

Turnschlappen *express*

INFORMATIONEN VOM TURNVEREIN 1901 MICHELBACH E.V.
Ausgabe 1/2017



Nr. 14 Deine TVM News

Turnen, Handball, Spieleute und Gesundheitssport



TVM Termine

| | | |
|---------------|--|------------------------------|
| 24.2.17 | Jugendversammlung / Wahl Jugendsprecher | TVM Heim |
| 12.3.17 | Vereinsmeisterschaft | Schulturnhalle Michelbach |
| 7.4.17 | TVM Generalversammlung | 20 Uhr TVM Heim |
| 24.4.17 | Saison Start Montagsradler | 18.45 Uhr TVM Heim |
| 13.5.17 | Jugend Klettern | Heigenbrücken |
| 3. - 10.6.17 | Dt. Turnfest | Berlin |
| 16. - 18.6.17 | 68. Winzerfest | Schlösschen Michelbach |
| 23. - 25.6.17 | Jugend Kanutour | |
| 21. - 23.7.17 | Kinderzeltlager | Großwelzheim |
| 25.7.17 | Jugend Spielfest | |
| 18.11.17 | 105 Jahre Spielmannszug | Schulturnhalle Michelbach |

Wünsche, Anregungen, Kritik

Wir sind für jede Art von Rückmeldung dankbar.

Sagen Sie uns per E-Mail an lobundtadel@tvm1901.de was Ihnen besonders gut gefallen hat, was Ihnen fehlt und was man noch verbessern könnte. Wir werden unser Bestes tun, Ihre Vorschläge in der nächsten Ausgabe zu berücksichtigen!

Musik 35 Jahre Senioren SPZG

In 2017 feiert der Seniorenspielmannszug sein 35 jähriges Bestehen. Ein kleines Jubiläum, das mit Sicherheit in dieser Formation seinesgleichen sucht.

Mit dem Ausflug am 30. April und 1. Mai (Bus ist voll und fast alle Spielleute dabei), dem Auftritt beim Winzerfest am Schloßchen und der Mitwirkung beim Jubiläumskonzert des aktiven Zuges im November, stehen schon drei Höhepunkte des Jubiläumsjahres fest.

Probe ist in der Regel immer am ersten Mittwoch im Monat und weitere aktive "Senioren" sind herzlich willkommen. Die erste Probe im neuen Jahr war gut besucht, dennoch freuen sich die Spielleute, wenn weitere Musiker zu ihnen stoßen und nicht nur mit ihnen proben, sondern auch mit ihnen feiern.

Fitness Aktive Herren

Freitags, 20 Uhr in der Schulturnhalle.

Fitness und Sport für aktive Männer.

Neueinsteiger jeden Alters sind jederzeit willkommen.

Info bei Peter.Eckart@tvm1901.de oder
Telefon 2199.

Musik Aktivitäten

Das Jahr 2016 endete bei den Spielleuten mit schönen Gemeinschaftsaktivitäten sowie der Vorbereitung auf die nächste Saison.

Zunächst haben wir auf der jährlichen Abteilungsversammlung unser neues Gremium gewählt. Wir freuen uns nach dieser Wahl wieder mit schlagkräftigen 11 Mitgliedern unterwegs zu sein:

Abteilungsleitung: Oliver Becker, Jennifer Pohl

- Musikalische Leitung: Dirk Mattes
- Kassier: Sonja Pfarr
- Ausbildung / Jugend: Michaela Schönemann (i.V. Tobias Angerer)
- Gewählte Mitglieder: Heinz-Peter Trageser, Christina Kern, Bettina Müller, Lucia Weith, Tobias Kraut, Brigitte Trageser

Außerdem haben wir die Terminplanung für 2017 finalisiert. Das Hauptaugenmerk gilt der Vorbereitung auf die Bayrischen Meisterschaften am 27. Mai sowie auf unser traditionelles Ju-



biläumskonzert am 18. November. Die Abteilung Spielmannszug feiert ihr 105jähriges Bestehen und wird in der Schulturn-

Musik Vorschau / Rückblick

halle dem Publikum viele neue Stücke präsentieren.

Für diese beiden Highlights haben wir bereits im letzten November den Grundstein in Oberbernhards/ Rhön gelegt. Es wurde ein ganzes Wochenende konzentriert geprobt, aber auch der Spaß ist dabei nicht zu kurz gekommen. Es gab einen lustigen sehr kreativen Spieleabend, von dem wir allerdings keine Bilder zeigen können, um die Würde Einzelner zu wahren.

Dieses Jahr wird es noch zwei Probewochenenden kurz vor den Meisterschaften (in Michelbach) und dem Konzert (wieder in



Oberbernhards) geben, um uns optimal vorzubereiten.

