

>> Der Olympia-Starter

Till Helmke hat eine große olympische Saison hinter sich! Das Aushängeschild des TSV Friedberg-Fauerbach war 2008 zum zweiten Mal in seiner Karriere beim größten Sportereignis der Welt, den Olympischen Spielen, dabei. Nach Athen 2004 hieß es in diesem Jahr „Auf nach Peking“. In Anbetracht der favorisierten Staffeln aus Jamaika, den USA oder auch Großbritannien hatte das deutsche Quartett um Till Helmke das Ziel, soweit wie möglich mitzuhalten. Dass es dann am Ende ein überragender fünfter Platz wurde war für den 24-Jährigen ein riesen Erfolg. So konnte sich Helmke am Ende der Saison auch über die Auszeichnung „bestplatziertes Hesse bei den Olympischen Spielen“ freuen.

Zuvor hatte das deutsche Quartett, das im vergangenen Jahr neben Till Helmke meistens aus Tobias Unger, Alexander Kosenkow und Martin Keller bestand, bereits beim Europacup in Annecy (Frankreich) ein großes Ausrufezeichen gesetzt: Mit 38,30 Sekunden rannten die vier die zweitschnellste Zeit, die jemals für eine deutsche Staffel ge-

stoppt wurde. Leider währte die Freude darüber nicht lange, denn das DLV-Quartett wurde nachträglich disqualifiziert.

Neben dem großen Saisonhighlight Peking war Till Helmke noch mit der Staffel des TSV erfolgreich: Bronze über 4x100m bei den „Deutschen“ und Silber bei den Deutschen Hallenmeisterschaften (4x200m).

>> Der deutsche Meister

Lars Birger Hense ist für viele Leichtathletikfans der „Überraschungsmann“ des Jahres. Für einige Beobachter dürfte der gebürtige Wuppertaler aber schon während der Freiluftsaison als ganz heißer Kandidat auf den deutschen Meistertitel gehandelt worden sein. Denn die Formkurve von Lars Birger Hense zeigte stetig nach oben: Mit schnellen 51,04 Sekunden zum Saisonauftakt in Jena fing alles an. Mit dieser Zeit setzte sich der Athlet, der seit 2006 das weiß-blaue Trikot des TSV trägt, an die Spitze der Deutschen Bestenliste – und sollte von dort auch bis Ende des Jahres

von keinem anderen Konkurrenten mehr verdrängt werden. Es folgten weitere gute Wettkämpfe und große Auftritte, zum Beispiel beim Askina Sportfest in Kassel oder beim ISTAF in Berlin.

Noch kurz vor den Titelkämpfen in Nürnberg erzählte Hense bescheiden: „Ich will einfach immer nur mein Bestes geben und eine schnelle Zeit laufen“. Gesagt, getan. In neuer Bestzeit von 50,81 Sekunden schnappte sich der 25-Jährige die Goldmedaille, und sorgte in der Stadionleichtathletik für den ersten und bisher einzigen deutschen Meistertitel bei den Aktiven für den TSV.

>> Die Erfolgsgaranten

Auf eins konnte man sich in den vergangenen Jahren in der Kreisstadt stets verlassen: Die Staffeln! Egal ob im Freien oder in der Halle, egal ob über 4x100m, 4x200m oder 4x400m – die Fauerbacher Sprinter sind auf nationaler Ebene im Kollektiv nicht mehr wegzudenken. Auch in diesem Jahr gab es wieder zahlrei-

che Medaillen für die Quartetts. Allen voran die beiden Goldenen bei den Junioren-Titelkämpfen in Recklinghausen. Julian Waschbüsch, Niklas Zender, Nils Müller und Sebastian Schäfer sicherten sich zunächst den Titel über die 4x100m (40,36sec.), bevor dann Christian Klein, Schäfer, Müller und >> Weiter gehts auf Seite 2

Inhalt

	Seite
Der Olympia-Starter	1
Der deutsche Meister	1
Die Erfolgsgaranten	1
Vorwort + Impressum	2
TSV mittendrin	2-3
TSV-Senioren	3
TSV Jugend	4-5
3 Fragen, 3 Antworten	5
Ausdauersport	6
Gruppenvorstellung	7-8
Hallenbelegung	8
Interview mit Volker Weber	9
Organigramm	10-11
Gesundheitssport	12
Platzierungen 2008	13-15

Vorwort

Liebe

TSV-Mitglieder /innen, in Zeiten der Finanzmarktkrise, der rasanten Veränderungen der Wertvorstellungen in unserer Gesellschaft und der damit sich wandelnden Ansprüche an die Sportvereine, ist es an der Zeit Anpassungsprozesse in den Vereinen einzuleiten. Die Vereine sind nicht nur durch den demographischen Wandel – die Bevölkerung wird immer älter – sondern auch durch den zunehmenden Leistungsdruck der auf den Schultern des Einzelnen lastet gefordert. Letztendlich auch die Sorge um den Arbeitsplatz und der damit verbundenen Existenzängste entstehen Herausforderungen an uns Alle. In diesem Spannungsfeld bewegt sich unser Verein und es ist unsere Aufgabe sich diesen Anforderungen zu stellen. Euer Vorstand widmet sich diesen Aufgaben, dabei stehen nicht nur die



Trainingsmöglichkeiten in unserer Sporthalle sondern auch die sozialen Kontakte im Fokus. Ein weiteres Spannungsfeld ist der Spagat zwischen Hochleistungssport, Breitensport, Gesundheitssport, Verkehrtensport und Seniorensport. Hier gibt es vielfältige Angebote im TSV, die durch qualifizierte Übungsleiter und lizenzierte Trainer/ Bundestrainer betreut werden. Wir sind darum bemüht, die Angebote zu erweitern und zusätzliche Hallenzeiten in den Schulsporthallen der Stadt zu erhalten. Dank der guten Zusammenarbeit mit den Gremien der Stadt Friedberg gelingt uns das. In diesem Zusammenhang muss erwähnt werden, dass in unserem Wohnzimmer – Sportanlage Burgfeld – mit erheblichen Geldmitteln der Tartanbelag erneuert wurde. An dieser Stelle vielen Dank an die Verantwortlichen bei der Stadt Friedberg und an das hessische Innenministerium. Die sportlichen Erfolge sind, wie ihr sicher gelesen habt, olympiareif. Um die

Lücke zwischen Vorstand und Mitgliedern etwas zu schließen wurde die Vereinszeitung Sprint geboren. Sie wird, so ist es geplant, zweimal pro Jahr erscheinen. Dies soll nicht als Einbahnstraße verstanden werden. Es gibt nichts was nicht noch zu verbessern ist. Ohne die großzügige Unterstützung der Wetterauer Druckerei, Inhaber Andreas Kugland, wäre die Erstausgabe Sprint nicht möglich. Vielen Dank dafür. Dank auch an die anderen Sponsoren und dem Förderverein für die Unterstützung. Wir werden in den folgenden Ausgaben von Sprint den Sponsoren noch mehr Raum zur Verfügung stellen. Dem neuen Verein FFL 2008 wünsche ich in den ersten 100 Tagen viel Erfolg. Mehr darüber an anderer Stelle. Allen TSVlern und Interessierten viel Spaß beim Lesen der Erstausgabe und ein gutes neues Jahr.

Vorstandssprecher
Ortwin Faatz

>> Fortsetzung von Seite 1

Zender noch mal über die 4x eine Stadionrunde (3:11,39min.) ganz oben auf das Treppchen rannten. Auch bei den Aktiven führt, was die Medaillenvergabe bei Deutschen Meisterschaften angeht, kein Weg mehr vorbei am TSV,

wenngleich auch in diesem Jahr zum wiederholten Male der ganz große Triumph, der Titel, ausblieb. Dennoch: Längst sind die TSV-Athleten eine feste Größe neben „Profiteams“ wie Wattenscheid oder Bayer Leverkusen. Jeweils zwei Vizemeisterschaften feierten die Kreisstädter in der Halle: Über 4x200m (Helmke, Müller, Schwalm, Weber) und über die doppelte Distanz (Zender, Hense, Schwalm, Schäfer).

Draußen gab's dann noch mal eine Silbermedaille für Christian Klein, Florian Schwalm, Sebastian Schäfer und Michael Weber über 4x400m (3:11,82 min.). Rang drei hinter den Staffeln aus Wattenscheid und Gladbeck wurde es bei den Titelkämpfen in Nürnberg für Michael Weber, Till Helmke, Nils Müller und Sebastian Schäfer (39,79sec.) Hessenrekord.

