

Frohe Weihnachten

Der Vorstand des TSV wünscht allen Mitgliedern, Angehörigen und Freunden frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr.



Den Übungsleitern und Vorstandsmitgliedern danke ich für ihr Engagement im Jahr 2019. Zum Jahresende wollte ich auf den Defibrillator an der Turnhalle hinweisen. Dieser befindet sich an der Parkplatzseite der Turnhalle und ist jederzeit erreichbar. Der TSV hat in diesem Jahr 250 € für einen neuen Akku investiert, um allen Sportlern und Bürgern für die nächsten Jahre einen funktionsfähigen Defibrillator zur Verfügung zu stellen.

Wie immer rufe ich alle Mitglieder und Bürger von Oberrieden auf, das Angebot des TSV wahrzunehmen und die Veranstaltungen der Vereine zu unterstützen. Der Verein lebt vom Mitmachen und neuen Ideen.

Dirk Bindbeutel, 1. Vorsitzender

Liebe Vereinsmitglieder, in diesem Halbjahr lag mein Augenmerk bei der Wirbelsäulengymnastik auf Balance- und Krafttraining.

Nicht nur in jungen Jahren kann man für seine Gesundheit vorsorgen, auch im Alter ist es möglich, durch gezielte Trainingsprogramme die Mobilität zu bewahren. Ab dem 50. Lebensjahr lassen Balance, Muskelkraft, Ausdauer und Beweglichkeit nach. Daher steigt mit zunehmendem Alter auch die Gefahr, sich bei einem Sturz ernsthaft zu verletzen.

Im Alltag gibt es viele Tätigkeiten, bei denen man nicht einmal bemerkt, dass Sie etwas für unsere Gesundheit und Fitness tun. Zum Beispiel bei der Hausarbeit, beim Fußweg zum Einkaufsladen, wenn man mit den Enkeln spielt, spazieren geht, im Garten arbeitet oder tanzt. Jede Art von Aktivität und Bewegung ist sinnvoll, auch wenn es sich dabei nicht um ein spezielles Training handelt.



Sturzprävention durch Balance und Kraft

Neben der Bewegung im Alltag kann ein gezieltes Training von Balance, Kraft und Ausdauer die Mobilität unterstützen und fördern und die Muskulatur gestärkt werden. Übungen, die die Gesundheit, Mobilität und das körperliche Wohlbefinden positiv beeinflussen. Dadurch werden viele tägliche Verrichtungen erleichtert und gleichzeitig die Gefahr von Sturzverletzungen gemindert. Denn verbesserte Kraft und Balance ermöglichen ein sicheres Stehen und Gehen. Dadurch kann die Selbstständigkeit und Lebensqualität in jedem Lebensalter erhalten bleiben oder wird sogar verbessert. Den meisten Menschen fällt dieses Training viel leichter, als sie ursprünglich gedacht haben – und Spaß macht es auch! Immer wieder ist man überrascht, wie schnell man Fortschritte macht und wie viel man erreichen kann.

In diesem Sinne freue ich mich jeden Mittwoch erneut auf Euer Kommen und wünsche Euch ALLEN eine besinnliche Advents- und Weihnachtszeit sowie einen guten Rutsch in das Neue Jahr 2020.

Herzlichst Eure Übungsleiterin Andrea Germerott



Wandern und Radeln

TSV Wandergruppe

Im August haben 16 Wanderfreunde den Premiumwanderweg Wacholderpfad von Dohrenbach nach Roßbach erwandert. Unterwegs gab es interessante Ausblicke und viel Neues zu entdecken. Hungrig kehrten wir in dem Gasthaus „Zur Linde“ in Roßbach ein und stellten fest, hier wird gut gekocht und alle wurden satt. Auf dem Rückweg kühlten wir unsere Füße in den Wassertretstellen von Roßbach und Dohrenbach. Es war eine gelungene Wanderung, bei der alle ihren Spaß hatten.



Mit 16 Mitgliedern nahmen wir an der **Gauherbstwanderung in Herleshausen** teil. Wieder einmal konnten wir feststellen, dass es sich lohnt, an den Gauwanderungen teilzunehmen. Interessante Strecken und motivierte Organisatoren machen die Wanderungen in guter Gesellschaft zum Erlebnis. Die Wanderung führte direkt an der Grenze zu Thüringen entlang, mit schönen Ausblicken in Richtung Rhön, Thüringer Wald und Werratal.