Weitere Auftritte im Sommer sind bei den Feuerwehrfesten in Michelbach, Niedersteinbach und Hemsbach geplant. Wir besuchen befreundete Vereine in Frammersbach und Grafenrheinfeld und eröffnen wie immer das Kindergarten- & Pfarrfest. Desweiteren spielen wir beim Winzerfest wieder die Serenade am Sonntagabend. Um eine schöne Tradition wieder aufzugreifen und den treuen Michelbacher Besuchern ein wenig Abwechslung zu bieten, suchen wir zur Zeit einen zweiten Spielmannszug, der das Programm mit uns gemeinsam gestalten wird.

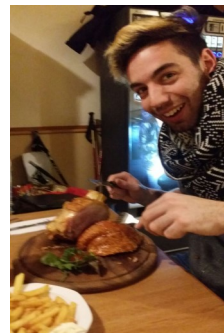
Musik Rückblick / Vorschau

Unsere Weihnachtsfeier folgte kurz nach der Abteilungsver-sammlung und war diesmal eine ganz besondere Veranstaltung. Im Stile eines Weihnachtsmarktes gab es vor dem TV-Heim Glühwein, Waffeln, Flammkuchen und ein großes Lagerfeuer, an dem wir uns bis in die späten Abendstunden gewärmt haben. Ein kleines Krippenspiel unserer Jüngsten, eine besinnliche Weihnachtsgeschichte und die Ehrung der fleißigsten Teilnehmer an Proben und Auftritten durften natürlich auch nicht fehlen. Herzlichen Dank an die Organisatoren!



Als Jahresauftakt sind wir im Januar auf den frischverschneiten Hahnenkamm gewandert.

Vormerken 18. November Konzert der Spielleute in der Schulturnhalle Michelbach anlässlich des 105. Geburtstags des ältesten Spielmannszugs in Bayern.



WICHTIG: Neueinsteiger! Bei unserer Dezember-Veranstaltung „TVM bewegt“ haben uns ein paar Jugendliche angesprochen und Interesse gezeigt, bei uns mitzuspielen. Leider haben wir die Kontaktdaten nicht notiert. Wir würden uns riesig freuen, wenn jeder, der gerne einsteigen möchte, einfach bei unserer Probe donnerstags (20.15 Uhr) im TV-Heim reinschaut.

Neu im TVM Tanzen

Die Jazz & Modern Dance Trainingsgruppe richtet sich an alle, die sich tänzerisch bewegen wollen. Unser intensives Training führt zu vielfältigen und abwechslungsreichen Kombinationen und Choreographien, die in Wettbewerbssituationen präsentiert werden können. Ein ideales Training für Tanzbegeisterte zum ausleben, auspowern und Spaß haben! Es kann jeder vorbeikommen, der Freude an Bewegung und Tanz in seinen verschiedenen Ausprägungen hat – Vorkenntnisse sind nicht zwingend erforderlich, aber von Vorteil, da die Gruppe schon länger besteht. Unser Training beginnt mit einem intensiven Warm-up, das zum Ziel hat, die Mobilität, Kräftigung und Flexibilität des gesamten Bewegungsapparats effektiv zu fördern. Im Hauptteil werden immer wieder neue Choreographien erarbeitet, die die eigene Ausdrucksfähigkeit verbessern und zu einem gesunden und ausgeprägten Körperbewusstsein führen. Im Cool down spüren wir die Bewegung nach und gönnen unserem Körper Entspannung.

Trainingszeit Montags 19-20:30 Uhr, Schulturnhalle Mömbris
Kontakt Judith Öfner: JudithOefner@gmx.de oder 0174-2515300

Jugend Eislaufen

Im Januar fuhr das Jugendteam, unterstützt von einigen Eltern, mit 41 Kindern in die Eissporthalle nach Aschaffenburg.

Für einige Kinder und auch den ein oder anderen Betreuer war es das erste Mal auf dem Eis und nachdem die Schlittschuhe ausgeliehen und angeschnallt waren, ging es endlich los. Es mussten einige Stürze eingesteckt werden, aber es hielten sich alle recht wacker.



Viele Kinder sind schon richtige Profis auf dem Eis, für die auch Tricks wie Rückwärtsfahren kein Problem darstellen. Einige wagemutige Betreuer wollten das auch lernen, haben jedoch jämmerlich versagt.

Alle hatten viel Spaß und nach zwei Stunden ging es erschöpft aber glücklich wieder zurück nach Hause.



Termine Jugend

Bitte Seite 2 beachten!

Hochzeiten..... wir gratulieren



Michaela Lang hat Benjamin Schönmann im Oktober geheiratet. Seit 15 Jahren ist Michaela Flötistin bei den Spielleuten, nach aktiven Turnerjahren ist sie bei den Handballdamen und als Zeitnehmerin im Einsatz. Benjamin betreibt Mountainbiken als Hobby und ist in Albstadt aufgewachsen. Eine glückliche Zeit im Ehestand wünschen alle TVMler.