Impressum

Herausgeber:

TSV Friedberg – Fauerbach 1885 e.V.
Am Runden Garten 17
61169 Friedberg
Telefon: 0 60 31 / 623 00
eMail: tsvff@gmx.de
www.tsv-friedberg-fauerbach.de

Gesamtproduktion und gesponsert von:

Wetterauer Druckerei,
Am Kindergarten 1-3,
61169 Friedberg-Fauerbach
info@wdfb.de

Redaktionsschluss 2. Ausgabe
15. März 2009

>> TSV mittendrin

Neben den Deutschen Titelkämpfen gab es aber natürlich auch noch viele andere Meisterschaften und wichtige Meetings, an denen Athletinnen und Athleten des TSV Friedberg- Fauerbach teilgenommen haben. So zählen die Kreisstädter zehn süddeutsche Meistertitel und dabei insgesamt 25 Medaillen, 70 Medaillen bei Hessischen Meisterschaften,

zehn Siege bei Regionalmeisterschaften und 120 (!) Kreismeistertitel aus dem vergangenen Jahr.

Darüber hinaus starteten zahlreiche Athleten bei Abend-, Ferien-, und anderen Sportfesten auf regionaler sowie nationaler Ebene. Zu den Höhepunkten zählten dabei das Askina Sportfest in Kassel und das ISTAF in Berlin, aber

auch die Meetings in Regensburg und Leipzig, der U23-Länderkampf in Rostock oder die Deutschen Hochschulmeisterschaften, zum Beispiel, waren für die TSV-Athleten eine tolle Sache.

Die TSV-Athleten Nils Müller, Sebastian Schäfer und Wiebke Ullmann starteten zum Beispiel beim Länderkampf in Rostock gegen Polen. Sowohl die deutsche Männer- als auch Frauenmannschaft konnte die Gesamtwertung gewinnen. Sprinter Nils Müller startete im Einzel über 200 Meter und mit der 4x100 Meter-Staffel. Sebastian Schäfer rannte über die 4x400 Meter in 3:10,00 Minuten mit seinen Staffelkollegen als Erster ins Ziel. Ebenfalls einen Staffel-Auftritt hatte die einzige

weibliche TSV-Vertreterin Wiebke Ullmann: Sie konnte mit der Mädels-Staffel über 4x400 Meter auch gewinnen, in 3:44,44 Minuten.

Auf eine sehr beachtliche Leistung im vergangenen Jahr kann auch Florian Schlosser zurück blicken. Zunächst vertrat der 18-Jährige die schwarz-rot-goldenen Fahnen bei den Hallen-Europameisterschaften der Gehörlosen. Über die 60m-Sprintstrecke kam Schlosser ins Finale und wurde dort mit 7,40 Sekunden sehr guter Achter. Das Highlight folgte dann im September, als Florian Schlosser vom Deutschen Gehörlosen-Verband erneut für einen internationalen Einsatz nominiert wurde: die Weltmeisterschaften

im türkischen Izmir. Gleich zweimal ging der TSV-Athlet dort an den Start, über 4x100m und im Weitsprung. Dort hatte Florian Schlosser zunächst einen sehr guten Einstieg in den Wettkampf und qualifizierte sich mit 6,87 Meter (persönliche Bestleistung) als zweitbesten Teilnehmer für das Finale der besten Zwölf. Dort konnte er die tolle Weite aus der Qualifikation dann leider nicht mehr wiederholen. Nach vier Fehlversuchen kam er mit 6,70 Meter am Ende auf den siebten Platz. Mit der 4x100 Meter-Staffel schaffte es der 18-Jährige ebenfalls ins Finale. Dort finishte das deutsche Quartett mit dem TSV-Athleten als Startläufer dann in 44,30 Sekunden – Rang acht.

>> TSV-Senioren

Die Senioren des TSV Friedberg-Fauerbach sind für die Kreisstädter seit Jahren wahre Medaillengaranten bei allen nationalen Wettkämpfen. So gab es auch in der diesjährigen Freiluft- bzw. Hallensaison wieder einige Titel und weitere gute Platzierungen. TSV-Athlet Bernd Lachmann holte beim Saisonhöhepunkt in der Halle, den deutschen Meisterschaften der Seniorinnen und Senioren in Erfurt Gold über 400m. Stark waren die TSV-Athleten auch im Quartett über 4x200m: Holger Beims, Jürgen Speidel, Werner Waschbüsch und Bernd Lachmann rannten in 1:37,56 Minuten zu Bronze. Ein tolles Ergebnis erzielte Andreas Diegel-Thomas im Stabhochsprung der M35: Mit 3,90m sprang er nur hauchdünn an sei-

ner Bestmarke (4 Meter) vorbei, und sicherte sich damit die deutsche Vizemeisterschaft.

Auch bei den „Deutschen“ im Freien räumte Lachmann ab: Über die 400 Meter der Altersklasse M40 holte er Gold in guten 52,07 Sekunden. Über die halbe Distanz sprintete der TSV-Athlet zu Silber (23,44 Sekunden). Seine dritte Medaille sicherte sich Lachmann mit seinen Teamkollegen Jürgen Speidel, Harald Class und Werner Waschbüsch über 4x100 Meter. Das Staffel-Quartett wurde in 46,59 Sekunden Zweiter hinter der Startgemeinschaft Pfalz Team. Staffelläufer Harald Class war zudem im Einzel erfolgreich. Der Stabhochspringer des TSV gewann den Wettbewerb mit übersprungenen 3,80 Meter und

freute sich über die Deutsche Meisterschaft. Andreas Diegel-Thomas konnte im Stabhochsprung der M35 ebenfalls auf das Siegerpodest klettern. Mit guten 3,80 Meter holte er Bronze.

Neben den tollen Erfolgen bei Deutschen Meisterschaften ergatterten die TSV-Athleten zudem zwölf Podestplätze bei den Hessischen Hallenmeisterschaften und drei Titel im Freien.

Zum Abschluss der diesjährigen Freiluftsaison starteten die Kreisstädter noch mal bei den Süddeutschen Meisterschaften im Mehrkampf – und gewannen einmal Gold (Fünfkampf Mannschaft mit Bernd Lachmann, Richard Loos und Harald Class) und einmal Fünfkampf-Bronze für Bernd Lachmann im Einzel.

Termine 2009:

Jahreshauptversammlung

Fr. 20. März 2009 • 19.00 Uhr



Senioren Nachmittag

Sa. 4. April 2009 • 15.00 Uhr



Vorankündigung
für 2010:

Kommers

Mi. 2. Juni 2010

Bunter Abend

Fr. 4. Juni 2010

Frühschoppen

So. 6. Juni 2010

>> TSV-Jugend

Die internationale Bühne

Wie schon im Vorjahr schafften es auch in dieser Saison mit Niklas Zender und Christiane Klopsch wieder zwei Athleten vom TSV zu den Jugend-Weltmeisterschaften. Der 18-jährige Niklas Zender überzeugte schon 2007 mit Platz sechs über die 400m. In diesem Jahr jedoch katapultierte sich Zender, der als das größte hessische Nachwuchstalente in dieser Disziplin seit vielen Jahren gilt, über die Stadionrunde noch weiter nach vorne. Es war die Junioren Gala in Mannheim, bei der Niklas Zender ganz groß auftrumpfte. Dort rannte er in 46,18 Sekunden so schnell wie nie zuvor (Bestzeit vorher: 47,79sec.). Das ließ auch die ältere Konkurrenz wie Simon Kirch oder Kamghe Gaba aufhören. Der junge Mann aus Pfaffenwiesbach – auf einmal auch ein Thema für die deutsche 4x400m-Mannschaft für die Olympischen Spiele in Peking.

Niklas Zender konzentrierte sich aber lieber auf seinen persönlichen Saisonhöhepunkt, die U20-WM im polnischen Bydgoszcz. Resultat der Titelkämpfe: fünf 400m-Rennen in sechs Tagen, Bronze mit der 4x400m-Staffel des DLV und Rang fünf im Einzel über die Stadionrunde. Der 18-Jährige zog hinterher sein persönliches Fazit: „Die Staffel war natürlich die Krönung. Klar waren die fünf Rennen in einer Woche sehr anstrengend, aber eine WM ist immer was Besonderes. Alles, was ich mir vorgenommen habe, hat geklappt. Und dann noch eine Medaille am Ende – da bin ich mehr als zufrieden.“ Zufrieden mit ihrem WM-Auftritt war Christiane Klopsch – obwohl im Vorfeld sicherlich mehr erhofft wurde als die Halbfinalteilnahme – die es letztendlich wurde. Anhaltende Probleme im Fuß führten dazu, dass die 18-Jährige beim Saisonhöhepunkt nicht richtig fit war. Für sie persönlich war das Weiterkommen ins Halbfinale

über 400m Hürden (Zeit: 60,39sec.) trotzdem ein großer Erfolg. Auf weitere Starts nach der WM

teten bei den „Deutschen“ in der Hauptstadt über 400m Hürden bzw. 100m und 200m.



musste Christiane Klopsch verletzungsbedingt dann leider verzichten.

