Mitteilungsheft VfL Goldstein 1953 e.V. 1/2022

Sport, Spiel, Spaß -

Wir sind Sport

Nach 2 Jahren Corona-Pause endlich wieder

Goldsteiner Festwoche

Inhaltsverzeichnis

Seite	
3-4	Vorwort
5	Einladung Kinderweihnachtsfeier
6	Einladung Weihnachtsfeier
7-8	Festwoche
9	Defibrillator Vereinsheim
10	Freizeitreff
11	Trainer/-in Turnen
12-16	Sportabzeichen
17-19	Walking
20	Turnen Purzelzwerge
21-30	Volleyball
31-34	Übungsplan
35-37	Herzsport
37	Termine
38-48	Handball
49-50	Badminton
51	Tennis
52-53	Sportakrobatik
54	Core Strength/Rückenfit
55	Krabbelgruppe
56-57	Jugendfreizeit
58	Vereinsarbeit
59	Mitgliederverwaltung
60	Traueranzeige
61	Große Geburtstage
62-63	So erreichen Sie uns

Liebe Mitglieder und Freunde des VfL,

über zwei Jahre hat uns die Pandemie im Griff. Ein Ende ist mit Blick auf den Herbst und den Prognosen der Wissenschaftler auch (noch) nicht zu erwarten. Trotzdem konnte im Laufe der vergangenen Monate der VfL zumindest zur sportlichen Normalität zurückkehren.

Die manschaftsspielenden Sportarten konnten ihre Runden, wenn auch unter zum Teil besonderen Bedingungen, durchführen. Alle Abteilungen nahmen ihre Aktivitäten auf und konnten wieder (fast) alle Angebote anbieten. Wir konnten dank unserer unheimlich engagierten Sportwartin Jasmin Gallon auch unser Kursangebot erweitern und sind unter anderem auch deshalb erster Ansprechpartner sportbegeisterter Mitbürger in Goldstein und Umgebung. Um Näheres über die einzelnen Abteilungen, Ihre Erfolge oder auch ihre Probleme zu erfahren, sollten Sie auf den folgenden Seiten die spezifischen sportlichen Berichte lesen.

Trotz der sportlichen Normalität gibt es auch nicht so erfreuliche Ereignisse seit der letzten JHV im September 2021. Leider mussten wir auf Grund der Vorgaben und Bestimmungen die geplanten Weihnachtsfeiern absagen. Auch das geplante und traditionelle Jahresabschlusstreffen mit unseren Abteilungsleitern konnte nicht stattfinden. Unser Wirt war durch die besonderen Bestimmungen für die Gastronomie zum Teil noch sehr eingeschränkt. Doch mit der weitestgehenden Aufhebung der Verordnungen konnte das Wirtshaus auch bald in 2022 wieder Normalität einkehren lassen.

Und auch der VfL nahm wieder Fahrt auf. Wie in den vergangenen Jahren hatten wir rechtzeitig mit der Planung der Festwoche begonnen, obwohl uns nicht klar war, ob wir diese durchführen können.

Da durch die Sanierung der Parkplätze die Aufstellung und Konzeption neu überdacht werden musste, ein neues Team sich um die Logistik kümmern musste, war die Vorbereitung alles andere als einfach. Erlauben Sie mir mich auf diesem Weg bei Jasmin Gallon unter anderem für die Planung der Aufstellung und Konzeption, bei Andreas Gallon für die vertraglichen Belange und die Technik und bei Silvia Münchberger und Stefanie Reuel für die Logistik recht, recht herzlich zu bedanken. Stellvertretend für alle Helfer beim Handballturnier möchte ich Erik Schweißer sowohl für die Planung, wie auch die Durchführung danken!

Dank dem Engagement der Vorgenannten konnten wir eine phantastische Festwoche durchführen. Einfach gesagt: die Festwoche war ein Hammer!!

Der Nationalitätenabend war ein voller Erfolg. Nach Zählungen der Security konnten wir annähernd 2000 Besucher an diesem Abend begrüßen. Das neue

Angebot der Sitzplätze, das einen Biergarten-Charakter erzeugte, kam hervorragend an.
Jürgen Leber hätte mit Sicherheit mehr Zuhörer verdient. Die ca. 90 Gäste waren jedoch von seinem teilweise zum Nachdenken aufforderten Humor sehr angetan.
Die Trophy wurde von einem neuen Team, das sich aus den Handballerinnen rekrutierte, durchgeführt. Leider hatten sich nur vier Mannschaften gemeldet. Aber das Team will nach letzten Meldungen weiter machen. Und auch die 80/90er Party war ein Erfolg. Es konnten deutlich mehr Besucher begrüßt werden wie bei der letzten Party (2019).
Mehr zu der Festwoche und natürlich auch Bilder finden Sie auf den nächsten Seiten.

Aber weitere Veranstaltungen sind geplant. So finden zum zweiten Mal wieder die Ferienspiele vom 29.08 bis 02.09.2022 statt.
Vom 12.08 bis zum 26.08.2022 findet die 29. Jugendfreizeit in (hoffentlich wieder) Spanien statt.
Am 30.09.22022 werden wir unsere diesjährige Jahreshauptversammlung durchführen.
Und wir planen wieder unsere Weihnachtsfeiern und hoffen, dass wir diese im gewohnten Rahmen durchführen können.

Das war es von mir in aller Kürze.

Ich möchte mich bei allen im Vorstand bedanken, bei den Abteilungsleiter:Innen, bei den Trainer:Innen die weiterhin dem VfL zur Verfügung stehen.
Natürlich ein herzliches Dankeschön an meinen Geschäftsführenden Vorstand, der durch seinen Einsatz alles wieder ermöglicht hat.
Besonders bedanke ich mich bei unserer Kassiererin, Karin Kirschnick, und bei unserer Mitgliederverwaltung, Isabel Wehner, die jeden Mittwoch in der Geschäftsstelle für jeden mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Ich freue mich schon, Sie alle gesund bei unseren kommenden Veranstaltungen begrüßen zu können.

Bis dahin

Ihne Ihrn

Rainer Schroth

Einladung zur 14. bewegten Weihnachtsfeier für alle VfL-Kinder

Wann: Samstag 17. Dezember 2022

von 0-7 Jahren

11:00 bis 12:30 Uhr

von 8-14 Jahren

13:00 bis 14:30 Uhr

Wo: Turnhalle der Carl-von-Weinberg-Schule

„Spielen, Toben und Bewegen" - viele weihnachtliche Überraschungen warten auf Euch.
Das VfL-Weihnachtsfeier-Team freut sich auf Euch!

Bitte denkt an Eure Hallenschuhe, nur damit dürft ihr in die Halle. Danke!

Einladung zur Weihnachtsfeier für alle Mitglieder und Freunde des VfL Goldstein

Wann: Freitag, 09. Dezember 2022
ab 19:00 Uhr
Wo: Bürgerhaus Goldstein (Saal)

Wir freuen uns auf einen gemütlichen Abend mit Euch und auf ein stimmungsvolles Programm.

Bitte gebt Eurer Abteilungsleitung auf jeden Fall eine Rückmeldung ob Ihr kommt. Vielen Dank!

Euer Weihnachtsfeier-Team vom VfL Goldstein

VfL Festwoche leider schon wieder rum

Es war spürbar, dass sich alle danach gesehnt haben endlich wieder zusammen zu kommen, zu feiern bei Spiel

Spaß und echt tollen Wetter. Ein besonderes Lob geht an dieser Stelle

an all die vielen fleißigen Helfer, ohne die das so nicht so abgelaufen wäre. Es war einerseits für all die Helfer eine echte Anstrengung, andererseits für alle eine tolle Festwoche. Besonders hervorheben möchte ich den Mittwoch, unserem Nationalitätenfest, wir hatten sehr viele Besucher. Die Idee kein Pfand zu nehmen hat sich auch gelohnt, es gab nicht zu lange Schlangen. Das angebotene Essen war sehr sehr lecker, leider konnte ich bei dem reichhaltigen Angebot nicht alles probieren – ging‘ bestimmt auch anderen so. Am Donnerstag hat uns Jürgen Leber alle zum Lachen gebracht. Am

Freitagabend gab‘s die Goldsteiner Trophy mit Herausforderungen für die Teilnehmer. Goldsteiner Ortskenntnisse waren erforderlich (wie viele Stufen hat die Staustufen, oder wer kennt die Hausnummer des Försters, usw. Von Klammern statt Nähen bis Affen auf dem Klo, es kam hier keiner zu kurz. Das Beachhandball Turnier war dieses Jahr bewußt nur für die Kinder und Jugendlichen ausgeschrieben worden. Die hatten auf viel zu verzichtet in den letzten zwei Jahren und müssen sehr viel Spielerfahrungen sammeln. Das Konzept ging prima auf: an allen drei Tagen waren die Spielgruppen ausgebucht.

Am Sonntag spielten die Mini- Minis und Minis ihr eigenes Turnier, nachmittags die weibliche und männliche A-Jugend.

Am Donnerstag waren vormittags weibliche und männliche E-Jugend, nachmittags die C-Jugenden dran.

Am Samstag bei sehr großer Hitze spielten die weibliche und männliche D-Jugend und später die B-Jugenden. Alle spielten mit sehr viel Spaß und versuchten sich fleißig in Tricks. Die Erfrischung mit dem Wasserschlauch und in den Pools wurde sehr gerne angenommen. Die Handballer der Erwachsenen Teams stellten die Turnierleitung und Schiedsrichter.

Der Abschluss am Samstag war der Knaller und viele haben die neue Tanzfläche in Form von einem Holzfußboden genutzt um es rocken zu lassen. Danke an DJ Gil und Olli Lee das Ihr die extended Version von Softcell's Tainted Love gespielt habt, daß war mein persönlicher Favorit an diesem Abend. Zu schade, dass wir nun wieder ein Jahr warten müssen.

Aber Ihr dürft Euch jetzt schon freuen.

T. Breitenbach

Durch Mainova auch im Ernstfall beim VfL Goldstein „unter Strom“

Ein Defibrillator ist bei einem plötzlichen Herzstillstand oft der Einzige, der noch retten kann. Jetzt verfügt auch der VfL Goldstein über ein solches Gerät. Der „Defi” ist ein medizinisches Gerät, das durch Stromstöße Herzrhythmusstörungen wie Kammerflimmern oder –flattern beenden kann. In einem Notfall misst er die Herzfunktionen selbstständig und löst kontrollierte Stromstöße aus, wenn es nötig ist. Der Defibrillator spricht mit dem Anwender und sagt ihm, was zu tun ist und ist so für jedermann, ohne Einweisung, nutzbar.

Der Defibrillator ist im Flur des Vereinshauses, Zur Waldau 12, platziert und während der Öffnungszeiten des Vereinshauses und der Gaststätte „Zum Goldenen Stein“ erreichbar. Er steht somit auf der Anlage den VfL-Mitgliedern und –Gästen frei zugänglich zur Verfügung. Bevor Rettungswagen und Notarzt eintreffen, besteht also schon die Möglichkeit zur häufig entscheidenden Ersthilfe. Das Set ist sowohl mit Sonden für Erwachsene, als auch für Kinder ausgestattet.

Nur dem Engagement durch Mainova ist es zu verdanken, dass der Defibrillator jetzt im Vereinshaus installiert ist! Die Mainova AG ist der führende Energiedienstleister in Frankfurt am Main und Energiepartner für Privat- und Firmenkunden in ganz Deutschland.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei Mainova für diese tolle Unterstützung und freuen uns, für unsere Mitglieder und Gäste auf eine eventuelle kardiologische Notlage perfekt vorbereitet zu sein.