Julia Huth und Stephan Eckart haben sich nach Würzburg zum hochzeiten begeben. Stephan ist seit Jahren in Sachen Handball im Vorstand des TVM und Julia ist ebenfalls in Michelbach aufgewachsen. Nach Jahren im Mittelbach sind die beiden jetzt im Neubaugebiet daheim. Weiterhin viel Freude am Handball und eine glückliche Familien Gründung.

Fitness 20 Jahre Fitness Do-Tag

Immer donnerstags von 8:30 Uhr bis 10:00 Uhr wird für Frauen im besten Alter in der Birkenhainer Halle in Albstadt unter Leitung von Sabine Sticker Gymnastik angeboten. Begonnen wird in der Regel mit **Aufwärmung** von ca. 20-30 Minuten mit Musik, ziemlich zügig, wobei verschiedene Schrittfolgen mit eingebaut werden, um möglichst schnell Herz und Kreislauf in Schwung zu bringen. Danach werden die Matten meist kreisförmig gelegt, um mit Übungen für verschiedene Muskelgruppen fortzufahren. Jede Woche wird mit unterschiedlichen "Hilfsmitteln" trainiert. Es werden u.a. Tennisbälle, Stonies, Therabänder, Balancekissen, Tücher, Redondobälle, Swing-Sticks oder auch Igelbälle be- und genutzt. Natürlich fließen die **neuesten Fitnessrends**



mit ein. Darüber informiert sich unsere Trainerin Sabine bei verschiedenen Lehrgängen. Zum Beispiel waren 2016 Fasziolen ein "großes aktuelles Thema"... Beim **Mattentraining** werden die einzelnen Muskelgruppen unter anderem Schulter, Arme, Beine, Rücken, Beckenboden gezielt

gekräftigt und gedehnt und natürlich dürfen auch die Quälübungen (Bauchmuskeln) nicht fehlen... Die Übungen werden intensiv und konzentriert durchgeführt. Zwischendurch schaut unsere Trainerin mit wachem Auge auf die richtige Haltung und Ausführung. Nach dem anstrengenden Teil folgt die **Dehnung**. Am Ende gibt es noch etwas Besonderes. Es sind nämlich **Entspannungsgeschichten** mit Musikhinterlegung. Dabei kann man wunderbar dem Alltag entfliehen man geht physisch und psychisch gestärkt in die Restwoche. Zweimal im Jahr, vor den



Sommerferien und vor Weihnachten, wird ein gemeinsames **Frühstück** veranstaltet, bei dem jeder Teilneh-

mer aus der Trainingsgruppe eine Kleinigkeit beiträgt. Im Jahr 2016 hatte die Donnerstagsgruppe ihr mittlerweile **20 jähriges** Bestehen. Aus diesem Anlass wurde im Dezember ein gemeinsamer **Ausflug** nach Michelstadt im Odenwald unternommen. Gemeinsam fuhren wir mit dem Zug dorthin. Bei schönstem Sonnenschein erfuhren wir bei einer organisierten Stadtführung mit dem dortigen jüngsten Stadtführer viel Interessantes, Informatives und Originelles , sogar das Rathaus konnte von innen besichtigt werden. Auch hat Michelstadt einen wun-



derschönen Weihnachtsmarkt, auf dem alle sogar gerne noch etwas länger verweilt hätten. In der Kahlalmühle in Kälberau ließen wir diesen herrlichen Tag ausklingen.

Auch 2017 wird Sabine Sticker sich sicher wieder viel

Mühe geben, um uns immer wieder neu jede Woche für das Training zu motivieren und begeistern und neue Anreize zu schaffen! Herzlichen Dank dafür. Neue Gesichter sind immer herzlich willkommen.



Handball Grundschtultag

In diesem Jahr fand zum zweiten Mal der bayern- bzw. hessenweite Handball-Aktionstag in Zusammenarbeit mit Grundschulen statt. Auch die Handballabteilung des TVM nahm wieder daran teil. Wir waren an der Erich-Kästner Grundschule in Alzenau und an der Schule am Weinberg in Michelbach zu Gast. In beiden Schulen hielten wir ein Schnuppertraining für die zweiten Klassen. Wir freuen uns, dass auch in diesem Jahr einige Kinder nach dem Schnuppertraining den Weg in die Halle zum Handballtraining gefunden haben. Um unsere Jugend weiter aufzustoeken, waren wir unabhängig vom Aktionstag im Januar an der Grundschule in Somborn. Dort haben wir mit den dritten Klassen trainiert. Wir hatten auch hier jede Menge Spaß und hoffen auf weiteren Zuwachs für unsere Jugend. Ein großer Dank gilt allen Helfern, die die Durchführung dieser Aktionen ermöglichten.