Nationale Highlights

Für einige TSV-Athleten waren die Deutschen Jugendmeisterschaften das große Highlight in diesem Jahr. Einmal auf der schnellen blauen Bahn im riesigen Berliner Olympiastadion laufen – für viele ein echter Traum. Neben Niklas Zender, der als Vizemeister über 200m die einzige Medaille für die TSV-ler holte, startete auch Julian Waschbüsch in Berlin. Der A-Jugendliche konnte seine 100m-Bestzeit 2008 auf starke 10,84 Sekunden steigern und reiste dementsprechend motiviert nach Berlin. Nach genau elf Sekunden im Vorlauf scheiterte Julian Waschbüsch am Ende hauchdünn nur um drei Hundertstel am Finaleinzug. Besser machte er es mit der 4x100m-Staffel. Julius Schmidt, Waschbüsch, Sören Haust und Zender rannten in 42,77 Sekunden ins B-Finale und wurden dort – mit Nico Ratka anstelle von Niklas Zender – am Ende Siebter. Sören Haust und der B-Jugendliche Henryk Haffer star-

Bei den TSV-Mädels startete nur Gesa Katharina Kratzsch im Einzel. Die 16-Jährige, die aus diesem Jahr eine Weitsprungbestleistung von 5,91m stehen hatte, machte allerdings gleich zu Beginn zwei ungültige Versuche. Dass Kratzsch dann mit einem „Sicherheitssprung“ noch bei ordentlichen 5,53m landete, zeigt ihr großes Potential in dieser Disziplin. Für den Finaleinzug reichte die Weite aber nicht. Dafür schaffte es Kratzsch mit ihren Vereinskolleginnen Shary München, Ann-Sophie Könemann und Theresa Haffer über 4x100m in die Endläufe der schnellsten sechzehn Staffeln Deutschlands. Im Finale lief dann Stefanie Klopsch für Shary München und das TSV-Quartett wurde in ordentlichen 48,85 Sekunden Dritte im B-Finale.

Der kleine Nachwuchs

Schon im Schülerbereich lässt sich oft erkennen, welche Jungs und Mädels großes Talent haben. Beim TSV Friedberg-Fauerbach gibt es einige solcher Nachwuchstalente. Luisa Haase zum Beispiel. Die 13-Jährige konnte sich im Vor-

feld der Hessischen Blockmeisterschaften gute Chancen auf eine Top-Platzierung ausrechnen. Nach ihrem Kreisrekord bei den Regionalmeisterschaften in dieser Saison war die TSV-Athletin die Beste der Meldeliste. Allerdings waren die Wetterbedingungen alles andere als gut, durch starke Regenfälle und Gewitter musste die Veranstaltung mehrmals unterbrochen werden. Luisa gab trotzdem alles, und wurde am Ende mit einer Gesamtpunktzahl von 2452 gute Vierte im Block Lauf. Ihre Laufzeiten über 75m (10,22 Sekunden), 60m Hürden (10,67 Sekunden) und über 800m (2:55,61 Minuten) waren in Ordnung – allerdings hatte sie noch mit den Folgen einer Erkältung zu kämpfen und war deshalb nicht in bester Form. Ihre Klasse bewies die 13-Jährige im Weitsprung: Mit

4,91m war Haase absolute Spitze. Hoch zufrieden mit seiner Leistung konnte auch Michael Ditthardt sein. Der TSV-Athlet startete in Wiesbaden im Block Sprint/Sprung der Altersklasse M14 und konnte mit einer Gesamtpunktzahl von 2444 Zählern gleich eine neue Bestmarke verbuchen. Seine Leistung reichte am Ende zu einem tollen sechsten Platz. In der Altersklasse W14 vertrat Anna-Catharina Jost die blau-weißen Vereinsfarben des TSV. Im Blockwettkampf Sprint/Sprung sammelte Jost insgesamt 2300 Punkte und wurde damit Zwölfte. Stark war die TSV-Athletin vor allem in den Sprintdisziplinen: Anna-Catharina rannte die 100m in 13,46 Sekunden und die 80m Hürden in 13,80 Sekunden. Bei den Hessischen Meisterschaften der A-Schüler in Wetzlar

scheiterte Luisa nur ganz knapp – trotz persönlicher Bestleistung von 13,08 Sekunden – am Finalinzug über die 100m, genauso wie auch Anna-Catharina Jost (13,14sec.). Ana Riman kam bei den „Hessischen“ über 100 Meter der W15 auf 13,66 Sekunden. Die erhoffte Medaille gab es für die TSV-Mädels dann am Ende aber auch: mit der 4x100 Meter-Staffel. Ana Riman, Luisa Haase, Anna-Catharina Jost und Justine An-dratzek rannten 52,34 Sekunden – Bronze.

Michael Ditthardt war der einzige Schüler in Reihen des TSV, der in Wetzlar an den Start ging. Eine Bronzemedaille gab es für den 14-Jährigen TSV-Athleten im Weitsprung. Mit guten 5,33 Meter kam Ditthardt auf den dritten Platz.

>> 3 Fragen, 3 Antworten

Jasper Henkel ist neben Jessica Schwank, Nadine Johann, Rupert Kleiner und einigen Schülern und Schülerinnen einer der Neuzugänge beim TSV Friedberg-Fauerbach. Der 19-jährige 200m-Spezialist (Bestzeit: 21,40sec.) kommt vom TV Germersheim in die Kreisstadt und stand unserer Redaktion Rede und Antwort.

1. Warum bist du zum TSV Friedberg-Fauerbach gewechselt?

Jasper Henkel: Ich habe gerade ein Studium an der TU Darmstadt angefangen und kann deshalb nicht mehr in Germersheim trainieren. Außerdem soll im Training ja auch ein Tapetenwechsel manchmal ganz gut sein. Ich habe mich dann dafür entschieden, längere Anfahrten in Kauf zu nehmen und beim TSV zu trainieren, weil ich in Friedberg zum einen schon ein paar Leute kannte. Zum anderen muss dort vieles richtig gemacht werden, wenn in einem so „kleinen“

Verein so viele richtig starke Athleten trainieren wie es eben beim TSV der Fall ist. Und bis jetzt habe ich auch noch nichts bereut (lacht).

2. Wie liefen die vergangenen Jahre für dich?

Jasper Henkel: Die WM in Bydgoszcz war natürlich eine tolle Erfahrung und vor allem eine Motivation weiter zu machen. Der ganze Aufwand lohnt sich einfach, auch wenn man sich im Wettkampf verletzt, wie es mir dort ja leider passiert ist (mit der 4x100m-Staffel, Anm. d. Red.). Neben der WM-Teilnahme habe ich etliche Siege bei Rheinland-Pfalz- und kleineren Meisterschaften über 100m, 200m, 300m und 400m, im Weitsprung und mit der Staffel erreicht; außerdem zwei zweite Plätze bei Süddeutschen Meisterschaften mit der 4x100m-Staffel und über 100m, ein zweiter Platz über 200m bei den Deutschen

B-Jugend-Meisterschaften 2006 und danach die Teilnahme am U18 Länderkampf in Zittau gegen Polen. 2007 war dann verletzungsbedingt Pause – da war mein Erfolgserlebnis der Erhalt des Abiturs.

3. Was sind deine Ziele für die kommende Saison?

Jasper Henkel: Ziele zu formulieren finde ich immer schwer. Eigentlich möchte ich erst mal gut mit Studium und Sport klar kommen, weiterhin Spaß daran finden und endlich mal eine Saison unverletzt überstehen. Wenn das einigermäßen klappt müssten eigentlich auch gute Leistungen dabei rauskommen. Schön wäre es natürlich, wenn es für den B-Kader reicht.



>> Ausdauersport

Benedikt Heils Parforceritt in Frankfurt.

(mw) 35 Kilometer blieb er im Windschatten der Tempomacher von Weltklasseläuferin Sabrina Mockenhaupt, dann musste er doch abreißen lassen – lief aber in 2:26:56 Stunden dennoch als Überraschungs-Hessenmeister im Marathon in der Frankfurter Festhalle über die Ziellinie: Benedikt Heils Husarenritt in der Mainmetropole Ende Oktober bildete sicherlich das i-Tüpfelchen – nicht nur auf seine Saison, sondern auch auf die Jahresbilanz der Langstreckler insgesamt.

Für die sicherlich wertvollsten Leistungen sorgte wieder einmal Philipp Ratz. Der frischgebackene Vater konnte zwar sein bisher bestes Karrierejahr 2007 mit zwei Deutschen Meistertiteln (Einzel und Mannschaft Marathon) nicht toppen, zeigte aber dennoch zwischen November 2007 und Oktober 2008 sein Können.

