

Wir alle sind ein Verein – ein Verein, der bewegt!

TURNVEREIN 1848 Ober-Olm e.V.

Homepage: www.tvoo.de



NEWSLETTER 01/2020

Liebes Mitglied,
liebe Sportlerinnen und Sportler,

Osterferienbetreuung 2020

Der Turnverein bietet vom 14.04.- 17.04.20 eine Ferienbetreuung während der Osterferien an. Die Betreuung ist für alle Grundschüler. Wir werden gemeinsam Ausflüge machen, kochen und natürlich darf der Sport nicht fehlen!

Bereits in den vergangenen Herbstferien fand eine Ferienbetreuung statt und es war ein voller Erfolg. Was wir Tolles unternommen haben und wie viel Spaß wir hatten, seht ihr hier:

<https://www.tvoo.de/vereinsleben-aktuell/>.

Die Plätze sind begrenzt, also meldet euch schnell an unter: mareike.steinbauer@tvoo.de.

Wir freuen uns auf euch!

Neue Kurse - jetzt noch schnell anmelden:

- Deep Work bei Roswitha alle Samstage im März von 10:30 bis 11.30 Uhr in der TV Halle.
- Rückenkurs bei Iris mittwochs ab dem 26.02.20 von 19.00 bis 20.00 Uhr in der TV Halle
- Einsteiger Pilates Kurs donnerstags am 05.03.20 und 12.03.20 von 19.00 bis 20.15 Uhr in der TV Halle
-

„MobiLates“– neues Angebot für alle

Die Pilatetrainerin Anna Makulla-Kiefer hat den TVOO verlassen. Eine qualifizierte Nachfolgerin konnte leider bislang nicht gefunden werden, sodass der TVOO den Pilateskurs als solchen bis auf Weiteres nicht mehr anbieten kann.

Ersatzweise wird jetzt Ann Kathrin Helbach „MobiLates Stunden anleiten. Hierbei werden Elemente aus dem Pilates und aus dem Bereich Mobility kombiniert und in Einklang gebracht. Die Stunde findet mittwochs von 20.00 bis 21.00 Uhr in der Schulturnhalle statt. Es handelt sich um ein offenes Angebot, Kursgebühren fallen nicht an. Nicht-Mitglieder sind zum Schnuppern herzlich eingeladen.

Wandertermine der Flotten Sohle

Startzeit ist jeweils sonntags um 9.30 Uhr an der TV Halle. Die Touren sind auch für Einsteiger geeignet (ca.12 bis 16 km). Benötigt werden festes Schuhwerk sowie wetterfeste Kleidung. Die Verpflegung übernimmt jeder selbst. Infos unter Telefon 06136/87546.

15.03. 19.04. 17.05. 21.06. 12.07. 09.08. 06.09. 04.10. 15.11. 13.12.2020

Wir alle sind ein Verein – ein Verein, der bewegt!

Sportabzeichen

Auch in diesem Jahr nimmt Claudia Held wieder das Sportabzeichen ab. Vorgesehen sind folgende Termine, Treffpunkt ist jeweils der Sportplatz:

Freitag 15.5.2020 - 18:00 Uhr

Samstag 20.06.2020 - 10:00 Uhr

Freitag 29.8.2020 - 18:00 Uhr

Samstag 26.9.2020 - 10:00 Uhr

SpaS (Sport am Samstag) – neues Format beim TVOO

Gerade erst ist der Muskelkater vom Fitnesstag abgeklungen, da stehen schon die nächsten sportlichen Ereignisse beim TVOO an. „Wir haben im Zuge der abgesagten Fastnacht betont, dass wir uns wieder mehr auf unsere sportlichen Wurzeln besinnen und künftig neue Formate anbieten möchten. Diesen Vorsatz setzen wir nun mit SpaS (Sport am Samstag) um. Das sind kurze knackige Bewegungseinheiten am Samstagvormittag, die maximal über zwei Stunden gehen und von unseren eigenen oder externen Trainern abgehalten werden. Damit können auch diejenigen, die unter der Woche wenig oder keine Zeit dafür haben, etwas für sich tun und sich fit halten,“ erklärt die 1. Sportwartin Jasmin Bangel.

Los geht's mit BODEGA moves® (ein kraftvolles Ganzkörpertraining nicht nur für Frauen) am 08.02.2020 von 10.30 bis 11.30 Uhr in der TV-Halle. An den Samstagen im März geht es weiter mit deepWORK™, jeweils von 10.30 bis 11.30 Uhr in der TV Halle. Anmeldungen bitte unter sportausschuss@tvoo.de.