Aus diesen Aktivitäten ergibt sich eine stabile Mini-Besetzung von 15-20 Kindern pro Training.



Punktabzug schon jetzt absehbar!

Die nächste Saison der TVM Handballer wird insbesondere für die Damen von vorhersehbarem Punktabzug dominiert.

WARUM?

Es finden sich nicht ausreichend Schiedsrichter, damit erzielt der TVM nicht den geforderten Beitrag für die Liga.

Daher nochmals der dringliche Aufruf, dass sich Aktive oder Ex-Aktive oder Interessierte zum „Schiri“ ausbilden lassen: Info bei Alfred.Hee@TVM1901.de

Auch die Einnahmen aus den Spielen sind nicht gesichert, da die Eingänge nicht zuverlässig mit Kassierern besetzt werden. Eltern von Spielern oder Handballinteressierte sind aufgerufen, sich als Kassierer zu betätigen: Auskunft bei Peter Eckart: Peter.Eckart@tvm1901.de oder Telefon 2199.

1. Mannschaften

Die erste Mannschaft der Herren steht im Moment im Mittelfeld der Liga. Der Abstiegskampf droht nicht, nach vorne ist aber bei einer sehr guten Rückrunde noch ein Platz 3-4 möglich. Dazu müsste es aber genauso gut weitergehen wie in den ersten zwei Spielen der Rückrunde (beides Siege). Die Damen haben mittlerweile zum direkten Abstiegsplatz sieben Punkte Abstand und somit ist ein Verbleib in der Bezirksoberliga in Aussicht. Etwas Unsicherheit bleibt, da durch Abstieg von Mannschaften aus unserem Kreis in der Landesliga evtl. noch Relegation für den Vorletzten ansteht. Es ist damit bis zum letzten Spieltag spannend. In der Jugend gehen ab April wieder sieben Mannschaften an den Start. Die Altersgruppen sind männlich vollständig und weiblich mit zwei Mannschaften besetzt.

Fitness Radler Winterwanderung

Im Grunde reicht ein Bild und es ist deutlich, dass die Winterwanderung der Radler ein voller Erfolg war. 20 Personen, tolle



Organisation, tolles Wetter, viel heißer Apfelwein—ein traumhafter Tag.

Radler Start: 24.4. um 18.45 Uhr am TVM Heim.

Garantiert: immer eine Anfänger Gruppe!

Verstorben: Eduard Herz

Langjähriges Ehrenmitglied Eduard Herz kurz nach dem 100. Geburtstag verstorben

Es ist schon etwas Besonderes für alle Beteiligten, wenn man einem guten Bekannten und Ehrenmitglied des Vereins zum 100. Geburtstag gratulieren und ein Ständchen dazu bringen kann. So geschehen am 18.11.2016 im Geislitzer



Alterswohnsitz des „Herze Ede“, wie er liebevoll im Turnverein Michelbach genannt wurde. Knapp drei Wochen später waren wieder viele von uns zusammen, um dem 100-jährigen die letzte Ehre zu erweisen. Möglicherweise hatte er, entsprechend dem Lied von Johannes Heesters, „ich werde 100 Jahre alt“ -, sein Lebensziel erreicht und konnte friedlich und wahrscheinlich auch zufrieden einschlafen. Siehe auch www.TVM1901.de

TVM bewegt 4.12.16... Bilder





Ordentliche Mitgliederversammlung 2017

Alle Mitglieder des TV 1901 Michelbach e.V., - stimmberechtigt ab 16 Jahren -, werden gemäß unserer Satzung recht herzlich zur ordentlichen Mitgliederversammlung eingeladen:

am Freitag, den 07.04.2017, um 20 Uhr im Vereinsheim an der Albstädter Straße.

- 1. Eröffnung und Begrüßung**
- 2. Rechenschafts- und Tätigkeitsberichte**
- 3. Kassenbericht, Kassenprüferbericht, Entlastung des Kassiers**
- 4. Entlastung des Gesamtvorstandes**
- 5. Neuwahlen Gesamtvorstand, Vereinsbeirat und Kassenprüfer**
- 6. Bestätigung Jugendleitung und Delegierte OK Winzerfest**
- 7. Wünsche und Anträge**
- 8. Verschiedenes**

Schriftliche Anträge bitte bis zum 02.04.2017 an den 1.Vorsitzenden Rüdiger Sticker

Adressaufkleber

Impressum:

TV 1901 Michelbach e.V.

Rüdiger Sticker

Am Fallthor 9

63755 Alzenau

06023-5867

ruediger.sticker@tvm1901.de