Zunächst gewann er unter anderem bei den Crossläufen in Wiesbaden und Trebur sowohl Mittel- als auch Langstrecke, ehe er jedoch mit diversen Verletzungen zu kämpfen hatte und etwas außer Tritt kam. Dennoch wiederholte der mehrfache Kreisrekordhalter seinen Sieg bei „Rund um den Winterstein“ (30 Kilometer) und war auch bei den Hessenmeisterschaften über 10 Kilometer in Marburg als Sechster in 32:06 Minuten vorne dabei. Seinen Saisonhöhepunkt hatte er in Mainz, als er in 2:26:43 Minuten Siebter bei den Deutschen Marathon-Meisterschaften wurde. Doch viel spannender als die Einzel-Entscheidung war aus Fauerbacher Sicht die Mannschaftswertung. Lange hatte die LG Stadtwerke München deutlich geführt, dann brachen gleich zwei Läufer deutlich ein. Am Ende trennten die TSVler winzige 14 Sekunden nach einer kumulierten Laufzeit von 7:28 Stunden. Für die Sensation des Tages sorgte Benedikt

Heil, der bei Kilometer 40 Marco Diehl überholt und sich in seinem zweiten Marathon auf 2:30:56 Stunden verbessert.

Diehl, Heil, Ratz und Routinier Jochen Rolle hatten gemeinsam auf Mainz hintrainiert und im Trio oder sogar Quartett in der Vorbereitung für Furore gesorgt. Beim Wintersteinlauf gab es einen historischen Vierfach-Sieg, beim Jügesheimer Osterlauf über 25 Kilometer die Ränge zwei bis vier (ohne Diehl) und in Niedermörlen einen Doppelerfolg durch die zeitgleichen Ratz und Heil. Während Ratz aufgrund von kleineren Verletzungen und Rolle nach dem Mainz-Ausstieg nur noch selten in Erscheinung traten, gaben Diehl und Heil weiter Gas. Der 39-jährige Diehl kam noch auf 13 Marathons zwischen 2:29:31 (Weiltal) und 2:40:20 Stunden (Bottwartal), von denen er sechs für sich entscheiden konnte. Zudem wurde er in diesem Jahr von der Zeitschrift „Best Life“ zum fittesten Manager Deutschlands gekürt, der Titel des schnellsten Managers im Marathon blieb ihm in Frankfurt allerdings verwehrt (Platz drei). Der fleißigste Wettkämpfer war jedoch „Heile“, der neben dem Sieg in Niedermörlen zweimal in Gießen (10 Kilometer und Halbmarathon) als Erster bei Volksläufen über die Ziellinie lief. In Karlsruhe beim Halbmarathon war der 26-jährige zwar „nur“ Siebter, lief jedoch mit 1:10:43 Stunden eine Bestzeit – ebenso wie in Frankfurt bei besagtem Marathon in fulminanten 2:26:56 Stunden.

Gerald Baudek, der 2007er-Neuzugang und Deutsche Mannschaftsmeister mit Diehl und Ratz, nahm dieses Jahr wieder einige Ultraläufe unter die Füße. Dennoch überzeugte er auch auf der „kurzen“ Marathondistanz und komplettierte das Frankfurt-Team mit Diehl und Heil, welches

Dritter wurde.

Bei den Frauen ist seit einigen Jahren Andrea Meuser die mit Abstand erfolgreichste Langstrecklerin. Die 41-jährige wiederholte im Frühjahr ebenso ihren Sieg bei der Alten-Busecker Winterlaufserie (10/15/21,1 Kilometer) wie beim Oberhessen-Cup den Triumph bei den Seniorinnen I. Außerdem ist sie mittlerweile Stammgast bei drei Meisterschaften: Den hessischen Titelkämpfen im Halbmarathon (1. W40/3. Frau gesamt) und Marathon (3. W40/5. Frau gesamt) sowie den Kreismeisterschaften über 10.000 Meter – bei Letztgenanntem siegte die Ober-Wöllstädterin auf dem heimischen Burgfeld im Oktober bereits zum vierten Mal in Serie. Ihre Zeiten konnte sie bisher kontinuierlich steigern, ihre Bestmarken stehen in den genannten Disziplinen bei 3:03:36 Std., 1:25:13 Std. und 38:51,2 Minuten. Damit hat sie im Marathon die bisher in der Vereinsbestenliste führende Brigitta Hoth abgelöst – 20 Jahre hatte der alte Rekord Bestand.

Bei den Mittel- und Langstrecken auf der Bahn war Andrea Meuser zwischen 800 und 10.000 Metern die einzige weibliche Starterin bei Kreismeisterschaften. Über die längste Distanz gewann sie wie erwähnt, bei anderen Distanzen gab es keine Starterinnen. Bei den Männern machten drei Friedberg-Fauerbacher alle Titel unter sich aus: Über 800 Meter gewann Markus Jost, wenige Stunden später siegte Michael Wiener über 5.000 Meter im Bad Nauheimer Waldstadion. Im einzigen direkten TSV-Duell siegte Jost gegen Wiener über 3.000 Meter, und über 10.000 Meter war Wiener vorne. Gemeinsame Sache machte das Duo mit Sorin Onetiu über 3x1.000 Meter, der Staffel war der Titel nicht zu nehmen.

Kinderleichtathletik



Seit Frühjahr 2008 trainiert Heike Hora-Radtke immer dienstags von 17-18 Uhr eine neue Gruppe von Kindern im Alter von 6-8 Jahren. Heike Hora-Radtke ist seit 1978 Mitglied im TSV Friedberg-Fauerbach und hat bis ins Teenager-Alter aktiv am Leichtathletik-Sport teilgenommen. Die Tätigkeit als Übungsleiterin macht ihr sehr viel Spaß. Die jungen

Sportler und Sportlerinnen sind sehr engagiert und vier Kinder der Gruppe haben auch schon sehr erfolgreich beim Abendsportfest am 3. 9. 2008 an den Wettkämpfen Ballweitwurf, 50 Meter Sprint und Weitsprung teilgenommen. Im nächsten Sommer werden noch mehr Mitglieder dieser Gruppe bereit sein, an den Wettkämpfen teilzunehmen. Heike Hora-Radtke möchte den Kindern auf spielerische Art und Weise einzelne Disziplinen der Leichtathletik beibringen. Dabei kommen auch Ballsportarten, Seilspringen, Gymnastik und Ausdauertraining nicht zu kurz.



Koronarsport-Gruppe

Seit 1991 besteht die Koronarsport-Gruppe. Seitdem wird unter fachlicher Aufsicht eines Arztes und unter Anleitung von lizenzierten Übungsleitern regelmäßig einmal pro Woche trainiert.

Die sportliche Betätigung wird bei Gymnastik, Geschicklichkeit, Koordination und Ballspielen praktiziert. Auch wird ein Yoga-Training angeboten.

Vom Angebot der Gruppe sollen insbesondere Patienten angesprochen werden, die einen Herzinfarkt überstanden haben, denn der Koronarsport versteht sich als dritte Phase der Rehabilitation, nach dem Aufenthalt im Akut-Krankenhaus und der meist danach erfolgten Anschlussheilbehandlung.



Spitzensport & Leichtathletik



Seit 1970 ist Volker Weber Übungsleiter im TSV. Während dieser Zeit sind sehr viele Sportler und Sportlerinnen durch seine Hände gegangen. Zurzeit trainiert und betreut er einen Teil der Männer sowie die männliche Jugend A und B unserer sehr erfolgreichen Leichtathleten und -athletinnen. Zu seiner Trainings- und Wettkampfgruppe, die über 20 Athleten umfasst, gehören u.a. Nils Müller (Junioreuropameister 4 x 100m, mehrfacher deutscher Meister), Niklas Zender (Fünfter der Weltmeisterschaft U 20 über 400m, Bronzemedallengewinner (U 20) mit der 4 x 400m Staffel, mehrfacher Deutscher Meister), Sebastian Schäfer (Bronzemedaille (U 23) mit der 4 x 400m Staffel, mehrfacher Deutscher Meister), Florian Schwalm (Bronzemedaille (U 23) mit der 4 x 400m Staffel, mehrfacher Deutscher Meister), Christian Klein (mehrfacher Deutscher Meister), Julian Waschbüsch (Deutscher Meister), Florian Schlosser (7. der Gehörlosen Weltmeisterschaft, mehrfacher deutscher Meister bei den Gehörlosen). Aber auch die anderen von ihm – teilweise bis zu siebenmal in der Woche – trainierten Athleten können mit Süddeutschen und Hessischen Meisterehren aufwarten.

Neben seinen vielfältigen Aufgaben im TSV (er ist auch noch Sportwart des Gesamtvereins und Vorsitzender des Fördervereins) wurde Volker Weber kürzlich bis zu den Olympischen Spielen 2012 in London zum Bundestrainer für die 400m der U 20 (A-Jugend) ernannt.