Fitnesstag – Mit Power und Spaß ins neue Jahr

Zugegeben, 8.45 Uhr ist für viele Menschen nicht die Uhrzeit für ein Warm-Up an einem Samstagmorgen, und einige wenige haben tatsächlich verschlafen, aber die anderen rund 80 Teilnehmer des Fitnesstages waren hellwach am Start und genossen das Warmwerden der Muskeln. Danach ging es in die unterschiedlichen Workshops, die an diesem Samstag, 11.01.2020, von 9 bis 14 Uhr in drei Zeitblöcken parallel angeboten wurden. Neugierige ließen sich überraschen, was hinter deepWORK™, Kapow® Fitness oder Bodega Moves steckt, andere wagten die anspruchsvolle Choreografie auf dem Stepper oder genossen die vertrauten Anstrengungen bei Power-Pilates, Fitboxen, Yoga oder Zumba. „Ich spüre jetzt schon meine Muskeln, mal sehen, ob ich bis zum Ende durchhalte“, sagt lachend ein Teilnehmer nach der ersten Runde und macht sich auf zu neuen sportlichen Abenteuern. „Das ist das Tolle an diesem Fitnesstag“, ergänzt er, „man kann hier immer Neues ausprobieren und bekommt alles an einem Ort präsentiert. Einfach gut!“

Für den reibungslosen Ablauf und gesunde Snacks sorgte während des Tages das bewährte Orga-Team Ute Tambour, Michaela Jäger und Jasmin Bangel.

Kettlebell-Wettkampf Rhein-Main-Cup wieder in Kooperation mit dem TVOO

Zum Teil von weit her haben die Kettlebell-Athleten am Samstag, 01.02.2020, den Weg nach Ober-Olm zum „Rhein-Main Cup“ gefunden: Sie kamen aus der Schweiz, Holland, Luxemburg, ein Teilnehmer gar aus der Ukraine. Der größte Teil der rund 45 Athleten kam jedoch aus dem Bundesverband Deutscher Kettlebell Sportler (BVDKS). Den ganzen Tag über schwangen sie die

Wir alle sind ein Verein – ein Verein, der bewegt!

Kugelhanteln in unterschiedlichen Disziplinen: Snatch, Jerk, Long Cycle ein- oder beidarmig. „Man tritt eher gegen sich selbst und die Uhr an als gegen einen direkten Gegner. Ein besonderes Highlight waren die Marathonwettbewerbe mit einer Dauer von 30 Minuten. Hier konnte Christian Tietz aus Ober-Olm mit einer starken Leistung punkten und an der Qualifizierung für die Europameisterschaft arbeiten,“ berichtet „Kettlebeller“ Tobias Rudolf vom TVOO. Christian Heiser, 2.Vorsitzender des TVOO und ebenfalls begeisterter Anhänger der noch eher unbekannteren Sportart, ergänzt: „Besonders hat uns die große Unterstützung durch den Verbandspräsidenten Vadim Sichwardt gefreut. Er hat auch gleich zwei Profiwettbewerbe gewinnen können.“ Bei Heiser liefen die Organisationsfäden in Ober-Olm zusammen. Sein Pendant auf Bundesebene war Bär von Schilling, seines Zeichens renommierter Kettlebell-Coach, der sich um die Anmeldeformalitäten kümmerte. Der TVOO hielt die Athleten mit Kaffee, Kuchen und Verpflegung bei Kraft und Laune gehalten.

Kooperation mit Kita Abenteuerland

Der Turnverein und die Kindertagesstätte Abenteuerland freuen sich, dass die langjährige Kooperation auch im kommenden Jahr fortgesetzt werden kann. Das Trainerteam Jasmin Bangel und Nadine Fachinger, bringen wieder Bewegung in das Abenteuerland: Mittwochs dürfen sich zwei Gruppen in der Kindertagesstätte bei einem abwechslungsreichen Programm austoben, die Vorschulkinder (Piraten) haben donnerstags in der Ulmenhalle ihren Spaß am vielfältigen Bewegungsangebot. Die Kooperation wird vom Landessportbund Rheinland-Pfalz bezuschusst und ist eine Initiative der Sportjugend mit dem Ziel einer frühen Bewegungserziehung bereits im Kindergartenalter. Spielerisch werden nebenher auch noch die Auge-Hand-Koordination, die Haltung und die Wahrnehmung trainiert.

Jasmin Bangel Vizepräsidentin beim RhTB

Unsere Geschäftsführerin Jasmin Bangel wurde am 47. Verbandstag des Rhein Hessischen Turnerbunds (RhTb) am 27. Oktober 2019 in das Amt der Vizepräsidentin gewählt. Wir beglückwünschen Jasmin zur Wahl und freuen uns, dass sie in den kommenden vier Jahren das Ohr nah am Sportsgeschehen hat und die dadurch gewonnenen Einblicke und Kenntnisse dem TVOO zu Gute kommen.

Vormerken:

29.03.2020 Indiaca Osterhasenturnier, ab 9.00 Uhr

01.05.2020 Maiwanderung, ab 9.30 Uhr

Es grüßt herzlich im Namen des Vorstands
Antoinette Malkewitz