrift "TEST" entdeckt, und seitdem schon sehr oft zubereitet. Es ist sehr scharf und eignet sich besonders gut als Vorspeise oder als leichtes Abendessen, zu dem man dann auch Reis genießen kann.

SCHARFER MANGOSALAT

2 feste, noch unreife Mangos, 1 Esslöffel Sojasoße, 1 Esslöffel Limettensaft, 1/2 Teelöffel brauner Zucker, 1 kleine, rote, scharfe Chilischote

Die Mangos schälen, längs in flache Scheiben schneiden und auf Tellern oder einer Platte anrichten. Chilischoten in feine Streifen schneiden, mit den restlichen Zutaten verrühren, und über die Mangos geben.

Das zweite Rezept hat Frau Eitz-Goethe für eine gute Freundin kreiert, die im Krankenhaus lag.

Einige von Euch werden es kennen, denn Frau Eitz-Goethe hat die Apfeltaschen schon mehrmals für Weihnachtsfeiern ihrer TGS-Gruppe gebacken. Sie sind nicht sehr süß, auch als Nachtisch und zum Nachmittagskaffee geeignet, und Ruck-Zuck gemacht.

BLÄTTERTEIGTASCHEN MIT ÄPFELN

1 Teelöffel Butter, 1 großer Apfel, 1 Rolle Blätterteig (Lidl, Aldi, Norma, Rewe, tegut usw.), Zimt nach Geschmack

Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen und würfeln

Butter in einer Pfanne zerlassen

Apfelstücke kurz darin anbraten, mit Zimt bestäuben und abkühlen lassen

Blätterteig aufrollen und in 8 gleichgroße Stücke schneiden

Je eine Portion der Apfelstücke auf eine Hälfte des

Teigs legen und die andere Hälfte darüberschlagen

Die Ränder mit den Fingerspitzen fest andrücken, und die Oberseite der Apfeltaschen mit etwas Wasser bestreichen

Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen, und die Teilchen ca. 8-10 Minuten backen, bis der Blätterteig aufgegangen und goldbraun geworden ist.

Viel Spaß beim Nachkochen und lasst es Euch schmecken.

Eure Christa





Kurz notiert!

Leider ist es uns nicht möglich, per E-Mail gesendete Kündigungen der Mitgliedschaft als solche zu akzeptieren. Aus rechtlichen und organisatorischen Gründen möchten wir darum bitten, Kündigungen persönlich zu unterschreiben und auf dem Postwege an unsere Vereinsadresse zu senden.

Seit den Sommerferien gibt es eine neue Jungen-Gruppe. Buben ab der 4. Klasse trainieren nun dienstags von 18 bis 19 Uhr mit Lucas Schulz.

Akro-Training findet nun samstags unter der Leitung von Jenny Streb und Isabell Huth statt.

Wir suchen weiterhin einen neuen Unplugged-Verteiler für Neuses! Interessenten bitte bei Michael Schulz melden. (06055 5843)



**MALER
NOLL**
Baudekorations GmbH
Tel. 06055-2909
www.maler-noll.de

Ski-Gymnastik

Seit dem 29.10. läuft wieder ein Ski-Gymnastik-Kurs. Jeden Donnerstag Abend ab 19,30 h werden von Sonja Franz derzeit 24 Bewegungswillige auf die Ski-Saison vorbereitet. (ms)



*Wir wünschen allen
ein Frohes Fest!
Kommen Sie gut
und vor allem gesund
ins Neue Jahr!
Der Vorstand*





Ist es wahr, dass...

... die Stimmakrobaten der TGS einen fantastischen 2. Platz erreichten! Dagegen wurde der Musikverein Viktoria aus Altenmittlau leider nur Vorletzter.

... dass beim Sportabzeichen irreguläre Wettkampfbedingungen herrschten?

Herr Chr. B. aus S. meinte jedenfalls, die Kugeln seien zu schwer und die Zeit beim Laufen zu knapp.

... Herr J.Z. hätte Schützenkönig des Vereins-Schießens werden können?

Herr KH.G. wusste dies allerdings mit verbalen Hilfestellungen zu verhindern!

... unsere 2 Tennis-Cracker Günter und Martin auf Grund einer bösen Leistungszerrung schon vor der Vorrunde aus dem Turnier ausscheiden mussten? Weitere Einzelheiten waren bis Redaktionsschluss leider nicht bekannt.

Turnerlexikon

“E” wie Ermüdung



Man unterscheidet zwischen der Physischen, der körperlichen, und der psychischen, der geistigen Ermüdung. Während sich der Normalmensch beim Auftreten dieser Ermüdungsformen lang macht und sich ausruht, kämpft der Athlet dagegen an, denn für ihn ist die Ermüdung lediglich ein Fehlen von Kondition, also ein Mangel, der behoben werden kann. Andererseits ist es wahrscheinlich deutlich einfacher und ungefährlicher, eine Turnübung vergleichsweise schlapp zu Ende zu bringen, als etwa mitten in der Riesenfelge am Reck in Tiefschlaf zu verfallen.

Ich hätte da mal eine Frage ...

Wenn man einen Schlumpf würgt, in welcher Farbe läuft er dann an?

Denn nur wo **Leuchtturm** draufsteht, ...



... sind **Alexandra Aul** und **Peter Gutermann** drin!

Leuchtturm

Brillen - Kontaktlinsen

Vergr. Sehhilfen

Bahnhofstr. 17 - Freigericht-Horbach - Tel.: 0800-5382488



Wellnessmassagen & Reiki

**Geschenk-Gutscheine
für Weihnachten**

Sylvia Adam

Kegelbahnstraße 3

63579 Freigericht

Tel.06055 / 934113

www.gesundheitsberatung-adam.de