>> Hallenbelegung

Montag

09.00 – 10.00 Uhr
Eltern-Kind-Turnen
• Köhler / P. Brzezniak

15.30 – 16.30 Uhr
Kinderturnen
Jahrgänge 2002 – 03
• L. Kahlert / T. Slota

16.30 – 17.45 Uhr
Leichtathletik
Jahrgänge 1996 – 98
• R. Loos / H. Dotzert

17.45 – 19.45 Uhr
Leichtathletik
Jahrgänge 1993 – 96
• F. Kullack / K. Langer

20.00 – 21.30 Uhr
Frauengymnastik
• H. Leberle

Kleiner Saal

20.00 – 21.00 Uhr
Allgemeine Fitness
• B. Hofmann

Dienstag

09.30 – 10.30 Uhr
Schwer-Fit
• B. Hofmann

15.00 – 16.00 Uhr
Kinderturnen
Jahrgänge 2004 – 05
• S. Blecher

16.00 – 17.00 Uhr
Leichtathletik
Jahrgänge 2000 – 01
• S. Kleinpaß / T. Slota

17.00 – 18.00 Uhr
Leichtathletik
Jahrgänge 2001 – 02
• H. Hora-Radtke / T. Slota

18.00 – 19.00 Uhr
Leichtathletik
Jahrgänge 1997 – 98
• S. Schmidt / S. Schad

19.00 – 20.30 Uhr
Leichtathletik
Männer/Frauen
Jugend männl./weibl.
• S. und V. Weber

Kleiner Saal

8.30 – 9.30 Uhr
Osteoporose
• A. Kirsch-Altena

9.30 – 10.30 Uhr
Body fit
• S. Kleinpaß

17.30 – 18.00 Uhr
Leichtathletik
Jahrgänge 1997 - 98
• S. Schmidt / S. Schad

18.30 – 19.00 Uhr
Leichtathletik
Männer/Frauen
Jugend männl./weibl.
• S. und V. Weber

Mittwoch

14.30 – 15.30 Uhr
Seniorinnengymnastik
• H. Leberle

15.30 – 18.00 Uhr
Sportabzeichen / Spiel /
Senioren
• B. Hiller

18.00 – 19.30 Uhr
Leichtathletik
Mittel-/Langstreckler
• K. Ilge

19.30 – 21.00 Uhr
FC Olympia Fauerbach
Soma
• C. Böhm

21.00 – 22.30 Uhr
Fachhochschule
Volleyball

Kleiner Saal

15.30 – 16.45 Uhr
Rückenschule für
Senioren / Seniorinnen
• K. Loos

17.00 – 18.00 Uhr
Pilates
• P. Weitzel

18.00 – 20.00 Uhr
Leichtathletik
Mittel-/Langstrecke
• P. Ratz

20.15 – 22.00 Uhr
Funktionsgymnastik
Gruppe FKK
• M. Krell-Moder

Donnerstag

15.30 – 16.30 Uhr
Kinderturnen
Jahrgänge 2004 – 05
• M. Michel / T. Slota

16.30 – 17.30 Uhr
Leichtathletik
Jahrgänge 1993 – 96
• F. Kullack / K. Langer

17.30 – 19.00 Uhr
Leichtathletik
Talentfördergruppe
• M. Weber

19.00 – 20.30 Uhr
Koronarsport
• M. Straßner / L. Krum

20.30 – 21.30 Uhr
Schwer-Fit
• B. Hofmann

Kleiner Saal

17.00 – 17.30 Uhr
Leichtathletik
Talentfördergruppe
• M. Weber

17.30 – 18.00 Uhr
Leichtathletik
Jahrgang 1993 – 96
• F. Kullack / K. Langer

18.00 – 19.00 Uhr
Sportabzeichen / Spiel /
Senioren
• B. Hiller

19.00 – 20.30 Uhr
Koronarsport
• M. Straßner / L. Krum

20.30 – 21.30
Rücken-Fit
• S. Kleinpaß

Freitag

14.30 – 16.00 Uhr
Leichtathletik
Talentaufbaugruppe
• P. Schössow /
D. Prada

16.00 – 18.00 Uhr
Leichtathletik
Männer
Jugend männlich
• V. Weber

18.00 – 20.00 Uhr
Leichtathletik
Männer / Frauen
Jugend männl./weibl.
• S. Weber / H. Beims

20.00 – 22.00 Uhr
Freizeitsport
Männer
• V. Weber

Kleiner Saal

18.00 – 20.00 Uhr
Leichtathletik
Jugend
• S. Weber / H. Beims

Sonntag

10.00 – 12.00 Uhr
Leichtathletik
Stabhochsprung
• H. Class

>> Interview mit U20-Bundestrainer Volker Weber

(jn) Der TSV Friedberg-Fauerbach hat in den vergangenen Jahren viele international erfolgreiche Leichtathleten hervorgebracht. Man denke nur an den zweifachen Olympiateilnehmer Till Helmke oder auch Nachwuchstalent Niklas Zender, der bei der U20-WM in der letzten Saison schon Staffelbronze gewinnen konnte. Seit Kurzem sind nicht mehr nur noch die Athleten des Friedberger Traditionsvereins schwer gefragt, sondern auch die Trainer. Volker und Sieglinde Weber sind seit einigen Jahren Stützpunkt-Trainer beim Hessischen Leichtathletik-Verband, jetzt kommt für TSV-Sportwart Volker Weber noch eine besondere Aufgabe hinzu: Seit 1. Oktober ist er Bundestrainer für den deutschen Leichtathletik-Nachwuchs U20 im 400m-Lauf. Wir haben Volker zum Interview getroffen.

Volker Weber, wie ist es denn dazu gekommen, dass Sie Bundestrainer geworden sind? Wussten Sie vorher schon etwas?

Weber: Ich wusste nicht, dass der DLV vorhatte, mich zu fragen. Es war klar, dass es nach den Olympischen Spielen, die ja für die deutschen Leichtathleten nicht besonders gut gelaufen sind, Veränderungen auf einigen Positionen geben wird. So wurde dann auch ein Trainer für die U20 gesucht. Thomas Kremer, der für den 400m-Kader der Männer zuständig ist, ist dann auf mich gekommen und hat mich gefragt.

Also war das ja eine richtige Überraschung für Sie?

Weber: Ja, das kann man so sagen. Ich habe mir das Ganze aber auch erst mal überlegt, ob ich es zeitlich neben all den anderen Dingen überhaupt hinbekomme. Aber da ich sowieso bei

allen Kaderveranstaltungen dabei bin, wo Niklas mitmacht, passt das ganz gut. Dass mir der DLV allerdings gleich einen Vierjahresvertrag anbietet, hätte ich auch nicht gedacht.

Was genau beinhaltet denn Ihre neue Tätigkeit als U20-Bundestrainer?

Weber: In erster Linie veranstalte ich Lehrgänge, wo versucht wird, die Athleten und jeweiligen Heimtrainer näher kennenzulernen, wobei ich viele ja schon vorher kannte. An den Wochenenden versuche ich dann auch, mit den Athleten zu trainieren, damit die sich mit gleichstarken messen können, aber es werden auch verschiedene Tests gemacht. Beim vorletzten Mal haben wir zum Beispiel einen Laktat-Test über 2 x 4 x 450 m im Ni-Tempo gemacht, um den Athleten und Heimtrainern auch eine Hilfestellung zu geben. Außerdem beinhaltet es natürlich auch, dass ich vor internationalen Wettkämpfen die Athleten zur Nominierung vorschlagen darf und sie vor Ort dann auch betreue.

Vom TSV Friedberg-Fauerbach ist mit Niklas Zender ein talentierter Nachwuchssportler in Ihrem Kader. Wie viele Athleten betreuen Sie denn ab sofort?

Weber: Außer Niklas sind es noch weitere acht männliche Athleten, die ich im C-Kader betreue. Dazu kommen noch vier Athleten aus dem C/D-Kader, das heißt U18-Athleten. Die werden auch zu den Kaderveranstaltungen eingeladen, obwohl in den meisten Fällen die Landesverbände für diese Kaderathleten zuständig sind. Nächstes Jahr gibt es aber auch wieder eine U18-WM, deshalb sollen die Jüngeren natürlich auch auf die inter-



nationalen Wettkämpfe vorbereitet werden.

Welche Ziele haben Sie sich denn als U20-Bundestrainer gesetzt?

Weber: Ich möchte natürlich, dass die Jungs so gut vorbereitet sind, dass sie gute Leistungen bringen während der Saison und vor allem beim Saisonhöhepunkt, also EM oder WM, und gut für Deutschland abschneiden.

Was waren denn Ihre ersten Amtshandlungen als Bundestrainer?

Weber: Am zweiten Novemberwochenende haben wir den Kader in Dortmund erstmal begrüßt. Außerdem war Physiotherapeutin Steffi Nasz dabei, die alle durchgecheckt hat, weil die meisten das in ihren Vereinen ja nicht machen können. Am Samstag haben wir ein lockeres Training absolviert und am Sonntag dann den Laktat-Test.

TSV auf Bildersuche!

Wir suchen für unser Jubiläum "125-Jahre TSV" Fotografien der letzten 25 Jahren die den TSV oder das Vereinsleben zeigen.

Selbstverständlich erhalten Sie die Bilder auch wieder zurück.