Liebe Freunde des FreizeitTreff!

Liebe Freunde des gepflegten Beisammenseins!

Unser letztes Treffen war am 15.3.22, liegt also schon wieder 4 Monate zurück. Daran merkt man, dass gerade uns Älteren die Zeit immer mehr entflieht.

Dank Corona (es begleitet uns immer noch Tag für Tag) ist es nicht einfach, neue Ziele zu planen. Und wir werden nicht jünger. Eigentlich kommen da nur noch Ziele in Frage, die „um die Ecke“ liegen.

Es bedarf keiner großen Planung, wenn eigentlich nur noch ortsansässige Lokalitäten in Frage kommen. In der Hoffnung auf zielführende Vorschläge und Initiativen bedanke ich mich und verbleibe herzlich als

EURE DAGMAR

Wir suchen dringend neue Turntrainer/-innen

Wer kann uns unter die Arme greifen und helfen?

Wann: ab sofort

Wir suchen Trainer/-innen oder Helfer/-innen für unsere Eltern-Kind-Gruppe und unsere allgemeinen Turngruppen.

Engagierte Trainer/-innen haben viele Möglichkeiten sich und die Abteilung zu entwickeln. Diverse Trainingsmöglichkeiten sind vorhanden (überwiegend im Zeitraum 15:30-18 Uhr)

Voraussetzung: Erster Wunsch ist ein Übungsleiter/-in mit Erfahrung im Kinderturnen. Ob der Schein bei einem Sportbund oder einem privaten Anbieter gemacht wurde, ist dabei zweitrangig. Wichtig ist, dass du gut mit Kindern umgehen kannst und ihnen sportliches Wissen vermitteln kannst. Sollte dich unsere Stellenbeschreibung ansprechen, obwohl du noch keine Erfahrung als Übungsleiter/-in sammeln konntest, melde dich trotzdem gerne bei uns, wir lernen dich gerne an. Der Verein ist auch gerne bereit, deine Fortbildung finanziell zu unterstützen.

Bezahlung: Die Bezahlung erfolgt auf Basis des Übungsleiterfreibetrags, Höhe verhandelbar

Ein paar Infos über uns: Wir sind der VfL Goldstein. Goldstein liegt im Frankfurter Südwesten zwischen Schwanheim und Niederrad. Wir sind ein Breitensportverein und haben derzeit über 15 Abteilungen (von Volleyball über Handball bis Gymnastik oder Taekwondo). Wir haben ca. 1100 Mitglieder und sind rein ehrenamtlich organisiert.

Interesse? Dann melde dich bei uns!

Kontakt: VfL Goldstein 1953 e.V.
Zur Waldau 12
60529 Frankfurt
www.vfl-goldstein.de

Ansprechpartnerin: Jasmin Gallon
email: sportwartin@vfl-goldstein.de
Telefon: 069- 66 16 56 50

Sportabzeichen

Die Sportabzeichen Prüfer sind den ganzen Sommer über aktiv auf dem Sportplatz und im Schwimmbad und neuerdings auch im Wald an der Fahrradstrecke. Dieses Jahr konnten wir am ersten Mittwoch im Mai anfangen, und auch unsere Sportplatz Begehung Ende April konnte stattfinden.

Die Sportwoche Mitte Mai war wieder etwas offener, wie vorher, ohne große Werbung aber mit kurzem Dienstweg zur Goldsteinschule durch Yvonne Küpper-Martinez und Dagmar Stengl. Die Sportabzeichen Prüfer des VfL stehen dann eine Woche lang jeden Nachmittag auf dem Sportplatz und messen von jedem Teilnehmer, überwiegend Kinder und Jugendliche, die Zeiten und die Weiten, die sie erzielen in der Leichtathletik. Es kamen insgesamt 250 Kinder! Beim Pampers Tag, dem Termin für die kleinsten wurden wir quasi überrannt. Mittlerweile sind die Urkunden für die unter acht jährigen schon ausgeteilt, die Kinder die nicht beim Kinderfest Tag am Turnier da waren, bekommen nach und nach ihre Urkunden.

Die fertigen Sportabzeichen für Kinder ab 6 Jahre und natürlich auch für Erwachsene gibt es erst bei der Kinderweihnachtsfeier oder bei dem Termin Ende Januar für die Erwachsenen. Oder sie werden halt alle wieder durch die Siedlung getragen und überall eingeworfen, wie die letzten zwei Jahre.

Dafür, dass die Goldsteinschule uns die Kinder auf den Sportplatz schickt, und einige Lehrer mittags kommen und in Ihrer Freizeit helfen,

stehen einige Sportabzeichenprüfer dann bei den Bundesjungendspielen bereit, und helfen der Schule an zwei Vormittagen.

Für das Sportabzeichen muss man:

die Langstrecke laufen 800 oder 3000 m

die Kraft erproben bei Weitwurf, Standweitsprung oder Medizinballweitwurf,

schnell laufen auf 30, 50 oder 100 m.

Die Koordination mit Seilspringen oder Weitsprung oder Schleuderballwurf ist die letzte Disziplin.

Je nach Alter unterscheiden sich die Anforderungen. Fürs Sportabzeichen ist man nie zu alt. Es gibt auch eine Seite für über 90 jährige.

Bei den Ferienspielen werden die Prüfer ebenfalls ein Angebot auf die Beine stellen.

Die Termine am ersten Mittwoch im Monat auf dem Sportplatz werden immer gut angenommen. Da wir ein großes Prüferteam sind, sind wir immer gut besetzt auf dem Sportplatz, und es bleibt meistens Zeit, auch noch selbst etwas zu versuchen. Wir haben alle Spaß daran, die verschiedenen Disziplinen auch selbst auszuprobieren.

Ein Teil der Teilnehmer ist schon komplett fertig, ein Teil muss nur noch den Schwimmnachweis erbringen, da das Stadion ja wieder auf ist, nutzen viele die Gelegenheit und kommen montags zum schwimmen

Danke an die Prüfer, die immer mit mindestens vier bis sechs Personen auf dem Platz stehen und an die Prüfer, die immer alle zwei Wochen ins Stadion fahren und dort helfen, dass jeder seine Bahnen schwimmen kann.

Und danke an die vielen Teilnehmer, die gekommen sind und sich gerne bewegt haben.

105 Sportabzeichen hatten wir im Jahr 2021 erreicht, das wollen wir dieses Jahr toppen.

(Ursula Lange)

45 Sportabzeichen für Siegfried Ebert!

45 Sportabzeichen in seinem Leben zu erlangen schaffen nicht viele Menschen. Siegfried Ebert ist es im Jahr 2021 gelungen, sein 45. Sportabzeichen zu schaffen. Das bedeutet, das man 45 Jahre lang fit genug ist, um jedes Jahr auf dem Sportplatz in den vier Disziplinen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination die erforderliche Leistung zu erbringen. Zusätzlich muss man alle fünf Jahre die Schwimmfertigkeit nachweisen.

Siegfried ist ja auch seit vielen Jahren als Sportabzeichenprüfer beim VfL Goldstein dabei, so hat er dann die Gelegenheit etwas zu trainieren, wenn bei den Sportabzeichenterminen mal nicht soviel los ist.

Selbstverständlich hat natürlich jeder die Gelegenheit, an den Terminen am ersten Mittwoch im Monat sich zu verbessern, oder etwas neues auszuprobieren. Die Prüfer des VfL Goldstein stehen gerne bereit.

Wenn Sie jetzt sagen, naja, da hat er bestimmt sehr früh angefangen, dann kann ich Ihnen mitteilen, dass in 2021 ein Mann von 74 Jahren sein erstes Sportabzeichen abgelegt hat. Fürs Sportabzeichen ist man selten zu jung und nie zu alt.

Die Sportabzeichenprüfer des VfL Goldstein gratulieren Siegfried Ebert zum 45. Sportabzeichen! (UL)

Besuch auf dem Sportplatz in Goldstein

Am Mittwoch, dem 3.8.22 hatten die Sportabzeichenprüfer Besuch von Sportdezernent Mike Josef auf de Sportplatz. Da wegen der Hitze nicht so viel los war, und alle Prüflinge schon ihre Disziplinen abgelegt hatten, war Zeit für ein sehr interessantes und nettes Gespräch. Es

ging um das Sportabzeichen, wie oft wir es ehrenamtlich abnehmen, um die Anforderungen, wieviele Menschen wir jedes Jahr betreuen, dieses Jahr schon über 300. Auch Rainer Schroth, der Vorsitzende des VfL Goldstein war anwesend.

Die Sportabzeichen-Prüfer des VfL Goldstein haben sich sehr über die Anerkennung ihrer regelmäßigen Arbeit gefreut. Das Sportabzeichen ist ja ein offenes Angebot, wo jeder kommen kann, ob Vereinsmitglied oder nicht.

Herr Josef versprach uns, beim nächsten Mal in Sportsachen zu kommen, und beim Sportabzeichen mitzumachen.

Walking-Gruppe on Tour

Aktivwochenende an der Mosel 24.-27.03.2022

Wie schön nach 2 Jahren Verzicht konnten wir endlich in diesem Jahr wieder unser Aktivwochenende genießen. Es ging mit dem Vereinsbus, einem Auto und insgesamt 14 Leuten an die Mosel nach Treis-Karden ins Schloßhotel Petry.

Unseren 1 Stopp auf der Hinfahrt machten wir nach ca. 2 Stunden in Beilstein. Beilstein ist ein winziges Dorf in einer Moselschleife und wird auch liebevoll das „Dornröschen an der Mosel“ genannt. Mit seinen malerischen Gassen und Häuslein ist das Dorf so ziemlich alles, an das du beim Begriff Moselromantik wahrscheinlich denkst. Kein Wunder also, dass Beilstein schon als Kulisse für viele Spielfilme diente.

Am nächsten Tag ging es dann bei Traumwetter auf einen Traumpfad Eltzer Burgpanoramaweg, der einiges von uns abverlangte. Jedoch mit herrlichen Aussichten auf den Hochflächen des Moselplateaus und stille Auenlandschaften entlang des sprudelnden Elzbachs mit einem einzigartigen Kulturdenkmal zusammen: der Burg Eltz.

Den Samstag verbrachten wir dann im schönen Cochem mit Stadtführung, Stadtbummel und Sesselbahn fahren zum Pinner Kreuz. Die sportlichen Aktivitäten kamen auf alle Fälle nicht zu kurz, bei den Kilometern die wir zu Fuß zurücklegten und dann am Abend noch eine Runde kegelten.

Die Stimmung war Klasse und das miteinander hat prima funktioniert.

Da wir dann die Heimfahrt auch noch mit einem Highlight beendeten nämlich der Hängeseilbrücke Geierlay (360 Meter lang und insgesamt 100 Meter hoch), war das Wochenende ein voller Erfolg und so eine Tour wärmstens zu empfehlen. Wir waren bestimmt nicht zum letzten Mal an der Mosel.

Wer gerne mit uns walken und andere Erlebnisse teilen möchte, der ist jeweils dienstags von 19-20 Uhr, Treffpunkt an der Carl-von-Weinberg-Schule willkommen.