Wer gerne mitwandern möchte, meldet sich bei mir (dirkbindbeutel@t-online.de oder 016095680748) und wird in die „WhatsApp“-Gruppe aufgenommen. Außerdem werden die Termine ausgehangen und per Email bekanntgegeben.

Traditionelles Angebot vor Silvester:

Winterwanderung des TSV

Am 27. Dezember ist um 10.00 Uhr Start in der Linde.

Für das leibliche Wohl wird gesorgt.

Radtour 2019



12 Radfahrer nahmen an der diesjährigen Radtour des TSV Anfang August teil. Die Strecke führte dieses Jahr in Richtung Süden. In Sooden haben wir uns mit einem Eis erfrischt, um die Werraschleife von Kleinvach bis Allendorf, mit einer kurzen Pause in Kleinvach, durchzufahren. In „der alten Schinn“ sind wir schön am Werraufer eingekehrt und haben uns von den asiatischen Bedienungen gut bewirten lassen. Allen hat es Spaß gemacht und wir werden im nächsten Sommer wieder eine Radtour unternehmen.

Dirk Bindbeutel

Rückblick auf die Vorrunde 2019/2020:

Die 1. Herrenmannschaft belegt nach Ende der Halbserie nach einem durchwachsenen Start mit 5 Siegen und 4 Niederlagen den 4. Tabellenplatz. Trotzdem, dass wir nur 2x mit voller Truppe spielen konnten, ist das ein achtbares Ergebnis. Dies war nur möglich, weil wir jederzeit auf unsere Ersatzleute aus der 2. und 3. Mannschaft zurückgreifen konnten. Vielen Dank dafür.

Die 2. Mannschaft belegt in der 1. Kreisklasse nach Abschluss der Vorrunde den 7. Tabellenplatz mit 4 Siegen und 5 Niederlagen. Die Niederlagen fielen alle sehr knapp aus.

Unsere 3. Mannschaft belegt nach einer spannenden Vorrunde den 3. Tabellenplatz mit 3 Siegen, 1 Unentschieden und 2 Niederlagen.

Vereinsmeisterschaft:

Am 01.12.2019 führten wir die TT-Vereinsmeisterschaften mit 11 Spielern/-innen durch. Doppelvereinsmeister wurden Benny Lückert und Gerd Burhenne. Die Vorrunde in der Einzelkonkurrenz, die wir in zwei Gruppen losten, überstanden Bernd Hildebrandt, Tim Bretthauer, Annika Oesterheld und Joachim Tripp. In den Halbfinalspielen setzten sich Tim und Annika durch. Neuer Vereinsmeister wurde Tim Bretthauer.

Tischtennis on Tour im Zeichen von PS:

Unsere diesjährige TT-on-Tour-Fahrt führte in die Autostadt Wolfsburg. Nach dem Einchecken im Hotel Global Inn wurde es sportlich. Wir besuchten ein Bowlingcenter und konnten uns für zwei Stunden anstatt mit TT-Bällen mit Bowlingkugeln auseinandersetzen. Am Samstag ging es nach einem reichhaltigen Frühstück in die Autostadt. Dort nahmen wir an einer sehr interessanten Führung teil und konnten viele neue und wertvolle Autos bestaunen. Zum Abschluss sahen wir die Autostadt aus einer anderen Perspektive - bei einer Schifffahrt auf dem Mittellandkanal. An diesem Abend kehrten wir noch im Fallersleber Brauhaus ein, wo wir ein paar gesellige Stunden bei rustikalem Essen und selbst gezapftem Bier verbringen konnten.

Der Sonntag stand ganz im Zeichen von alten Autos und Motorrädern. Von Wolfsburg ging es nach Einbeck, wo wir den PS Speicher besucht haben. Wieder bei einer sehr interessanten Führung erlebten wir einen sehr spannenden Nachmittag. Zum Abschluss waren wir beim Griechen in Witzenhausen.