Organigramm des TSV Friedberg – Fauerbach

Geschäftsführender Vorstand



Vorstandssprecher
Ortwin Faatz



Sportwart
Volker Weber



Kassenwart
Ernst Witzani



Jugendwart
Harald Class



Schriftführer
Horst Hora



Bauwart
Hans Moder

Mitarbeiter der Servicestelle



Büro
Stefanie Kleinpass



Reinigung
Patrizia Andratzek



**Freiwilliges
Soziales Jahr**
Timo Slota

Weitere Vorstandsmitglieder



Beisitzerin
Bianca Hoffmann



Beisitzer
Günther Waldner



**Kampfrichterwartin
Beisitzerin**
Hedi Ditthardt



Beisitzer
Andreas Kugland



Beisitzer
Reinhard Ender



Beisitzer
Rolf Fritze



Beisitzer
Werner Roßgardt



Beisitzer
Christian Böhm

Trainer Spitzensport und Leichtathletik



**Gruppe: Aktive /
Jugendliche**
Volker Weber
Bundestrainer



**Gruppe: Aktive /
Jugendliche**
Sieglinde Weber

Trainer Leistungssport und Leichtathletik



**Gruppe: Jugendliche /
Schüler**
Fred Kullack



**Gruppe: Aktive /
Jugend
(Stabhochsprung)**
Harald Class



Talentfördergruppe
Michael Weber



Gruppe Jugendliche / Schüler
Klaus Langer



Gruppe Jugendliche / Schüler
Karen Ilge



Talentaufbaugruppe
Dana Prada



Gruppe Schüler
Susanne Schmidt



Talentaufbaugruppe
Patrik Schössow



Gruppe Schüler
Richard Loos und
Heike Dotzert



Gruppe: Aktive / Jugend
Holger Beims



Gruppe Schüler
Sandra Schad



Gruppe: Aktive / Jugend (Langsteckler)
Philipp Ratz



Vereinsarzt und Koronarsport
Dr. med.
Wolfgang Pilz

Trainer Breitensport und Gesundheitssport



Leichtathletik / Schüler
Kurse „Rücken Fit“
& „Body Fit“
Stefanie Kleinpass



Allgemeine Fitness
Kurse „Schwer Fit“
Bianca Hoffmann



Kinderturnen
Heike Hora-Radtke



Kinderturnen
Marion Michel



Kinderturnen
Steffi Blecher



Kinderturnen
Lisa Kahlert



Leichtathletik / Schüler
Talentfördergruppe
Kinderturnen
Timo Slota



Mutter - Kindturnen
Talentfördergruppe
Petra Brzezniak



Mutter-Kindturnen
Stefan Köhler



Wirbelsäulengymnastik
Osteoporosegymnastik
Nordic Walking
Anette Kirsch-Altena



Kurse „Pilates Good Vibrations“
Petra Weitzel



Frauengymnastik / Tanzen
Marlies Krell-Moder



Gymnastik für Seniorinnen
Hannelore Leberle



Sport für Seniorinnen / Bosseln / Schwimmen
Karin Loos



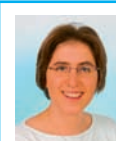
Sport für Senioren / Bosseln / Schwimmen
Helmut Loos



Sport für Senioren
Bernhard Hiller



Koronarsport
Larissa Krum



Kurs „Endlich Entspannen“
Renate Korte



Koronarsport
Matthias Strassner



Leichtathletik / Seniorinnen
Rolf Fritze



Begnadete Körper
Volker Weber

Body-Fit



Mit einem abwechslungsreichen Fitness-Programm werden Ausdauer und Muskelaufbau gleichermaßen trainiert. Zu fetziger Musik kommen auch verschiedene Kleingeräte oder der Stepper zum Einsatz.

Ein Kurs, der Spaß und rundum fit macht!

Kursleiterin: Stefanie Kleinpaß
Dienstag 9.30 - 10.30 Uhr

Rücken-Fit



Der Kurs richtet sich an alle Männer und Frauen, die ihren Rücken stärken und die Beweglichkeit ihrer Wirbelsäule erhalten wollen. Gezielte Kräftigungs- und Dehnübungen helfen, den Rücken „alltagsfit“ zu machen und Fehlbelastungen auszugleichen. Mit diesem Kurs bewahren Sie Haltung!

Kursleiterin: Stefanie Kleinpaß
Donnerstag 20.30 - 21.30 Uhr

Schwer-Fit



Ein Kurs für alle, die sich von ein paar Pfunden zuviel nicht den Spaß am Sport nehmen lassen wollen!

Zu flotter Musik werden vor allem Ausdauer und Beweglichkeit trainiert. Dabei kommen auch Kleingeräte zum Einsatz (Hanteln, Thera-Bänder, Redondo-Bälle etc.).

Pfundig fit werden mit Bewegung, Sport und Spaß!

Kursleiterin: Bianca Hofmann
Dienstag 9.30 - 10.30 Uhr
Donnerstag 20.30 - 21.30 Uhr

Alle drei o. g. Kurse tragen das Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ des DTB und Werden von den Krankenkassen anerkannt.

Pilates

Pilates ist ein sanftes aber effektives Ganzkörpertraining für Körper und Seele.

Unter stetiger Beachtung der Atemtechnik wird vor allem die Tiefenmuskulatur trainiert und die intermuskuläre Koordination optimiert. Auf diese Weise verbessert das Pilates-Training den Gleichgewichtssinn und die individuelle Körperwahrnehmung erheblich.

Pilates – das sanfte Powertraining!

Kursleiterin: Petra Weitzel
Mittwoch 17.00 - 18.00 Uhr

Wirbelsäulen- und Osteoporosegymnastik

Mit gezieltem Training wird der Rücken gekräftigt und die Beweglichkeit der Wirbelsäule gefördert. Kombiniert mit Koordinations- und Gleichgewichtsübungen wird das Körpergefühl insgesamt verbessert. Der Kurs richtet sich auch an Frauen und Männer, die aktiv der Osteoporose vorbeugen oder bestehenden Beschwerden entgegenwirken möchten (Sturzprophylaxe). Gesundheitstraining mit Spaß an der Bewegung!

Kursleiterin: Anette Kirsch-Altena
Dienstag 8.30 - 9.30 Uhr

Nordic Walking

Nordic Walking ist das ideale Fitnessstraining für den ganzen Körper – das ganze Jahr über draußen unterwegs!

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger/innen und alle diejenigen, die ihre Technik verbessern und/oder auffrischen möchten.

Nordic Walking – für alle, die in Bewegung bleiben wollen!

Kursleiterin: Anette Kirsch-Altena
Donnerstags 9.00 - 10.00 Uhr

Koronarsport

Im Koronarsport trainieren Herz-Kreislauf-Patienten, die unter ärztlicher Aufsicht und fachkundiger Anleitung den Weg zurück zum Sport suchen und Spaß an der Bewegung in der Gemeinschaft haben!

Kursleitung: Larissa Krum,
Dr. med. Wolfgang Pilz,
Matthias Strassener
Donnerstag 19.00 - 20.30 Uhr

Endlich Entspannt!

Stress? Nervosität? Konzentrationsmangel? Erschöpfung? Schlaflosigkeit?

In diesem Kurs können Sie Ihre Ressourcen wieder aufladen! Entspannungstechniken aus dem Autogenen Training und der Progressiven Muskelentspannung lassen sich jederzeit in Ihren Alltag integrieren.

Diesen Kurs sollten Sie sich gönnen!!

Kursleiterin: Renate Korte
Kursbeginn: Dienstag, 3.2.2009
20.30 Uhr – 21.30 Uhr
Kosten für 12 Stunden:
20,- € (Mitglieder) / 50,- € (Gast)

Good Vibrations!

Starten Sie durch in 2009!!!

„Good-Vibrations“ ist ein feuriges Herz-Kreislauf-Training zur Musik der 70er und 80er.

Bei diesem Workout steht der Spaß an erster Stelle und topfit werden sie ganz nebenbei...

Neben Muskelkraft und Ausdauer verbessern sie auch ihre Beweglichkeit und ihr allgemeines Wohlbefinden!