Sportliche Grüße

Ute

Turnen mit den Purzelzwergen

Hast du ein Purzelzwerg im Alter von 1-3 Jahre bei dir zuhause, der sich gerne bewegt und mit anderen Kinder spielt, dann bist du bei unserer Gruppe genau richtig. Bei uns findet jeden Mittwoch von 15:30-16:30 im VFL Vereinsheim das Turnen für die ganz kleinen statt. Egal ob Junge oder Mädchen, mit Beeinträchtigung oder ohne, jeder ist willkommen. Benötigt wird dazu nur ein Elternteil, welches das eigenen Kind begleitet und natürlich jede Menge Spaß! Falls wir dein Interesse geweckt haben, komm doch einfach mal zu einer Schnupperstunde vorbei. Wir freuen uns immer über neue Gesichter!

Liebe Grüße

Eure Oberpurzelzwerge

Diana Marien &

Yvonne Roßkopf

Abteilung Volleyball

Liebe Volleyballer, Erwachsene, Kinder und Jugendliche, liebe Eltern, liebe Fans des Volleyballsports in Goldstein,

wir haben nun die zweite Saison mit Corona im Gepäck absolviert. In Summe können wir uns glücklich schätzen, wir sind gut durch die bisherige Pandemie gekommen. Aber es war anstrengend: die viele Schreibarbeit bei der regelmäßigen Anpassung der Hygienekonzepte, das Nachhalten von Infektionsfällen in der Abteilung oder die Mehrarbeit für Trainer und Teammanager bei der Vorbereitung der Spieltage nach einem Corona Fall in der eigenen oder in der gegnerischen Mannschaft. Dafür hier auch einen besonderen Dank an alle, die mit engagiert waren und diese Zusatzaufgaben mitgenommen haben.

Unsere Abteilung erfreut sich weiter eines großes Zuwachses an neuen Spielern in allen Mannschaften, am stärksten im Jugendbereich. Auf der dieses Jahr wieder stattgefundenen Abteilungsversammlung konnte die Abteilung 261 Mitglieder vermelden, ein Zuwachs von 38 Mitgliedern. Das ist wieder ein neuer Rekord. Die Nachfrage hat dazu geführt, dass wir mittlerweile mit Warteliste in einigen Jugendmannschaften arbeiten.

Sportlichen konnten unsere Herren 1 unter Trainer Robert Babel sich den Aufstieg in die Bezirksliga erarbeiten. Schon im letzten Jahr konnte man erkennen, dass Robert Babel kontinuierlich weiterentwickelt und Trainer sowie Spieler sich nun mit dem Aufstieg belohnen konnten. Wir können gespannt auf die neue Saison sein. Für unsere Damen 2 reichte es leider nicht für den Klassenerhalt, dies war allerdings auch ambitioniert. Nach dem im letzten Jahr die Damen 2 den Platz der Damen 1 in der Bezirksliga übernahmen (Damen 1 lösten sich auf), war der Umstieg von der Kreisliga in die Bezirksliga groß. Es sah zum Beginn der Saison sogar gut aus, dass es mit einem Klassenerhalt klappen könnten, aber leider reichten in der zweiten Saison die Kräfte dafür nicht aus. In der neuen Saison starten die Damen 1 mit neuer Trainerin. Marina Schell wird als langjährige Trainerin und erfolgreiche Volleyballspielerin die Damen 1 trainieren. Einen Erfolg kann sie schon für sich verzeichnen. Durch den Rückzug einer anderen Mannschaft, dürfen Marinas Damen in

der Bezirksliga verbleiben.

Unsere Herren 2 trainiert von Robert Babel werden in der neuen Saison erstmalig in der Kreisliga starten. Für unsere Damen 2 trainiert von Tilo Kaufmann geht es in die zweite Saison in der Kreisklasse. Im Mixed Bereich hat unsere Mixed 2 trainiert von Stephan Triebel erstmalig an der Freizeitrunde BFS teilgenommen. Unsere Mixed 1 Mannschaft von Marina Schell wird nach einem Jahr Pause eventuell dieses Jahr auch wieder an der Freizeitrunde teilnehmen.

Im Jugendbereich haben wir unsere Sportangebote weiter ausgebaut. Das Jugendangebot beginnt mit dem Einsteigertraining bei Jürgen Schwiglewski. Wenn die Grundtechniken bei den neuen Spielern stehen, geht es für Jungs oder Mädchen weiter in unsere anderen Jugendmannschaften: 2 gegen 2 ,4 gegen 4 oder 6 gegen 6. Das ist das umfangreichste Sportangebot, dass wir im Jugendbereich bisher hatten und gibt uns neue Möglichkeiten, die Kinder nach ihren Fähigkeiten und Kenntnissen im Volleyball zu entwickeln. Möglich hat dies unsere nachhaltige Nachwuchsarbeit gemacht. Sie hilft uns nun auch dabei neue Assistenztrainer oder Trainer zu gewinnen.

Ich bedanke mich bei allen Mitgliedern, Sportlern, Trainern, Machern und Unterstützern der Volleyballabteilung und drücke uns auch dieses Jahr wieder fest die Daumen für eine erfolgreiche Saison 2022/23.

Folgend stellen sich nun noch einige unserer Mannschaften im Profil vor. Eine gute Gelegenheit mehr über unsere einzelnen Teams zu erfahren und vielleicht weckt dies auch das Interesse an unserem Sport teil zu nehmen.

Euer Abteilungsleiter

Sascha Zetzsche

Herren 1 (von Amin Amara)

Wir die Herren 1 sind eine Mannschaft, die alles geben und Spaß am Volleyball haben. Unser Ziel war und ist es uns stetig zu verbessern. Wir

trainieren hart, aber dafür macht sich die Mühe auch bezahlt. Die letzte Saison schließen wir als Meister ab und steigen jetzt in die Bezirksliga auf. Wir wollen auch diese Saison unser Bestes geben und haben unseren Blick schon auf das nächste Ziel gerichtet, die Bezirksoberliga!

Die Mannschaft umfasst 16 Spieler und wir sind im Schnitt 8-12 Personen im Training. Egal wer du bist, wenn du Interesse am Volleyball spielen hast, bist du bei uns sicher richtig. Denn was Vielfalt angeht sind wir genauso stark aufgestellt wie beim Volleyball selbst und freuen uns deshalb über jeden Neuzuwachs. Unsere jüngsten Spieler sind 17 Jahre alt und die Ältesten Mitte dreißig. Wir kommen auf ein Durchschnittsalter von ca. 25. Einige von uns besuchen noch die Schule, wieder andere studieren, machen eine Ausbildung oder arbeiten bereits.

Wir spielen mit einem Zuspieler, zwei Außenangreifer, zwei Mitten, einem Libero und einem Diagonalangreifer. Besonders auf Außen haben wir allerdings bereits viele starke Spieler, perfekt wäre es also, wenn du uns auf einer anderen Position unterstützen kannst.

Abschließend lässt sich sagen, dass zwar das Training körperlich anstrengend ist und wir mit Ehrgeiz unsere Ziele als Mannschaft verfolgen, wir aber alle gerne Volleyball spielen und gemeinsam Spaß haben!

Herren 2/ männliche Jugend 6 vs. 6 (von Robert Babel)

Die Herren 2, die auch männliche Jugend 6 vs. 6 genannt wird, ist eine Mannschaft, die im letzten Jahr schon erste Erfahrungen in der Jugendgrundklasse sammeln konnte. Leider war coronabedingt der Spielbetrieb eingeschränkt, sodass wir nur bei zwei Turnieren teilnehmen konnten. Hierbei wurden jeweils die vorderen Plätze belegt.

In der kommenden Saison werden die Herren 2 in der untersten Erwachsenenliga antreten, um regelmäßigeren und stärkeren Wettkampf zu ermöglichen.

Dafür lernen die Spieler ein großes Repertoire an Techniken, sowie komplexe Taktiken, welche sie dann im Großfeld anwenden.

Darüber hinaus besteht auch die Möglichkeit für manche Spieler am Training der Herren 1 teilzunehmen, um sich individuell zu verbessern. Dies hilft dann automatisch der gesamten Herren 2 Mannschaft. Dadurch stellt die männliche Jugend 6 vs. 6 einen wichtigen Baustein in der Volleyballabteilung dar, da sie den Übergang zwischen der männlichen Jugend und der Herrenmannschaft vereinfachen soll.

Die Mannschaft besteht aus ca. 14 Spielern. Es können noch Spieler mit Ligaerfahrung oder etwas Erfahrung aufgenommen werden.

Betreut wird die Mannschaft von Cotrainern Augustin Riehn (Herren 1) und Jovan Spaseski, sowie Trainer Robert Babel.

Damen 1 (von Brigitte Schreiber)

Über uns:

Nachdem wir in der letzten Saison den Platz in der Bezirksliga unserer vorhergehenden Damen 1 übernommen hatten und dort für uns neue Luft geschnuppert haben, blicken wir, trotz vieler Niederlagen, auf diese Saison mit viel Input gerne zurück. Wir haben uns fest vorgenommen mit der zusätzlichen Chance in der Bezirksliga ein besseres Ergebnis als im Vorjahr zu erreichen.

Natürlich gibt es auch in diesem Jahr einige Abgänge (beruflicher, studienspezifischer und wohnortspezifischer Art) aber auch Zugänge, die uns mit Freude auf die nächste Saison schauen lassen.

Auch im Trainerbereich haben wir Neues zu vermelden. Wir starten in die neue Saison mit Marina Schell als Trainerin, worüber wir uns sehr freuen. Marina ist schon lange im Verein tätig.

Nichts ändern wird sich daran, dass wir mit viel Spaß und einem großen Zusammenhalt (auf und neben dem Feld) bei der Sache sind.

Und natürlich freuen wir uns über Mädels, die Lust haben, Teil unseres Teams zu werden und dazu beitragen möchten, die neue Saison bestmöglich zu gestalten!

Eine regelmäßige Teilnahme am Training sehen wir dafür als Voraussetzung an.

Im Sommer haben wir alternativ auch die Möglichkeit auf unserem Außen Gelände zum Beachen.

Möchtest Du uns gerne kennenlernen oder hast Du noch Fragen?

Dann melde Dich gerne bei Marina Schell per WhatsApp, SMS oder Telefon (0176-85624766) zum Probetraining an.

Trainingszeiten und Ort:

Montag 20.30 - 22.30 Uhr

Donnerstag 20.30 - 22.30 Uhr

Halle A der Carl-von-Weinberg Schule in Goldstein

Wir freuen uns auf Dich!

Damen 2 (von Tilo Kaufmann)

Nach einer guten Saison 21/22 der Damen 2 haben wir damit begonnen für die Saison 22/23 zu planen. Von der weiblichen Jugend 6:6 kommen neue, gute ausgebildete Spielerinnen in die Mannschaft, auf der anderen Seiten Seite geben die Damen 2 aber auch Spielerinnen an die Damen 1 ab. Als Trainer erwarte ich viele schöne Spiele und insgesamt einen guten Saisonverlauf. Mit einem Durchschnittsalter von ca. 15 Jahren und wenig Spielpraxis werden wir uns mit Testspielen intensiv vorbereiten.

Mixed 1 (von Christoph Merker)

Hallo, wir sind das Volleyball Mixed Team 1 vom VfL Goldstein.