Ankündigung:

12.01.2020 Hermann-Bartos-Pokalturnier



Der Nachwuchs der Abteilung TT

Seit nun fast einem Jahr findet jeden Freitag von 17:30 bis 19:00 Uhr das Training für den Nachwuchs unter der Leitung von Annika Oesterheld statt. Vier motivierte Kinder oder Jugendliche nehmen regelmäßig teil. Nachdem wir uns spielerisch aufgewärmt haben stehen verschiedene gezielte Übungsformen auf dem Programm, bevor wir das Training meist mit einem gemeinsamen Rundlaufspiel abschließen.

Am 26.10.19 fand das erste Anfängerturnier in Eschwege statt. An dem Turnier nahmen Maximilian Hofmann, Jonas Imke und Luca Lückert teil. Dabei konnten sie sich mit vielen Spielern anderer Teams messen. Einige Spiele konnten gewonnen werden und alle drei Teilnehmer haben tolle Ballwechsel gezeigt. Die Motivation, sich zu verbessern und beim nächsten Mal noch mehr Spiele zu gewinnen, kann durch die Teilnahme an solchen Turnieren noch mehr gesteigert werden. Beim nächsten Turnier am 16.10.19 waren alle aktiven Nachwuchsspieler (im Bild: M. Hofmann, L. Lückert, H. Becker, J. Imke,) dabei. Alle Spieler haben sowohl gewonnen als auch verloren und haben auch an diesem Tag viele Erfahrungen gesammelt. Es hat allen Aktiven viel Spaß gemacht und die Vorfreude auf das nächste Turnier ist groß.

Es macht viel Freude zu sehen, dass der Nachwuchs Spaß am Tischtennispielen hat.

Wer Lust hat, am Training teilzunehmen, ist jeden Freitag um 17:30 Uhr herzlich willkommen!

Ich wünsche Euch, Euren Familien und allen Lesern eine schöne, besinnliche und friedliche Weihnachtszeit sowie einen guten Rutsch in das Jahr 2020.

Mit sportlichem Gruß

Joachim Tripp, Spartenleiter



Aktivitäten im TSV

Einladung zur gemeinsamen Jahreshauptversammlung aller Abteilungen des TSV 1923 Oberrieden e.V.

am Samstag, dem 1. Februar 2020 um 19:30 Uhr
im Dorfgemeinschaftshaus

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Eröffnung
2. Gedenken an die verstorbenen Mitglieder
3. Verlesen der Niederschrift der Jahreshauptversammlung 2019
4. Berichte:
 - Vorsitzender
 - Spartenleiter/Innen
 - Kassenwart Haushaltsjahr 2019
5. Bericht der Kassenprüfer und Entlastung des Vorstandes
6. Beratung, Beschluss Haushalt 2020
7. Wahl der Kassenprüfer für das Geschäftsjahr 2020
8. Ehrungen
9. Veranstaltungen 2020
10. Verschiedenes

Anträge zum Punkt „Verschiedenes“ sind bis zum 25. Januar 2020
beim Vorsitzenden schriftlich einzureichen.

Dirk Bindbeutel, 1. Vorsitzender

**P.S.: Es wird ein Kostenbeitrag in Höhe von € 5,00 erhoben.
Dafür bekommt jedes Mitglied ein Essen und während
der Versammlung Freigetränke!!**

Die Theatergruppe des TSV 1923 Oberrieden e. V.

zeigt eine Komödie in drei Akten von Andreas Wening
im Dorfgemeinschaftshaus Oberrieden
vom 13. bis 16. Februar 2020.



Für Donnerstag,
den 13.02.2020,
19:00 Uhr, gibt es
noch wenige
Restkarten unter
Tel: 05542 5333.

23. 12. 2019

Z U M B A
Abschluss-
veranstaltung

+

**Neuer Kurs
ab Januar
2020**

Karneval

Für alle Beteiligten

ist eine Nachfeier

am 4. April 2020

geplant.

Marcel Bindbeutel

Layout, Satz und Druck

TSV INFORMatives Team

Kurt u. Sabrina Lachnit

Verantwortlich für den Inhalt:
Vereinsvorsitzender,
Spartenleiter/-innen
Übungsleiter/-innen