Kursleiterin: Petra Weitzel
20.30 Uhr – 21.30 Uhr
Kosten für 12 Stunden:
20,- € (Mitglieder) / 50,- € (Gast)

>> Platzierungen 2008

Olympische Spiele

5. Männer 4x100m 38,58s Helmke, Till

Weltmeisterschaft

3. Junioren 4x400m 3:06,47 min Zender, Niklas

5. Junioren 400m 46,78 sec Zender, Niklas

7. Männer Weitsprung 6,70m Florian Schlosser

8. Männer 4x100m 44,30 sec Florian Schlosser

Teilnahme 400m Hürden Klopsch, Christiane

Europameisterschaft

8. Männer 60m Halle 7,40s Schlosser, Florian

Europacup

Teilnahme 4x100 m Helmke, Till

Länderkampf Deutschland-Polen

1. U23 4x100 m 39,97 s Müller, Nils

1. U23 4x400m 3:10,00 min Schäfer, Sebastian

1. U23 4x400m 3:44,44 min Ullmann, Wiebke

3. U23 200m 21,24 s Müller, Nils

Hallenländerkampf Deutschland, Italien, Frankreich

1. U20 400m Halle 47,86 s Zender, Niklas

Deutsche Meisterschaft

1. Männer 400m Hürden 50,81 s Hense, Lars Birger

1. Junioren 4x100m 40,36 s Waschbüsch, Zender,
Müller, Schäfer

1. Junioren 4x400m 3:11,39 min Klein, Schäfer,
Müller, Zender

1. MJA 400m Halle 47,80s Zender, Niklas

1. M40 400m Halle 51,73 s Lachmann, Bernd

1. M40 400m 52,07s Lachmann, Bernd

1. M40 Stab 3,80m Class, Harald

2. Männer 4x200m Halle 1:25,78 min Helmke, Müller,
Schwalm, Weber

2. Männer 4x400m Halle 3:12,82 min Zender, Hense,
Schwalm, Schäfer

2. Männer 4x400m 3:11,82 min Klein, Schwalm,
Schäfer, Weber

2. Junioren 200m 21,11 s Müller, Nils

2. MJA 200m 21,70s Zender, Niklas

2. M20 Marathon/Mannschaft Diehl, Heil, Ratz

2. M35 Stab Halle 3,90 m Diegel-Thomas, Andreas

2. M40 200m 23,44 s Lachmann, Bernd

2. M40 4x100m 46,59s Class, Waschbüsch,
Speidel, Lachmann

3. Männer 4x100m 39,79 s Weber, Helmke,
Müller, Schäfer

3. Junioren 400m 47,10 s Schäfer, Sebastian

3. M35 Stab 3,80 m Diegel-Thomas, Andreas

3. M40 4x200m Halle 1:37,56 min Beims, Speidel,
Waschbüsch, Lachmann

3. Frauen 400m Halle 54,03 s Ullmann, Wiebke

4. Männer 200m 20,87 s Helmke, Till

4. M40 100m 12,27 s Speidel, Jürgen

4. M65 Stab 2,80 m Rissling, Franz

5. M40 Stab Halle 3,60 m Class, Harald

5. M50 200m 25,57 s Waschbüsch, Werner

6. Männer 200m Halle 21,91s Müller, Nils

6. Frauen 4x400m 3:48,66 min Assmann, Ullmann,
Schmid, Trompetter

6. Juniorinnen 400m 54,94 s Ullmann, Wiebke

6. M40 200m Halle 24,62 s Beims, Holger

6. M50 200m Halle 26,09 s Waschbüsch, Werner

7. Männer Marathon 2:26:45 Std Ratz, Philipp

8. Männer 200m 21,34 s Müller, Nils

8. Juniorinnen 800m 2:19,05 min Assmann, Andrea

8. M50 60m Halle 7,99 s Waschbüsch, Werner

Internationale Deutsche Hochschulmeisterschaften

2. Männer 200m Halle 22,09 s Hense, Lars Birger

3. Männer 200m 22,05 s Weber, Michael

3. Frauen 800m 2:16,55 min Assmann, Andrea

4. Männer 400m Halle 49,34 s Schäfer, Sebastian

4. Männer 100m 10,97 s Weber, Michael

4. Frauen 60m Hürden Halle 8,81 s Prada, Dana

5. Männer 60m Halle 7,18 s Weber, Michael

Süddeutsche Meisterschaften

1. Männer 4x200m Halle 1:25,95 min Müller, Schwalm,
Hense, Weber

1. Männer 4x400m Halle 3:14,71 min Schäfer, Schwalm,
Zender, Hense

1. Männer 4x100m 40,88 s Weber, Hense,
Müller, Schäfer

1. Männer 4x400m 3:11,85 min Weber, Hense,
Schäfer, Zender

1. Männer 5-Kampf Mannsch 5789P. Lachmann, Class, Loos

1. Junioren 200m 21,74s Schäfer, Sebastian

1. Junioren 4x100m 41,24s Klein, Zender,
Müller, Schäfer

1. Junioren 4x400m 3:15,72min Zender, Schäfer,
Haust, Klein

1. MJB 4x100m 44,21 s Dautfest, Langer,
Haffer, Hoffmann

1. WJB 4x100m 49,10 s München, Kratzsch,
Könemann, Haffer

1. WJB Weitsprung 5,77 m Kratzsch, Gesa Katharina

2. Männer 400m 47,99 s Schäfer, Sebastian

2. Männer 800m 1:49,71 min Zender, Niklas

2. Frauen 400m Hürden 59,09 s Ullmann, Wiebke

Süddeutsche Meisterschaften

2.	MJB	4x200m Halle	1:32,69 min	Agostini, Haffer, Langer, Hoffmann
2.	Junioren	100m	10,81s	Müller, Nils
2.	Junioren	400m	49,06s	Klein, Christian
2.	Junioren	400m Hürden	58,57	Ullmann, Wiebke
3.	Männer	4x100m	42,59s	Schmidt, Waschbüsch, Haust, Zender
3.	Männer	200m Halle	21,53 s	Müller, Nils
3.	M40	5-Kampf	2409	Lachmann, Bernd
3.	Frauen	200m	25,36 s	Ullmann, Wiebke
3.	Junioren	400m	56,25s	Assmann, Andrea
3.	Junioren	200m	25,01s	Ullmann, Wiebke
3.	Junioren	4x100m	49,51s	Häusler, Trompetter, Ullmann, Sänger
3.	MJB	60m Halle	7,13 s	Agostini, Luca
4.	M45	5-Kampf	1745	Loos, Richard
4.	MJB	200m Halle	23,49 s	Agostini, Luca
5.	Frauen	200m Halle	25,37 s	Klopsch, Christiane
5.	MJB	60m Halle	7,23 s	Haffer, Henryk
5.	WJB	100m	12,68 s	Könemann, Ann-Sophie
6.	MJB	60m Halle	7,27 s	Hergl, Kevin
6.	WJB	60m Halle	8,01 s	Könemann, Ann-Sophie
7.	Frauen	400m Halle	57,77 s	Assmann, Andrea
7.	MJB	100m	11,54 s	Haffer, Henryk
7.	WJB	200m	26,51 s	Könemann, Ann-Sophie
8.	M40	5-Kampf	1635	Class, Harald

Hessische Meisterschaften

1.	Männer	60m Halle	6,88 s	Helmke, Till
1.	Männer	100m	10,41s	Helmke, Till
1.	Männer	200m	20,78s	Helmke, Till
1.	Männer	4x1-Runde Halle	1:22,11 min	Müller, Schwalm, Hense, Weber
1.	Männer	4x100m	40,55s	Weber, Schwalm, Müller, Schäfer
1.	Männer	4x400m	03:14 min	Schwalm, Klein, Weber, Schäfer
1.	Männer	Marathon	2:26:56	Heil, Benedikt
1.	M30/M35	7700m	25:39 min	Ratz, Philipp
1.	M30	10Km	32:06 min	Ratz, Philipp
1.	M35	Stab	3,70 m	Diegel-Thomas, Andreas
1.	M40	200m Halle	23,83 s	Lachmann, Bernd
1.	M40	400m Halle	52,25 s	Lachmann, Bernd
1.	M40	4x200m Halle	1:45,28 min	Class, Klopsch, Beims, Lachmann
1.	M40	Stab	3,90 m	Class, Harald
1.	M65	Stab	3,00 m	Rissling, Franz
1.	W40	Halbmarathon	01:25,1	Meuser, Andrea
1.	Frauen	400m	54,76 s	Ullmann, Wiebke
1.	Frauen	400m Halle	56,51 s	Ullmann, Wiebke
1.	Frauen	4x1-Runde Halle	1:38,84 min	Ullmann, Assmann, Prada, Trompetter
1.	Frauen	4x100m	49,00 s	Häusler, Prada, Ullmann, Trompetter
1.	Frauen	4X400m	03:52,6	Schmid, Assmann, Trompetter, Klopsch
1.	W45	60m Halle	8,66 s	Stopka, Jutta