Über uns:

Aktuell befinden wir uns im reinen Trainingsbetrieb, bei dem der Spaß am Spiel und eine gute Zeit im Vordergrund stehen. Die Stimmung während der Trainingseinheiten ist immer super und es gibt immer viel zu lachen. Falls noch ein paar neue SpielerInnen hinzukommen sollten, steht allerdings auch die Überlegung im Raum, für die kommende Saison auch wieder in der Freizeitliga (BSF) anzutreten. Deshalb freuen wir uns immer über neue Verstärkungen

Wir treffen uns einmal in der Woche (immer mittwochs) zum Training und haben dort je nach Bedarf bis zu drei Feldern zu Verfügung. Zusätzlich treffen sich im Sommer Teile des Teams jeden Dienstag zum Beachen.

Alter:

Das Alter der SpielerInnen liegt zu Zeit zwischen Anfang 20 und Mitte 40. Da bei uns allerdings der Spaß am Spiel im Vordergrund steht sind bei uns alle Willkommen, die sich in unserer Runde wohl fühlen.

Trainer:

Spieler-Trainerin ist Marina Schell, die die Mannschaft schon seit 2014 betreut und uns mit guter Laune und jeder Menge Erfahrung schöne Stunden in der Halle garantiert.

Trainingszeiten und Ort:

Wir trainieren Mittwoch von 20.30 - 22.30 Uhr in der Halle B der Carl-von-Weinberg Schule.

Ist es das, was Du suchst, und Du möchtest uns gerne kennenlernen? Dann melde Dich bitte bei unserer Trainerin Marina (0176 85624766)

Wir freuen uns auf Dich!

Mixed 2 (von Stephan Triebel)

Die Mixed II konnte sich in ihrer ersten Saison in der BFS Liga erfolgreich behaupten. Zwar reichte es nicht für die obere Hälfte der Tabelle, aber das gesamte Team sowie der Trainer, Stephan Triebel, konnten viel Erfahrung sammeln und es wurde immer vor allem der Spaß am Volleyball vermittelt.

Die Trainingsgruppe hatte 2-3 Abgänge, ist mit fast 30 aktiven Spielern jedoch immer noch sehr gut besucht. Zusätzlich wird sowohl im Beachvolleyball als auch außerhalb des Spielfeldes eine Menge gemeinsam unternommen.

Zur Saisonvorbereitung sind die Mixer mit 4 Teams beim alljährlichen Bergsträßer Volleyballturnier vom TSV Auerbach angetreten und konnten

sich mit den besten Teams sogar bis in die Top-65 (von 128 Teams) vorkämpfen.

Auf Grund der Abgänge sind ein paar wenige Plätze im Team frei, so dass noch 2 oder 3 weitere Spieler in der Runde der Mixed 2 aufgenommen werden können. Also falls ihr jetzt Lust hab, bei den Mixed 2 vorbeizuschauen, meldet euch einfach unverbindlich zum Probetraining an!

Männliche Jugend 4 vs. 4 (von Robert Babel)

Die vier gegen vier männlich ist eine Mannschaft, die kürzlich komplett neu zusammengestellt wurde. Sie stellt eine wichtige Station zwischen den Einsteigern beim 2 vs. 2 und dem fortgeschritteneren Teams Herren 2 / 6 vs. 6 Männlich und Herren 1 dar.

Ziel ist es, aus den Spielern eine Mannschaft zu formen, die regelmäßig an Turnieren der Jugendgrundklasse teilnimmt. Dies soll die Nachwuchsspieler in entspannter Atmosphäre an Wettkampfsituationen

heranführen.

Dafür lernen die Spieler alle Basistechniken im größten Kleinfeld, sowie auch schon komplexere Mannschaftstaktik als dies in den unteren Teams nötig wäre.

Die Mannschaft besteht aus ca. 12 Spielern. Es können weiterhin noch mehr Spieler aufgenommen werden.

Geleitet werden die Spieler von Cotrainer Ilija Petrovic (Herren 2) und Robert Babel.

Lust auf Volleyball?

In unseren Erwachsenen- und Jugendmannschaften gibt es noch freie Plätze für Neueinsteiger und erfahrene Spieler. Eine kostenlose Teilnahme an einem Probetraining ist jederzeit möglich. Informationen zu den einzelnen Mannschaften und den Kontaktdaten unserer Trainer gibt es auf unserer Internetseite oder bei Abteilungsleiter Sascha Zetzsche unter der Telefonnummer 0163 6664969.

AKTUELLE INFORMATIONEN ZU UNSEREM SPORTANGEBOT UND TRAININGSZEITEN

WWW.VOLLEYBALL.VFL-GOLDSTEIN.DE

Badminton

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Übungsleiter
Training	Mo. 19.00 - 20.00	Goldsteinschule	Benny Korf (0174-8855111)
freies Spiel	Mo. 20.00 - 22.00	Goldsteinschule	Thorsten Breitenbach (0160-2931970)
freies Spiel	Mi. 20:30 - 22:30	Carl-von-Weinberg-Schule (B)	
freies Spiel	Fr. 20.30-22.00	Goldsteinschule	
Abteilungsleiter:	Thorsten Breitenbach	Tel. 0160-2931970 badminton@vfl-goldstein.de	

Basketball

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
Hobbygruppe	Di 19:00- 20:30	Goldsteinschule	Tim Herrchen
Abteilungsleiter:	Tim Herrchen	tim.herrchen@gmail.com	

Fitness

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Übungsleiter
Rückenfit	Mi 20:00-21:00	Vereinshaus kleiner Sportraum	Patrick Tran
Core Strength (ehemals: Bauchkiller)	Mi 19:30 - 20:00	Vereinshaus kleiner Sportraum	Patrick Tran
Power Yoga	Di. 20.15-21.30	Vereinshaus kleiner Sportraum	Katrin Feldsieper
Workout (mit Aerobic-Elementen)	Di. 20.00 - 21.00	Vereinshaus großer Sportraum	Jennifer Hameister
Pilates – Kurs (mit Warteliste)	Do 18.00-19.00	Vereinshaus kleiner Sportraum	Annette Tanouti
Pilates – Kurs (mit Warteliste)	Do 19.00-20.00		
Pilates – Kurs	Do 20.00-21.00		

Pilates mit Zusatzbeitrag

Ansprechpartner: Jasmin Gallon Tel. 069- 6662059 email: sportwartin@vfl-goldstein.de

Gymnastik

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Übungsleiter
Fit in die Woche - Frauen	Mo. 10.00-11.15	Vereinshaus großer Sportraum	Ingeborg Horbert
Ausgleichsgymnastik Männer u. Frauen	Mo. 18.00-19.00	Vereinshaus kleiner Sportraum	Mignon Christina Simatovic
Bauch-Beine-Po Fitness	Di 19.00-20.00	Vereinshaus kleiner Sportraum	Mignon Christina Simatovic
Stabiler Rücken	Do. 10.00-11.15	Vereinshaus großer Sportraum	Wolfgang Dietz
Rückenfreundliche Gymnastik Männer u. Frauen	Do. 18.15-19.30	Vereinshaus großer Sportraum	Wolfgang Dietz
Abteilungsleiter:	Ehrhard Weil	Tel. 069-666 7329 ehrhardoweil@gmail.com	

Handball

Mannschaft	Trainingszeit	Ort	Trainer/in /Ansprechpartner
Damen I	Di. 19.00-20.30 Do. 20.30-22.00	Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Jens Wagner
Damen II	Mo. 20.00-22.00 Mi. 19.00-20.30	Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Marius Steinmetz
Damen Hobby	Mo. 20.30-22.00	Minna-Specht-Schule	Ursula Lange
Männer I	Di. 20.30-22.00 Do. 19.00-20.30	Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Moritz Adler
Männer II	Di. 20.30-22.00 Fr. 20.30-22.00	Carl-von-Weinberg-Schule (A) Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Frank Witschel
Männer III	Mo. 19:30-21:00	Bürgerhaus Nied	Robert Stammbach
Weiblich A	Di. 19:00-20:30	Carl-von-Weinberg-Schule (A)	Patrick Tran
Weiblich C	Mo. 18:30-20:00 Mi. 17:30-19:00	Carl-von-Weinberg-Schule (B) Carl-von-Weinberg-Schule (A)	Jochen Meiser Sina Gottfried
Weiblich D	Mo. 18:30-19:30 Fr. 17:30-19:00	Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Alice Salandy Bernd Funtsch
Weiblich E	Di. 17.00-18.30	Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Ursula Lange Thomas Baingo
Männlich B	Di. 17:30/18:00-19:00/19:30 Fr. 19.00-20:30	Carl-von-Weinberg-Schule (B) / Bürgerhaus Nied 14 tägig Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Robert Stammbach
Männlich C	Di. 17:30/18:00-19:00/19:30 Fr. 19.00-20:30	Carl-von-Weinberg-Schule (B) / Bürgerhaus Nied 14 tägig Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Heiko Stade
Männlich D	Di. 18:00-19:30 Do. 17.30-19:00	Carl-von-Weinberg-Schule (B) Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Karsten Schmitt Sebastian Berger
Männlich E	Mo. 17.00-18.30 Mi. 18:00-19:30	Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Claudia Stade Andreas Müller
Minis (VfL)	Fr. 16.00-17.30	Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Ursula Lange
Mini-Minis (VfL)	Fr. 16.00-17.30	Carl-von-Weinberg-Schule (B)	Ursula Lange
Kindergarten Ballsport	Do. 17.00-17:45	Vereinsheim	Jochen Meiser Stefanie Reuel

Für die Abteilungsleitung: Erik Schweißer Tel. 0151-15736107
hsgabteilungsleitung@hsg-gs.de
aktuelle Trainingszeiten auch unter: https://hsg-gs.de

Herzsport

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
Frauen und Männer ohne Verordnung	Fr. 17.30-19.00	Riedhofschule	Nalli Ringert
Frauen und Männer (mit Verordnung)	Fr. 19.00-20.30	Riedhofschule	Nalli Ringert

Abteilungsleiter: Nalli Ringert Tel. 0160-97388003
herzsport@vfl-goldstein.de

Kenjutsu

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
Jugend	Mo.20.00-21.00 Do. 20.00-21.00	Vereinshaus großer Sportraum	Cristobal Dominguez Till Kraft
Erwachsene	Mo. 20.00-22.00 Do. 20.00-22.00	Vereinshaus großer Sportraum	Cristobal Dominguez Till Kraft

Abteilungsleiter: Volker Maly Tel. 069-6662709
v.maly@web.de

Leichtathletik

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
Walking	Di. 19.00-20.15	Eingang Carl-von-Weinberg-Schule	Ute Gottfried 069-66055757 Agnes von Bordelius 069-66600719

Schach

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
Jugend - Erwachsene	Auf Nachfrage!	Vereinsheim	Volker Schmidt

Abteilungsleiter: Infos über die Geschäftsstelle: 069- 66 11 39 34

Schwimmen

Gruppe	Trainingszeit	Ort/ Treffpunkt bitte nachfragen	Übungsleiter
Erwachsene	Mi. 10.00-11.00	Silobad	vakant
Erwachsene	Do. 19.00-20.00	Silobad	Beate Speier

Abteilungsleiter: Beate Speier Tel. 069-66 11 187

Sportakrobatik

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
Akropurzel (Anfänger ab 4 Jahren)	Di. 16.15-17.00	Vereinshaus großer Sportraum	Katja Strick Ludwig Herdel
Fortgeschrittene 1	Di. 16.15-17.00		
Fortgeschrittene 2+ Wettkampfgruppe	Di. 17.00-19.00		
Fortgeschrittene	Fr. 16.30-18.30		
Wettkampf-Gruppe	Fr. 16.30-19.30		