1.	MJA	200m	21,45s	Zender, Niklas
1.	MJA	400m Halle	51,83 s	Haust, Sören
1.	MJA	400m Hürden	56,55s	Haust, Sören
1.	MJA	800m Halle	1:52,92 min	Zender, Niklas
1.	MJA	Weit	6,74m	Schlosser, Florian
1.	MJA	4X400m	3,21,59 mn	Langer, Haust, Waschbüsch, Zender
1.	WJA	100m Hürden	15,00 s	Kratzsch, Gesa
1.	WJA	400m Halle	57,03 s	Klopsch, Christiane
1.	MJB	60m Halle	7,22 s	Agostini, Luca
1.	MJB	100m	11,29s	Haffer, Henryk
1.	MJB	200m Halle	23,42 s	Agostini, Luca
1.	MJB	4x1-Runde Halle	1:28,44 min	Agostini, Haffer, Langer, Hoffmann
1.	WJB	Weit	5,77 m	Kratzsch, Gesa
2.	Männer	60m Halle	6,88 s	Müller, Nils
2.	Männer	100m	10,57 s	Müller, Nils
2.	Männer	400m	48,72s	Schwalm, Florian
2.	Männer	5000m	15:55,51 min	Ratz, Philipp
2.	M35	10Km	32:42 min	Diehl, Marco
2.	M35	200m Halle	26,03 s	Dillemuth, Bernd
2.	M40	60m Halle	7,66 s	Lachmann, Bernd
2.	M50	200m	26,16 s	Waschbüsch, Werner
2.	MJA	100m	10,84s	Zender, Niklas
2.	MJA	4x100m	42,64s	Schmidt, Schmiedeknecht, Haust, Zender
2.	WJA	4x200m Halle	1:45,23 min	Klopsch, C., Könemann, Klopsch, S., Kratzsch
2.	WJB	4x100m	48,84 s	Könemann, Kratzsch, Klopsch S., Haffer
3.	Männer	400m	49,21s	Klein, Christian
3.	Männer	5000m	16:17,24min	Heil, Benedikt
3.	Männer	4x100m	42,74s	Schmidt, Waschbüsch, Haust, Zender
3.	M40	10Km	33:30 min	Rolle, Jochen
3.	M40	200m Halle	24,92 s	Beims, Holger
3.	M40	Weitsprung Halle	5,07 m	Class, Harald
3.	M45	200m Halle	26,84 s	Klopsch, Rupert
3.	M50	200m	26,99 s	Loos, Richard
3.	M50	60m Halle	7,90 s	Waschbüsch, Werner
3.	M50	200m Halle	27,11 s	Loos, Richard
3.	M60	200m Halle	28,97 s	Meier, Wolf-Dietrich
3.	Frauen	60m Hürden Halle	8,86 s	Prada, Dana
3.	MJA	4x200m Halle	1:35,94 min	Haust, Langer, Ratka, Dautfest
3.	MJA	Hochsprung	1,84m	Belz, Artur
3.	WJA	Weitsprung Halle	5,51m	Kratzsch, Gesa
3.	WJA	4x200m Halle	1:50,40 min	München, Klopsch M., Leuschner, Rothenbücher
3.	MJB	200m Halle	23,76 s	Haffer, Henryk
3.	MJB	4x100m	44,62s	Dautfest, Langer, Haffer, Hoffmann
3.	WJB	4x1-Runde Halle	1:41,16 min	Könemann, Kratzsch, Klopsch M., Klopsch S.
3.	WJB	Weitsprung Halle	5,55 m	Kratzsch, Gesa
3.	W15	4x100m	52,34s	Riman, Haase, Jost, Andratzek

3.	M14	Weit	5,33m	Ditthardt, Michael
3.	W14	60m Halle	8,32 s	Haase, Luisa
4.	Männer	60m Halle	7,06 s	Schwalm, Florian
4.	Männer	200m Halle	22,98 s	Weber, Michael
4.	Männer	Weitsprung Halle	6,80 m	Schlosser, Florian
4.	Männer	Marathon	2:31:13	Marco Diehl
4.	M45	200m	26,68 s	Klopsch, Rupert
4.	Frauen	800m	2:17,28 min	Assmann, Andrea
4.	MJA	100m	10,93s	Waschbüsch, Julian
4.	MJA	Weitsprung Halle	6,84m	Schlosser, Florian
4.	MJB	60m Halle	7,30 s	Haffer, Henryk
4.	MJB	400m Halle	53,60 s	Langer, Sven
4.	M14	Mehrkampf	3719 P	Ditthardt, Michael
4.	M14	Achtkapf	3719 P.	Ditthardt, Michael
4.	M13	Block	2452 P.	Haase, Luisa
5.	Männer	100m	10,90 s	Weber, Michael
5.	Männer	200m	21,64s	Zender, Niklas
5.	M40	Hochsprung	1,45 m	Class, Harald
5.	WJA	200m	26,36 s	Könemann, Ann-Sophie
5.	MJB	200m	23,31s	Haffer, Henryk
5.	WJB	100m	12,64 s	Könemann, Ann-Sophie
5.	WJB	400m Halle	1:06,33 min	Klopsch, Stefanie
5.	WJB	200m Halle	26,72 s	Könemann, Ann-Sophie
6.	Männer	100m	10,93 s	Schäfer, Sebastian
6.	Männer	400m Halle	52,69 s	Haust, Sören
6.	M40	60m Halle	8,10 s	Class, Harald
6.	Frauen	Stab	2,70m	Stowasser, Jasmin
6.	MJA	200m	22,66s	Waschbüsch, Julian
6.	WJA	60m Halle	8,05 s	Könemann, Ann-Sophie
6.	MJB	200m	24,10s	Langer, Sven
6.	WJB	200m	26,52 s	Haffer, Theresa
6.	M14	Stab	2,70m	Ditthardt, Michael
6.	M14	60m Hürden Halle	10,08 s	Ditthardt, Michael
6.	M14	Block	2444 P.	Ditthardt, Michael
7.	Männer	Stab Halle	3,80 m	Diegel-Thomas, Andreas
7.	Männer	400m Hürden	57,05 min	Haust, Sören
7.	Männer	Stab	3,80m	Class, Harald
7.	Männer	Weit	6,52m	Schlosser, Florian
7.	MJA	400m Halle	53,03 s	Langer, Sven
7.	WJA	Weitsprung Halle	5,12m	München, Shary
8.	MJB	400m Halle	54,86 s	Hoffmann, Eduard
8.	W14	Weit	4,76m	Haase, Luisa

Regionalmeisterschaften

10x	1. Platz
9x	2. Platz
4x	3. Platz
4x	4. Platz
1x	6. Platz

Kreismeisterschaften

119x	1. Platz
64x	2. Platz
46x	3. Platz



Internationales Deutsches
Turnfest 2009 卍
Frankfurt am Main
30. Mai bis 5. Juni

2009: TSV Friedberg-Fauerbach erwartet 300 Gäste für 7 Tage

Mit Hilfe aller Mitglieder wollen wir den Gästen einen unvergesslichen Eindruck von Friedberg vermitteln.

In Frankfurt am Main findet vom 30. Mai bis 5. Juni 2009 das Internationale Deutsche Turnfest statt. Für die etwa 75.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden zur Übernachtung und zum Aufenthalt Gemeinschaftsunterkünfte in 300 Schulen in Frankfurt am Main und der Region angeboten. Für Friedberg sind es 2 Schulen mit 600 Übernachtungsplätzen. 300 Gäste will der TSV betreuen.

Die Teilnehmer (Kinder / Jugendliche / Erwachsene) müssen während des Turnfestes in den Schulen betreut und beaufsichtigt werden, am Tag und in der Nacht. Mitglieder des TSV sind hiermit aufgerufen, sich als Helfer zur Verfügung zu stellen: Nur gemeinsam können wir diese Aufgabe bewältigen! Alle, die einen Teil Ihrer Freizeit zur Verfügung stellen wollen, können dies stundenweise (4, 6 oder 7) an einem oder mehreren Tagen (1–7) tun. Die Arbeiten sind körperlich nicht anstrengend: z.B. die Festkarten der Gäste sind zu kontrollieren, damit die sichere Unterbringung der Gäste in den beiden Schulen gewährleistet wird, und das fertig angelieferte Frühstück muss morgens ausgegeben werden.

Wer helfen will, kann sich über die weiteren Einzelheiten bei unserer Servicestelle Tel. 06031 - 62300 informieren.

Auch Nichtmitglieder des TSV sind als Helfer willkommen.

Alle Helfer werden an den Deutschen Turnerbund gemeldet werden. Sie erhalten einen Ausweis und sind berechtigt zum Besuch aller nichtkartenpflichtigen Veranstaltungen des Turnfestes, zum Zutritt auf das Messegelände und zur Generalprobe der Stadiongala am 04.06.2009 in der Commerzbank Arena.

Wir handeln mit Verantwortung!

Umweltschutz ist ein permanenter Prozess.
Davon sind wir überzeugt und tragen dauerhaft unsere Verantwortung.

NEU

Jetzt nur bei uns:
Einmalig in Deutschland!

Print 2 kompensiert
Ident-Nr. 090475

Kompensation von CO₂ Emissionen
bei all unseren Druckerzeugnissen.



CtP
Durch die filmlose Druckplatten-
herstellung benötigen wir keinen
Tropfen Wasser oder Chemie.

Wetterauer
Druckerei

Was ist Umweltbewußtsein?

Offsetdruck FSC

Wir verbinden Qualität und Umweltschutz
mit FSC-zertifizierten Papieren aus nach-
haltiger Forstwirtschaft.



**Digital- und
Großformatdruck**

Kleinstauflagen ab 1 Stück bis zur
Übergröße DIN A0.
Nur soviel wie Sie auch benötigen.

Wetterauer Druckerei