Abteilungsleiter: Rosa Maria Cura Tel. 069-6665276
rmcura5@googlemail.com

Taekwondo

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
5 -8 Jahre	Mo. 15.30-16.30	Vereinshaus großer Sportraum	Che Chidi Chukwumerije
8-12 Jahre	Mo. 16.30-17.30	Vereinshaus großer Sportraum	Che Chidi Chukwumerije
Erwachsene	Mo. 17.30-18.30	Vereinshaus großer Sportraum	Che Chidi Chukwumerije

Ansprechpartner: Che Chidi Chukwumerije email: taekwondo@vfl-goldstein.de

Tanzen / Jazz

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
Jazztanz 4-6 Jahre Bumblebees	Do. 14:30-15:15	Vereinshaus großer Sportraum	Astrid Smits
Jazztanz 7-9 Jahre Silver Stars	Do. 15:15-16:00	Vereinshaus großer Sportraum	Astrid Smits
Jazztanz 9-12 Jahre Dynamite	Do. 16.00-17.00	Vereinshaus großer Sportraum	Astrid Smits
Jazztanz 1995-2001 Inflame	Mo. 18.00-20.00 Mi. 18.00-20.00	Vereinshaus großer Sportraum	Josephine Rückwardt Jennifer Hameister

Abteilungsleiter: Josephine Rückwardt Tel. 0163 / 480 53 60
Jennifer Hameister Tel. 0176 / 615 564 77

Tennis www.tg-goldstein.de Tennisanlage Zur Waldau 12

Abteilungsleiter: Christian Liessem 0151-24147675 tennisgemeinschaftgoldstein@gmail.com

Sportwart: Björn Schard 0160/8943367 bj.schard@web.de

Trainingszeiten bitte nachfragen! (zusätzlicher Abteilungsbeitrag)

Übungsplan

Turnen

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
Eltern+Kind 1-3 Jahre / Purzelzwerge	Mi. 15.30-17.00	Vereinshaus großer Sportraum	Diana Marien
Eltern+Kind 3-5 Jahre	Fr. 16.30-18.00	Goldsteinschule	Claudia Engel-Harte Anke-Anna Harte
Spiel und Spaß-Turnen Mädchen+Jungen ab 5 Jahren	Do. 17.00-18.30	Goldsteinschule	Petra Vogt
Mädchen+ Jungen Turnen ab 5 Jahren	Di. 16.00-18.00	Goldsteinschule	Anke-Anna Harte Claudia Engel-Harte
Leistungsturnen nach Sichtung	Mi. 15.30-19.00 Do. 16.00-18:00	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle B)	Claudia Engel-Harte
Parkour	Mi. 15.30-18.00 Do. 16.00-18:00	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle B)	Claudia Engel-Harte

Abteilungsleiter: Petra Vogt Tel. 0171 2820 926 petra23vogt@gmail.com
Claudia Engel-Harte Tel. 0160/620 27 30 c.engelharte@gmx.de

Volleyball

Gruppe	Trainingszeit	Ort	Trainer
Herren I	Mo: 20:30-22:30 Fr: 20:00-22:00	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle A)	Robert Babel
Herren II / Jugend 6:6 männlich	Mo: 19:00-20:30 Fr: 18:00-20:00	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle A)	Robert Babel
Damen I	Mo: 20:30-22:30 Do: 20:30-22:30*	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle A)	Marina Schell
Damen II	Mo: 19:00-20:30 Do: 19:00-20:30*	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle A)	Tilo Kaufmann
Mixed I	Mi: 20:30-22:30	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle B)	Marina Schell
Mixed II	Mo: 20:30-22:00 Do: 19:30-22:00*	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle A)	Stephan Triebel
Jugend 2:2 männlich/ weiblich	Mo: 17:30-19:00 Do: 18:00-19:30*	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle A)	Amin Amara
Jugend 4:4 weiblich	Mo: 17:30-19:00 Fr: 18:00-19:30*	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle A)	Amin Amara
Jugend 6:6 weiblich	Mo: 19:00-20:30 Fr: 18:00-20:00	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle A)	Balduin Riehn
Jugend 4:4 männlich	Mo: 17:30-19:00	Carl-von-Weinberg-Schule (Halle A)	Robert Babel
Kinder und Jugendeinsteigertraining	Mo. 18:30-20:00	Vereinshaus großer Sportraum	Jürgen Schwiglewski

*abweichende Trainingszeiten von November bis Februar

Abteilungsleiter: Sascha Zetzsche Tel: 069 6664969 Mobil: 0163 6664969
sascha.zetzsche@vfl-goldstein.de

Gruppen	Trainingszeit	Ort	Verantwortlicher
Freizeittreff für Junggebliebene	4-Wochen-Rhythmus	Termin und Ort nach Bekanntgabe	Dagmar Zetzsche Tel.069- 6665887
Krabbelgruppe (0-1 Jahr)	Mi. 11.00-12.00	Vereinshaus kleiner Sportraum	Waltraud Korf-Zack 069/ 666 7491
Geistig - körperlich FIT im Alter	Do 14.00-15.30	Vereinshaus kleiner Sportraum	Waltraud Korf-Zack 069/ 666 7491

Beiträge	Euro pro Monat
Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre	7,00
Schüler, Studenten, Azubi's	8,00
Erwachsene	10,00
Passive Mitglieder	4,00
Familienbeitrag	20,00
Einmalige Aufnahmegebühr	15,00

Geschäftsstelle
Zur Waldau 12
60529 Frankfurt am Main
Tel. 069-66113934

Sprechstunde: jeden Mittwoch von 17.00 bis 19.00 Uhr außer in den Ferien!

35 Jahre Herzsport im VfL

Am 10. 9. 2021 trafen sich annähernd 25 Herzsportler und Partner auf der schönen Terrasse am Goldsteinpark. In Würdigung seiner Verdienste als stellvertretender Abteilungsleiter hatte die Abteilung Dieter Schmidt-Burkhardt zu einem gemeinsamen Essen an diesem Abend eingeladen. In froher Stimmung und bei guten Gesprächen wurde das Essen eingenommen.

Dieter Schmidt-Burkhardt bedankte sich für den schönen Abend. Während dessen entwickelte sich ein Starkregen, wie er lange in unserer Region nicht mehr wahrgenommen wurde. Obwohl die Terrasse mit einem festen Stoffdach versehen ist, wurde es vor allem an den offenen Seiten so ungemütlich, dass in Kürze mehr als die halbe Terrasse geräumt werden musste. Der lange Tisch der Herzsportler stand auf der Innenseite der Terrasse, so konnten sie - wenn auch mit einigen Tropfen bedacht - noch bleiben. Gegen 20.00 Uhr machten sich dann einige Abteilungsmitglieder auf den Weg zur Jahreshauptversammlung, während der Abend in Ruhe ausklang. Am nächsten Freitag wurde die Abteilung in kurzer Zusammenfassung über den Verlauf der JHV informiert.

Im Oktober erhielten wir die Nachricht, dass unser Mitglied Heinz-Dieter Schmidt verstorben ist. Er war engagiert bei unserem Sport dabei, bis er und seine Frau erkrankt sind. Wir werden ihn in guter Erinnerung behalten.

Nach 2 Wochen Herbstferien im Oktober wurde der Übungsbetrieb wieder fortgesetzt. Jetzt aber nicht mehr outdoor auf dem Schulhof sondern wegen nun niedrigerer Temperaturen und früherer Dunkelheit für beide Gruppen wieder in der Halle.

Im November stellte sich wegen der steigenden Tendenz der Corona-Infektionen die Frage: wie geht es weiter mit unserem Sport? Unter strenger Anwendung des Hygienekonzeptes haben wir dann noch bis zum 12. des Monats geturnt. Doch wegen rasantem Anstieg der Infektionen musste allerdings ab

19. 11. 2021 der Sport schweren Herzens bis auf weiteres wieder eingestellt werden. Damit war klar, dass auch die schon angedachte weihnachtliche Besinnung in der letzten Übungsstunde des Jahres leider nicht stattfinden wird.

Im Februar 2022 schob sich dann die Frage in den Vordergrund: „Wann können wir wieder turnen?“ Die Infektionszahlen stiegen zwar. Doch war auch von Lockerungen die Rede. Klar war: Wenn Sport, dann nur bei strikter Einhaltung

der festgelegten Hygieneregeln. So wurde dann der Wiederbeginn für den 11. März angesetzt. Pünktlich kamen dann an diesem Tag fast 20 Sportler der Verordnungsgruppe und 4 der Nachfolgegruppe zum Sport. Wegen der noch relativ frühen Dunkelheit wurde in der Halle geturnt. Im Mittelpunkt standen Gymnastik und Dehnübungen ohne Kontakte zu den Mitturnern und selbstverständlich unter Beachtung der Hygieneregeln: Hände desinfizieren, Masken vor und nach dem Sport, Raum lüften. Die Freude des Wiedersehens und Wiederbeginns war groß.

Nachdem wegen Corona lange Zeit kaum ein geselliges Beisammensein stattfinden konnte, kam nun der Nationalitätentreff zur rechten Zeit. Im Schatten der Bäume und versorgt mit leckeren Speisen aus den verschiedensten Ländern genossen die gefühlt noch mehr Besucher als sonst einen wunderschönen Sommerabend. Es war endlich wieder einmal eine gute Gelegenheit, sich auch mal außerhalb des Sports zu unterhalten und auszutauschen.

Im Januar 1987 schloss sich die damals so genannte Koronar-Sportgruppe der Uniklinik Frankfurt dem VfL-Goldstein an. Damit hatte die Gruppe einen namhaften Verein als Träger. Somit sind es jetzt 35 Jahre, in denen der Verein guten und zielgerichteten Herzsport als Prävention und Therapie zuverlässig für Herzpatienten anbietet.

Der Übungsbetrieb beider Gruppen verläuft nun hoffentlich wieder regelmäßig und stabil ohne weitere Coronapausen. Er wird, wie bisher von der Abteilungsleiterin Nalli Ringert geleitet. Die ärztliche Betreuung erfolgt durch Ärztinnen und Ärzte der Universitätskardiologie. Für die Sommerferien steht für die Herzsportler nun wieder Walken um den Jacobiweiher auf dem Plan.

Norbert Hofmann

Nächste Termine beim VfL:

Wir hoffen, dass wir folgende Veranstaltungen wieder durchführen können, bitte informiert euch vorher in Medien/auf der Homepage, ob die Veranstaltungen tatsächlich stattfinden:

30.09.2022 JHV VfL Goldstein

30.10.2022 Marathon VfL Stand an der Staustufe

12.11.2022 Bücherstand am Martinsmarkt

09.12.2022 Erwachsenen Weihnachtsfeier
17.12.2022 Kinderweihnachtsfeier

07.06.2023 Nationalitätentreff
08.06.2023 Comedy im Festzelt
09.06.2023 Goldsteiner Trophy
10.06.2023 Disko im Festzelt

HSG Goldstein/Schwanheim

Kleine Jugend

In der vergangenen Saison konnten die Mannschaften der kleinen Jugend – Kindergarten Ballsport bis D-Jugend - fast durchgängig trainieren. Spiele fanden nicht immer statt, eine Spielrunde war angesetzt und der Verband kam uns großzügig bei Spielabsagen entgegen: Keine finanzielle Bestrafung und kein Punktabzug.

So waren alle auf der sicheren Seite, und wenn mal zuviele Spieler:innen krank waren, wurde das Spiel halt abgesagt.

Die Kinder haben sich alle sehr gefreut, dass sie wieder in die Halle zum Trainieren durften und auch zu den Spielen.

Sehr hilfreich war das System der Testhefte an den Schulen: dort wurde 2-3 mal pro Woche getestet, und zum Training oder Spiel konnte man nur, wenn das Testheft abgezeichnet war. Der große organisatorische Aufwand mit Hygiene-Beauftragten für jede Mannschaft wurde von den Eltern sehr toll mitgetragen.

Die Kindergarten-Ballsportgruppe läuft und hat eine lange Warteliste. Weil die Kiddies noch sehr jung sind, können die Trainer, Steffi Reuel und Jochen Meiser nicht ungebremst Kinder einfach kommen lassen.

Die Minis haben sehr viele Zugänge aber auch Abgänge. Jetzt wo wieder mehr möglich ist, versuchen die Kinder und Eltern auch mal was anderes. Die Goldsteiner Minis werden von Lea Bügener, Berenice Neumann, Jasmin Gallon und Ursula Lange trainiert. Das vielseitige Training gefällt den Kindern, wir haben fast jede Woche ein neues Kind in der Halle. Sie sind für die Spielfestrunde gemeldet und wir hoffen, dass sie im nächsten Winter spielen können. Letzten Winter mussten wir alle Spielfeste wegen Corona absagen, im Frühjahr haben wir ein großes Mini-Spielfest nur für die HSG Minis gemacht, also die Kinder von Schwanheim und Goldstein. Das hat allen sehr viel Spaß gemacht.

Die Minis Schwanheim haben auch großen Zulauf. Sie werden von Claudia Stade und Timo von Bordelius trainiert, auch hier suchen wir noch Trainer. Sie sind für die Turnierrunde und Spielfestrunde gemeldet. Die G-Jugend in Schwanheim wird von Daniela Regelein trainiert und nimmt auch an der Spielfestrunde teil. Eva Pfaff und Beatrice Amaral, zwei Mädchen aus der C-Jugend helfen beim Training.

Die weibliche E-Jugend wird von Ursula Lange und Thomas Baingo trainiert. Sie kommen gerne ins Training und bis zum Rundenbeginn nach den Sommerferien haben wir noch einiges zu lernen.

Die männliche E-Jugend wird Claudia Stade, Andreas Müller und Jörg Klimmroth trainiert. Florian Kreuzer, ein C-Jugend-Spieler hilft den Trainern.

Die weibliche D-Jugend wird von Alice Salandy und Bernd Funtsch trainiert. Beide haben im Juni den Kinder-Handball-Trainer Lehrgang des HHV gemacht.

Die männliche D-Jugend wird von Karsten Schmitt und Sebastian Berger trainiert, beide Spieler bei der 1. und 2. Männermannschaft, sie sind mit viel Elan das Training gestalten.

Bei den Spielen haben wir gemerkt: den Kindern fehlt Spielerfahrung. Deshalb haben die Trainer einige Turniere im Sommer besucht. Unser Turnier auf dem Beachplatz hat allen sehr

viel Spaß gemacht. Oft findet auch das Training auf dem Sandplatz statt. Bei allem Spaß ist das eine tolle zusätzliche Einheit zur Kräftigung der Beinmuskulatur und der Bänder. Rennt mal 1 ½ Stunden auf dem Beachplatz rum. Dann wisst Ihr am nächsten Tag, was Ihr gemacht habt! Außerdem ist es eine Spielform, die allen sehr viel Spaß macht.

Nach den Sommerferien trainieren wir wieder regelmäßig in der Halle und freuen uns auf die kommende Saison.

(Ursula Lange)

Bericht "ältere Jugend"

Im weiblichen Bereich der großen Jugend der Handballer plagen uns weiterhin personelle Sorgen. Bei der weiblichen A- und C-Jugend mussten daher in der abgelaufenen Saison einzelne Spiele abgesagt werden. Bei der weiblichen A sind es jetzt zu wenige, so dass es in diesem Jahr keine weibliche A- und B-Jugend gibt.

Unsere Hoffnungen ruhen auf der erfolgreichen weibl. C-Jugend (von Jochen Meiser und Sina Gottfried trainiert) die nach viel Verletzungspech in der letzten Saison nun auf eine gute Spielzeit in der Bezirksoberliga hofft.

Bei den Jungs wird es in der Saison 22/23 noch einmal keine A-Jugend geben, aber hoffnungsvoller Nachwuchs ist in der mB vorhanden. Trainiert von Florian Müller-Lampertz und Robert Stammbach sind die Ziele, im oberen Tabellendrittel der Bezirksliga A mitzuspielen.

Die männliche C-Jugend unter der Leitung von Heiko Stade und Denis Kleymann hat nach der letztjährigen Landesliga-Spielzeit leider die Oberliga-Qualifikation verpasst und erwartet nun, in der Bezirksoberliga ein Wörtchen um die Meisterschaft mitzureden.

Die Aktiven

Ein recht erfolgreiches Jahr für die HSG

Mit 3 Männer- und 2 Frauenmannschaften startete die HSG nach der Pandemie recht gut besetzt in die Saison 2021/2022. Die Ziele waren recht gut aufgeteilt die beiden 1. Mannschaften strebten den Klassenerhalt in der Landesliga an, und auch die 3. Männer wollte nach dem etwas überraschenden Aufstieg vor der Pandemie maximal die Klasse halten. Die beiden 2. Mannschaften hingegen strebten recht selbstbewusst einen Platz unter den Top 3 an. Für alle Mannschaften war jedoch der neue Spielmodus ein großes Fragezeichen. Die Gruppen wurden getrennt und in der „Vorrunde“ spielte jeder gegen jeden mit Hin- und Rückspiel, anschließend kamen die Top 2-4 (je nach Liga unterschiedlich) in die Playoffs, und der Rest in die Playdowns gegen die Mannschaften aus den anderen Gruppen.

Starten wir im Rückblick mit unseren Frauenmannschaften. Hier musste sich die **2. Frauen** über weite Strecken der Vorbereitung ohne Trainer selbst organisieren, bis mit Marius Steinmetz ein junger talentierter Trainer gefunden werden konnte. Die Mannschaft zeigt schon in der Vorrunde das im Rennen um die Playoffs kein Weg an ihnen vorbei führt und hatte lediglich im Hinspiel beim Mitfavoriten aus Seulberg eine Niederlage zu verzeichnen. In den Playoffs gab es dann viele knappe Spiele, darunter auch 2 Unentschieden und 1 Niederlage. Nicht destotrotz stand am Ende der Saison ein starker und verdienter 2. Tabellenplatz in der Bezirksoberliga zu buche, der unter normalen Umständen auch zur Teilnahme an der Aufstiegsrunde in die Landesliga reichen würde. Da jedoch die 1. Frauen schon nach der Vorrunde mit der Teilnahem an den Playoffs den angestrebten Klassenerhalt sicher machen konnte, rückte dafür die 3. Platzierten Eintracht Frankfurt nach.

So kommen wir auch schon zu unserer **1. Frauen**, die mit einem

neuen Trainer, aber alten Bekannten, Andreas Müller-Lampertz in die Saison starteten. Zu Beginn der Vorbereitung schwebte ein großes Fragezeichen über der Mannschaft, sind wir genug Spielerinnen, haben wir die Qualität nach den Abgängen, wo stehen wir in der Liga? Gleich zu Saisonauftakt, gegen den Nachbarn aus Sindlingen, stand man also schon unter Druck und musste das Heimspiel gewinnen. Nach nervösen Beginn gelang dies und eine Woche später konnte das Team auch etwas überraschend gegen Wiesbaden recht deutlich nachlagen. Bis zur Winterpause stand die Mannschaft mit 6:4 Punkten auf dem guten 3. Platz, und trotzdem herrschte Unzufriedenheit im Team und beim Trainer. Leider trennten sich deswegen auch die Wege, und aufgrund der kurzen Reaktionszeit in der Winterpause übernahm erneut Jens Wagner das Team. Den zweiten Teil der Vorrunde konnten dann die guten Leistungen der Hinspiele in den Rückspielen bestätigt werden, und auch gegen die Top Teams aus Eddersheim (am Ende Meister und Aufsteiger in die Oberliga) und Oberursel wurden es knappe Spiele auf hohem Landesliga-Niveau. In den Playoffs war dann hingegen deutlich zu merken, dass durch den vorzeitigen Klassenerhalt, die Luft schnell raus war. Nur durch die Unterstützung der 2. Frauenmannschaft konnten alle Spiele bestritten werden, und am Ende ein guter verdienter 7. Tabellenplatz in der Landesliga Mitte gefeiert werden.

Für die neue Saison haben sich beide Mannschaften dazu entscheiden die Vorbereitung zusammen zu bestreiten. Ziel ist eine Leistungsbezogen Neueinteilung der beiden Mannschaften um für die Zukunft weiterhin gut gerüstet zu sein. In der Summe sucht so eine Leistungsstarke dichte von Landesliga und BOL seines Gleichen in Frankfurter Bezirk.

Kommen wir zu unseren Herrenmannschaften, hier durfte unsere **3. Herrenmannschaft** ihr Minimalziel feiern. Viel höher zu bewerten ist aber das großen Engagement von Robert Stammbach als Trainer,

hier immer wieder junge ehemalige Spieler zu motivieren zurückzukommen, wieder anzufangen oder am Ball zu bleiben. Diese Entwicklung ist schön anzuschauen und prägt das Vereinsleben enorm. Viele von diesen Spielern klopfen nun schon in der 2. Mannschaft an, um hier auch den Konkurrenzkampf immer hoch zu halten.

Unsere **2. Herren** hat eine ganz besondere Saison hinter sich. Nach vielen Jahren der eher nicht gut vorbereiteten Angriffen auf die Aufstiegsplätze, konnte in dieser Saison der neue Trainer Frank Witschel einen schlagkräftigen Kader mit vielen erfahrenen, aber jungen Spielern formen. Ebenso wurde die gute Zusammenarbeit mit der 1. Herrenmannschaft noch weiter ausgeprägt. Dadurch konnte bei allen Spielen ein schlagkräftiges Team auf die Platte gestellt, und durch den Austausch den vielen jungen Spielern in der HSG die nötige Spielpraxis gegeben werden.

Schon in der Vorrunde gelang es dem Team bei spannenden Spielen gegen die direkten Konkurrenten aus Bergen-Enkheim und Seulberg viele Zuschauer in die Halle zu locken. Dies wurde dann nur noch getoppt bei den entscheidenden Aufstiegsspielen in den Playoffs gegen Münster und Eschhofen. Das Kompliment geht aber auch an die Gegner, die hier Spiele auf sehr hohen Bezirksniveau ermöglicht haben. Am Ende sprang schon 2 Spieltage vor Saisonende die absolut verdiente Meisterschaft und der damit verbundene Aufstieg und Bezirksliga A heraus. Die neue Klasse ist enorm wichtig für die weitere Ausbildung der jungen Spieler, und die damit verbundene Unterstützung unserer 1. Herren.

Die **1. Herrenmannschaft** startete nach der abgebrochenen Saison nun endlich nach dem Aufstieg in der Landesliga Mitte. Ebenfalls mit einem neuen Trainer, Moritz Adler folgte auf den Aufstiegstrainer Abdel Bel Hassani, und einem enorm verjüngten Kader sollte der Klassenerhalt geschafft werden. Durch glückliche Zufälle gelang es

der HSG ein paar Neuzugänge zu gewinnen, so dass für diese Mission eine schlagkräftige Truppe zur Verfügung stand.

Die harte, aber abwechslungsreiche Vorbereitung zahlte sich zu Beginn der Saison aus, mit 3 Siegen in Folge, unter anderem gegen den Aufstiegsfavoriten aus Wiesbaden, erzeugte die junge Truppe bei einigen Zuschauern Augenreiben, und hinterließ einen starken Eindruck. Leider konnte dieser Trend dann in den folgenden Wochen durch Verletzungspech nicht fortgesetzt werden. Neben der Reaktivierung vom Co-Trainer Christopher Seipp, wurde die schon angesprochenen Zusammenarbeit mit der 2. Herren forciert. Hier war deutlich zu spüren, dass der Sprung von B-Klasse in Landesliga noch recht groß ist. Die Playoffs wurden leider knapp verpasst, doch dies sollte den Kampfgeist und den Zusammenhalt zwischen beiden Mannschaften nur noch mehr forcieren. Die kurze Vorbereitung auf die Playdowns wurde sinnvoll genutzt, die Mannschaft blieb gegen die Mannschaft auf dem Gießener Raum 6 Spiele in Folge ungeschlagen, und sicherte sich mit 10:2 Punkten 2 Spieltage vor Saisonende den Klassenerhalt.

Für die neue Saison konnten recht frühzeitig ein paar Neuzugänge gewonnen werden, hier vor allem ehemalige Jugendspieler der HSG, was für die positive Entwicklung und die wachsende Attraktivität der HSG Goldstein/Schwanheim spricht.

Wir als HSG freuen uns, dass der Start nach der Pandemie für uns so erfolgreich verlaufen ist. Die Mannschaften freuen sich auf weiterhin tolle Spiele mit euch als Zuschauer und Fan. Die Entwicklung sowie das Wachstum geben uns recht, und zeigen das Handballsport aus Goldstein und Schwanheim weiterhin die Nummer 1 in Frankfurt ist.

Beachhandball Turnier: Endlich wieder Handball spielen!

Die Erwachsenen Handballer hatten bis zum Zeltaufbau Wochenende noch ihre Punktrunde im Play-off Play-down Modus gespielt und waren viel beschäftigt.

Zum Turnieraufbau verabredeten sich die Männerteams und nach dem Motto: viele Hände - schnelles Ende, ging der Aufbau recht flott voran. Gleichzeitig liefen in der Halle noch ein Quali Turnier, eine Pflichtveranstaltung, und drei Punktspiele am Abend.

Nach zwei Jahren Zwangspause war das Beachhandball Turnier dieses Jahr bewußt von uns nur für die Kinder und Jugendlichen ausgeschrieben worden. Die hatten auf viel zu verzichtet in den letzten zwei Jahren und müssen sehr viel Spielerfahrungen sammeln.

Das Konzept ging prima auf: an allen drei Tagen waren die Spielgruppen ausgebucht.

Am Sonntag spielten die Mini- Minis und Minis ihr eigenes Turnier,

Nachmittags die weibliche und männliche A-Jugend.

Am Donnerstag waren vormittags weibliche und männliche E-Jugend, nachmittags die C-Jugenden dran.

Am Samstag bei sehr großer Hitze spielten die weibliche und männliche D-Jugend und später die B-Jugenden.

Alle spielten mit sehr viel Spaß und versuchten sich fleissig in Tricks.

Die Erfrischung mit dem Wasserschlauch und in den Pools wurde sehr gerne angenommen.

Die Handballer der Erwachsenen Teams stellten die Turnierleitung und Schiedsrichter.

(Ursula Lange)

Handballcamp Ostern 2022

Endlich durften wir wieder unser Handballcamp in beiden Hallen der CvW-Schule ausrichten.

In der Woche vor Ostern gab es für 62 Kids im Alter von 6-12 Jahren erstmal nichts anderes als Handball.

Ganz so stimmt das natürlich nicht.

Im Kinder-Camp für die 6-9 - jährigen steht der Spaß und die motorische Grundlagen im Vordergrund. Wettspiele, Ninja Worrier und teamfördernde Spiele gab es daher auch. Aber Ballspielen ist nunmal das Schönste.

Bei den Größeren (10-12 Jahre) sah das schon ganz anders aus. Das Trainerteam um Heiko Stade legte den Schwerpunkt ganz klar auf Weiterentwicklung des Handballspiels. Ohne dabei allerdings

Aspekte wie Teambuilding und Spaß zu vernachlässigen.

Betreut wurden die Kids von SpielerInnen der weibl. A-Jugend und der männl. A- und B-Jugend

Für das leibliche Wohl sorgte wie immer Metzgerei Wieseke (hier war die größte Herausforderung, in Kriegszeiten an bezahlbares

Frittierfett zu kommen). Die Eltern sorgten mit Obst und Kuchen für einen Snack zwischendurch.

Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr.

Trainerteam: Claudia Stade, Heiko Stade, Giulia Porceddu, Thiemo von Bordelius, Abdel bel Hassani, Diana Marien, Daniela Regelein, Karsten Schmitt, Maren Zimmer, Marius Steinmetz, Robert Stammbach

Betreuer waren: Karima, Rahima, Souad, Tim. Alessandro, Maurice,

BADMINTON

Badminton ist ein Rückschlagspiel, das mit einem Federball und jeweils einem Schläger pro Person gespielt wird. Dabei versuchen die Spieler, den Ball so über ein Netz zu schlagen, dass die Gegenseite ihn nicht den Regeln entsprechend zurückschlagen kann.

Wir sind eine bunt gemischte Abteilung und spielen Badminton im Doppel- aber auch gerne als Einzel-Spiel. Der Level der über 20

Personen weiblich und männlich gemischten Gruppe spielt auf unterschiedlichem Niveau. In unserer Gruppe eignet sich das mit machen ab dem 16'ten Lebensjahr. Wir spielen mit Ehrgeiz aber der Spaß am Bewegen steht bei uns auch im Vordergrund. Oft haben wir daher sogar Musik dabei. Bei uns finden sich Teilnehmer unter 20, aber auch über 60 Jahren, wobei man dabei nicht denken sollte das man als jüngerer unbedingt ein Spiel gewinnt nur weil man möglicherweise schneller ist. Weit

gefehlt, den beim Badminton wird der ganze Körper gefordert. Sichere Kontrolle des Schlägers, Einschätzen der Spielfeldgröße, Reaktionsvermögen, Geschwindigkeit, Strategie und List. Badminton erfordert jedoch wegen der Schnelligkeit und der Laufintensität eine

gute körperliche Fitness. Wir haben derzeit keinen offiziellen Trainer sind aber dennoch in der Lage durch unsere Spielqualität kontinuierlich zu steigern. Dafür bieten wir neben dem normalen Spielbetrieb auch Training an. Wer Interesse hat teilzunehmen ist herzlich willkommen und kann sich gerne entweder unter badminton@vfl-goldstein.de per E-Mail, oder auch gerne telefonisch unter 0160-2931970 (Thorsten Breitenbach) melden.

Unsere Zeiten sind:

Montags 19 - 22h in der Turnhalle der Goldsteinschule

Mittwochs 20:30 – 22:30h in der Halle B der CvW-Schule

Freitags 20 - 22h in der Turnhalle der Goldsteinschule

Liebe Mitglieder,

noch hat uns der Virus-Wahnsinn der vergangen zwei Jahre nicht ganz in Ruhe gelassen, jedoch konnten wir bis dato, und das zu unserer großen Freude, die Tennissaison 2022 ohne größere Einschränkungen starten und durchführen.

Nachdem wir im vergangenen Jahr bereits die Infrastruktur der Außenanlage verbessert haben, haben wir nun in diesem Jahr eine weitere Herzensangelegenheit für unsere Mitglieder in Angriff genommen. Durch die längere Bauphase des Vereinsheims und den Wegfall der Kooperation mit der Tennisschule aus Neu-Isenburg, ist zu unserem Bedauern das Trainingsangebot sowohl für die Jugend, als auch für die Erwachsenen in den Hintergrund geraten. An dieser Stelle möchten wir uns nochmals herzlichst bei unsern Mitgliedern Karl Heinz Jost und Bernhard Fäth bedanken, die in dieser Zeit als Trainer eingesprungen und unsere neuen Mitglieder unter ihre Fittiche genommen haben.

Es hieß nun also für uns, Trainer für beide Bereiche ausfindig zu machen und für unseren Verein zu gewinnen. Mit Jörn Dornbusch fanden wir schnell einen passionierten Jugendtrainer, dem sowohl das Training als auch die Jugendförderung im Bereich des Sports genauso wichtig war wie uns. Doch auch Nicht-Mitglieder sollen den Spaß am Tennis kennenlernen. Und somit freuen wir uns zusätzlich zum Jugendtraining (mittwochs & donnerstags) in diesem Sommer auch noch bei der Projektwoche der Carl-von-Weinberg Schule mitwirken, und Schülerinnen und Schüler der 5. und 6. Klasse Schnuppereinheiten anbieten zu können.

Auch bei den Erwachsenen hatten wir das Glück den sehr erfahrenen und hochklassig spielenden Trainer Yavor Yassifov für uns zu gewinnen, der nun mittwochs die Skills unserer Erwachsenen poliert.

Im Mannschaftsbereich konnte wir in dieser Saison aufgrund der großen Nachfrage eine weitere Mannschaft melden, sodass wir dieses Jahr mit fünf Mannschaften in die Punktrunde gestartet sind. Zwei davon spielen auf Landesebene (Herren 30-1 und 60), drei auf Bezirksebene (Damen, Herren 30-2, Herren 65).

Euer Abteilungsleiter

Christian Liessem

Sportakrobatik

Als besonderes „Highlight“ in diesem Jahr gab es für unsere kleinsten und jüngsten Sportakrobatinnen,, teilweise zum ersten Mal, die Gelegenheit ihr Können vor Publikum zu präsentieren. Im Rahmen der VfL Festwoche wurde am Mittwoch, dem Nationalitätenabend ein gelungenes Bühnenprogramm mit einigen sportlichen Vorführungen dargeboten.

Hier zeigten unsere Akro-Purzel Teile ihres Aufwärmprogrammes welche sie üblicherweise im Training absolvieren. So konnte der Nachwuchs bravourös seinen Auftritt meistern und auf diese Weise erste Bühnenerfahrung sammeln. Sehr gut gemacht ! Dieses spielerische Lernen der Grundlagen fördert einen gleitenden Übergang in die anspruchsvolle Elementebildung der Sportakrobatik.

Gleich im Anschluss präsentierte unsere Leistungsgruppe ihr Showprogramm mit Partner Elementen. Neben den tropischen Temperaturen, die einen Paaraufbau zusätzlich erschweren, brachten auch die Sportakrobatinnen die zahlreich erschienenen Zuschauer zum Schwitzen. Ihr Auftritt begeisterte Groß und Klein, es kamen somit alle auf ihre Kosten. Prima !

Rosa Maria Cura

Mit freundlich
Frankfur

Core Strength

Stärkung der Körpermitte für eine optimale Kraftübertragung vom Unterkörper zum Oberkörper und einen gesunden und starken Rücken.

Durch das 30/15 Intervalltraining kommst du auch ins Schwitzen und verbrauchst ein paar zusätzliche Kalorien.

Das Training wird durch unseren Trainer Patrick geleitet und findet jeden Mittwoch von 19:30-20:00 Uhr im kleinen Sportraum im Erdgeschoss des Vereinsheim, an der Waldau 12, statt.

Rückenfit

Ganzheitlicher Rückenfitkurs mit vielfältigen und abwechslungsreichen Übungen mit und ohne Utensilien.

Fokus auf Gelenk Mobilität, Muskel Kräftigung und Verbesserung der Range of Motion.

Gezielte Anweisungen und Übungsabstufungen um den Bewegungserfolg schmerzfrei erreichen zu können.

Thematisierung von Ziel und Zweck der Übungen, sowie Alltagsbedingter Ursachen von Rücken und Gelenkproblematiken.

Das Training wird durch unseren Trainer Patrick geleitet und findet jeden Mittwoch von 20:00-21:00 Uhr im kleinen Sportraum im Erdgeschoss des Vereinsheim, an der Waldau 12, statt.

Krabbelgruppe beim

VfL Goldstein

Seit letztem Jahr trifft sich, jeweils Mittwochs ab 11 Uhr, eine Krabbelgruppe für Babys ab Geburt bis zum Laufen können, oder einem Jahr (mit Elternteil).

Die Mütter und/oder Väter nutzen diese Zeit, um mit anderen

Eltern Erfahrungen auszutauschen und auch um neue Kontakte

zu knüpfen.

Die Babys liegen je nach Alter beobachtend oder spielend auf

Ihrer Decke, krabbeln, machen erste Laufversuche und ertasten die

Umgebung.

Die Gruppe bestimmt den Ablauf der Stunde, welcher durch die Kursbetreuung unterstützt wird.

Krabbelort:

Im Vereinshaus des VfL Goldstein

Zur Waldau 12, (im Erdgeschoss)

Für VfL Mitglieder ist das Angebot kostenfrei.

Für Nichtmitglieder kostet eine 10er Karte 25 EUR.

(2 Schnupperstunden sind kostenfrei)

Infos erhalten Sie auch unter: 069/ 6667491

Die Jugend des VfL Goldstein war in Spanien

In diesem Sommer fuhr der VfL Goldstein bereits zum 29. Mal auf eine große Jugendfreizeit. 2 Wochen haben die Jugendlichen einen Teil Ihrer Sommerferien an der Costa Brava in Spanien verbracht. Nachdem die nächtliche Busfahrt überstanden war, erwartete uns am Morgen ein langer, breiter Sandstrand und strahlender Sonnenschein in der Bucht von Rosas. Geschlafen wurde ab dann in Komfort-Zelten, die mit festem Boden und Betten ausgestattet sind. Neben Schwimmen und Schnorcheln durfte Beachhandball natürlich nicht fehlen. Selbstverständlich standen neben dem „Faulenzen“ an Pool und Meer, und Spielen im Camp, auch Ausflüge auf dem Programm. Ein Tagesausflug nach Barcelona und der Besuch des Marktes in Empuriabrava ließen auch die Herzen der Shopping-Freunde höherschlagen. Ein Ausflug nach Cadaques, der weißen Stadt, in Kombination mit Schnorcheln und einer Seekajaktour waren schön, leider mussten wir das Seekajak fahren wegen zu viel Wind abbrechen!

Ein heftiges Unwetter mit Wind und Regen hatte uns vor Ort auch erwischt. Aber mehr als ein paar nasse Klamotten und etwas Aufregung blieben zum Glück nicht zurück. An zwei Abenden war das Discomobil zu Besuch und hat am Strand beste Partylaune verbreitet. Zwei Mountainbike-Touren und eine Seekajak-Tour zum nahen Fluss „Fluvia“ standen auch dem Programm. Abgerundet wurde die Reise am letzten Tag dann mit dem sehr frühen Aufstehen zum Sunrise Stand-up-Paddeling mit tollem Himmel bei der aufsteigenden Sonne, sowie dem Besuch des Aquaparks.

Bei allen Teilnehmern und Betreuern war gute Laune und viel Spaß während der gesamten Reise angesagt!

Im nächsten Jahr wird es wieder nach Spanien gehen! Als Termin könnt Ihr euch schon mal den 27. Juli bis 10. August 2023 notieren.

Infos zur nächsten Jugendfreizeit des VfL Goldstein findet ihr ab Mitte September unter http://www.vfl-jugendfreizeit.de

Wir suchen....

Du hast Lust dich zu engagieren und dich einzubringen ? Spaß daran mit Menschen in Kontakt zu sein ? Willst den VfL weiter bringen und fit für die Zukunft machen?

Dann bist du bei uns genau richtig!!!

- **Grafik-Designer/In**
- **Fotograf/In**
- **Mitglieder für den Vergnügungsausschuss**
- **Stellv. Schriftführer/In**
- **Stellv. Pressewart/In**
- **Organisation Erwachsenen-Weihnachtsfeier**

Wir können über alles reden und absprechen, wie die Aufgaben genau aussehen sollen. Eventuell hast du eigene Ideen was man besser/anders machen kann ? Dann spreche uns doch einfach an oder schreibe uns eine kurze eMail an heft@vfl-goldstein.de

Liebe Mitglieder und die, die es werden möchten,

sollten Sie oder Ihr Kind staatliche Leistungen, wie z.B. Kinderzuschlag, ALG2, Sozialhilfe oder Wohngeld beziehen, besteht die Möglichkeit, dass wir Ihnen eine Bescheinigung über die Mitgliedschaft Ihres Kindes für die Beantragung von **Bildung und Teilhabe,** ausstellen.

Nach der Genehmigung wird Ihnen der zuvor geleistete Mitgliedsbeitrag erstattet. Die Bescheinigung kann bis zum vollendeten 18. Lebensjahres des Mitglieds ausgestellt werden.

Sollten Sie eine Bescheinigung benötigen, bitten wir Sie uns anzusprechen. Wir sind erreichbar unter der 069 66113934 oder per Mail (mitglieder@vfl-goldstein.de).

Viel zu früh müssen wir Abschied nehmen von unserem Mitglied, Vereinskameraden und Freund

Im April 2022 verstarb

Michael „Michel“ Fäth

In dankbarer Würdigung seiner Verdienste als Mitglied des Handballs in Goldstein, als langjähriger Torwart und Garant für den sportlichen Erfolg unserer 1. Herrenmannschaft, ehemaliger Jugendtrainer, Abteilungsleiter Handball und als kompetenter Ratgeber nehmen wir Abschied von Michel.

Wir verlieren mit ihm nicht nur einen großen Handballer, einen guten Freund, sondern auch einen großartigen Menschen.

Wir werden Michel nicht vergessen und sein Andenken in Ehren halten.

Der Vorstand und die Mitglieder des
VfL Goldstein 1953 e.V.

Große Geburtstage

Im letzten Jahr konnten wieder viele unserer Mitglieder einen ganz besonderen Geburtstag feiern. Wir gratulieren allen ganz herzlich!

Zum 70. Geburtstag:

Dagmar Zetzsche
Claudia Kauter
Jutta Theil
Heidemarie Kargus
Estrella Streitberger
Inge Sutter
Lutz Grell-Kamutzki
Niv Vair Singh Khamba-Bönisch
Cornelia Kempf-Jones

Den 75. Geburtstag konnten folgende Mitglieder feiern:

Anita Diehl
Hans-Joachim Scholz
Ruth Lechler
Iris Nottebaum
Evelyn Schröder
Helga Schmidt
Monika Beyer-Schiefer
Christine Max
Georg Arnold

Ganz besondere Geburtstage hatten:

Erika Lang (95.)
Norbert Hofmann (94.)
Renate Schwarz (93.)
Margarete Rollhaus (93.)
Hermann Leißner (92.)
Franz Lederer (92.)
Eleonore Leißner (92.)
Dietmar Keyser (91.)
Horst Lenz (90.)
Hermann Schnieblich (88.)
Werner Mann (87.)
Ursula Reichardt (87.)
Marianne Lenz (86.)
Ingrid Stern (85.)
Horst Stadler (86.)
Liane Stadler (86.)
Hanni Schülke (86.)
Dieter Brüsch (85.)
Elisabeth Dreher (85.)

Den 80. Geburtstag feierten:

Helga Besier
Rudolf Grätz
Georg Rebscher
Barbara Leonhard
Walter Max
Katalin Kandel

Herzlichen Glückwunsch

So erreichen Sie uns

Abteilungsleiter	Name	Telefon
Badminton	Thorsten Breitenbach	0160/ 293 19 70
Gymnastik	Ehrhard Weil	666 73 29
	Ingeborg Horbert	35 10 1890
Handball	Erik Schweißer	0151/ 157 36 107
	Ursula Lange	35 98 25
	Oliver Lange	0163/2316763
	Claudia Stade	0177/ 89 63 452
Herzsport	Nalli Ringert	0160/ 973 88 003
	Thorsten Jacques	nur SMS 0172/ 6979317
	Helmut Mohr	67 65 33
Kenjutsu	Volker Maly	666 27 09
Radwandern	Dr. Fritz Keilbar	67 52 47
Schach	Volker Schmidt	666 79 58
Schwimmen	Beate Speier	66 11 187
Sportakrobatik	Rosa Maria Cura	666 52 76
Taekwondo	Chi Chidi Chukwumerije	teakwondo@vfl-goldstein.de
Tanzen	Josephine Rückwardt	0163/ 480 53 60
	Jennifer Hameister	0176/ 615 56 477
Tennis	Christian Liessem	0151/24147675
Turnen	vakant	
Volleyball	Sascha Zetzsche	666 49 69
	Thomas Schweiger	36 60 78 44
	Dagmar Zetzsche	666 58 87
Walking	Ute Gottfried	660 55 757
	Agnes von Bordelius (Stv.)	666 00 719

So erreichen Sie uns

Funktion	Name	Telefon
Vorsitzender	Rainer Schroth	0160/ 580 14 33
Stellv. Vorsitzender	Gerald Ziegler	66 12 37 40
Stellv. Vorsitzender	Andreas Gallon	666 20 59
Kassiererin	Karin Kirschnick	666 66 02
Stellv. Kassiererin	Uschi Gallon	666 18 36
Mitgliederverwaltung	Isabel Wehner	66 11 39 34
Schriftführerin	Uschi Klein	666 79 19
Stellv. Schriftführerin	vakant	
Sportwartin	Jasmin Gallon	666 20 59
Stellv. Sportwart	Erik Schweißer	0151/ 157 36 107
Pressewart	Thorsten Breitenbach	0160/ 293 19 70
Stellv. Pressewartin	vakant	
Jugendwartin	Sandra Lippert	jugend@vfl-goldstein.de
Jugendwart	Simon Lippert	
	Philipp Leißner	
Vergnügungsausschuß	Silvia Münchberger	666 75 04
	Stefanie Reuel	407 696 84
Sportabzeichenobfrau	Ursula Lange	35 98 25
Ehrenvorsitzender	Karl Peter Ziegler	35 02 03
Tennisanlage	Zur Waldau 12	
Geschäftsstelle	Zur Waldau 12	66 11 39 34
Internet	www.vfl-goldstein.de	

Impressum

Herausgeber: VfL Goldstein 1953 e.V.

vertreten durch den Geschäftsführenden Vorstand

Heft@vfl-goldstein.de

Zur Waldau 12
60529 Frankfurt am Main

www.vfl-goldstein.de
Geschäftsstelle geöffnet mittwochs 17-19 Uhr
(außer in den hessischen Schulferien)
Infos@vfl-goldstein.de
069/ 66 11 39 34

Konto:

Frankfurter Volksbank eG
IBAN DE42 5019 0000 4202 1814 79
BIC FFVBDEFFXXX