

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

TURNVEREIN 1848 Ober-Olm e.V.

Homepage: [www.tvoo.de](http://www.tvoo.de)

NEWSLETTER 01/2024



Liebes Mitglied,  
liebe Sportlerinnen und Sportler,

anbei senden wir Dir heute den ersten Newsletter im Jahr 2024.

## **Fitness-Begeisterung beim TV Ober-Olm**

Am 13. Januar 2024 fand der jährliche Fitnesstag des TV Ober-Olm in den geräumigen Sportstätten rund um die TV-Halle statt. Die Veranstaltung, die von rund 70 begeisterten Teilnehmerinnen und Teilnehmern besucht wurde, bot ein breites Spektrum an Fitnessaktivitäten für jedes Alter. Vom neuen Trend des Feet-Up-Yoga, das vor allem die Körperbalance fördert, über Kettlebell-Fitness, Aroha und Bodega Moves, war, um nur einige Beispiele zu nennen, für alle sportbegeisterten Teilnehmende etwas dabei.

Die Veranstaltung bot zudem die Gelegenheit, die neue Zumba-Trainerin Jennifer Candeloro kennenzulernen. Mit energiegeladenen Moves und mitreißender Musik begeisterte sie die Teilnehmer und präsentierte eine dynamische Seite des Fitnesstrainings.

Ebenso neu im Programm war das Kinder-Yoga, wo von Kathrin Horn den jüngsten Teilnehmenden spielerisch der Zugang zur Welt der Fitness gezeigt wurde.

Am Schluss sorgte Oliver Schweiß mit begleitender und gefühlvoller Gitarrenmusik beim Abschlusskurs „Stretch und Relax“ für eine harmonische Atmosphäre und einen gelungenen Abschluss.

Sollte jemand Interesse für die Sportangebote des TV Ober-Olm haben und am Fitnesstag nicht dabei gewesen sein, ist ein schnuppern jederzeit in allen Stunden möglich.

## **Anstehende Sanierungsarbeiten in der TV-Halle**

Die Sanierungsmaßnahmen in unserer TV-Halle haben begonnen.

Es werden in den nächsten Wochen zuerst die Leuchtkörper getauscht und die Hallenwände neu angelegt. Dies hat zur Folge, dass der Sportbetrieb zum Teil nicht wie gewohnt stattfinden kann. Die Übungsleiter werden Euch informieren, wenn sich an Eurer Stunde etwas ändern sollte.

Ab April wird dann auch die Bodensanierung durchgeführt und der Hallenboden vollständig erneuert. Für den Zeitraum der Sanierung ist die Halle geschlossen. Der geänderte Sportplan wird frühzeitig bekannt gegeben.

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

## **Fastnachts-Kinderturnstunde beim TV Ober-Olm**

In **Rot**, **Weiß**, **Gelb** und **Blau**, ruft der ganze Zirkus heute **HEL AU!** Manege frei für die Kinder des TV! Am Freitag, den 09.02.2024 verwandelt sich die TV Halle in ein buntes Zirkuszelt. Alle kleinen Zirkusartisten sind herzlich eingeladen von 14:30 bis 15:30 Uhr ihre tollen Kunststücke zu präsentieren und neue akrobatische Dinge auszuprobieren.

Je bunter, desto besser! Wir freuen uns über eure kreativen Kostümideen. Von lustigen Clowns über furchtlose Dompteure bis hin zu eleganten Trapezkünstlern - der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Schnappt euch eure großartigen Kostüme und kommt zahlreich zu unserer Kinderturnstunde. Die Manege ist bereit und wir freuen uns auf eine zauberhafte Zirkusvorstellung!

## **Neuer Zumbakurs**

Ab Donnerstag, den 15.02 startet unter neuer Leitung Zumba beim Ober- Olmer Turnverein.

Du hast Lust auf ein Tanzworkout und Deinen gesamten Körper in Schwung zu bringen? Dann ist Zumba genau richtig. Wir tanzen zu mitreißenden Rhythmen, lateinamerikanischer Musik, kombiniert mit internationalen Beats. Gemeinsam lernen wir leichte, energiegeladenen Schritte und verbrennen ein paar Kalorien. Der Fokus liegt auf Spaß, Gemeinschaft und Fitness - ganz ohne Druck.

Zumba ist die perfekte Möglichkeit, sich auszupeinern, Stress abzubauen und dabei das Tanzbein zu schwingen. Egal, ob Du Tanzerfahrung hast, oder das erste Mal auf der Tanzfläche stehst. Zumba ist für jeden geeignet! Lass dich von der Musik mitreißen, hab Spaß und genieße die Zeit. Schau vorbei und probiere es aus.

Anmeldung unter: [info@tvoo.de](mailto:info@tvoo.de)

## **Outdoorsport beim TV**

Der TVOO bietet ab März wieder einmal im Monat geführte Radtouren an. Die erste Tour startet am Samstag, 02.03.2024 um 14:00 Uhr. Der Abfahrtsort ist die Turnhalle des TV-OO. Es geht dabei um Genussradeln für die Altersgruppe von 8 bis 80 Jahren. Wer mitfahren möchte, kommt einfach mit seinem Fahrrad zur Turnhalle. Wir wollen unsere schöne rheinhessische Umgebung um Ober-Olm herum erkunden und dabei die Natur genießen. Geplant sind ca. 30 bis 40 km mit gemäßigten Anstiegen. Der genaue Schwierigkeitsgrad und Umfang ergeben sich aufgrund der Teilnehmerinnen und Teilnehmer vor Ort. Die Tour wird geführt von Sandra und Frank Fell-Bosenbeck. Beide verfügen über die entsprechende Fahrradtour-Erfahrung mit Tourenrädern. Auf Wunsch kann auch ein Einkehrschwung währenddessen oder danach eingeplant werden. Wir freuen uns über eine rege Teilnahme.

Die Wandergruppe Flotte Sohle bietet seit einiger Zeit keine Sonntagswanderungen mehr an. Sonntagswanderungen sind ab diesem Jahr aber wieder geplant, unter neuer Leitung und neuem Konzept. Die erste Wanderung ist am Sonntag, den 28.04 geplant. Alle Infos hierzu folgen in Kürze auf der Homepage.

## **Sommerferienbetreuung**

Da die Osterferien in diesem Jahr sehr kurz sind, haben wir uns entschlossen, erst in den Sommerferien wieder eine Ferienbetreuung anzubieten. In der ersten und zweiten Ferienwoche soll das Programm angeboten werden und stattfinden.

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

Anmeldungen auf der Homepage und möglich unter: [info@tvoo.de](mailto:info@tvoo.de)

## Abbuchung der Mitgliedsbeiträge

Die Beiträge für das Jahr 2024 werden um den 15.02 eingezogen!

## Alle Termine im Überblick:

### Fastnachtsturnen

Freitag, 09.02.2024

14:30 - 15:30 Uhr in der TV Halle

### Fortbildung für die Übungsleiter: Sexualisierte Gewalt

Mittwoch, 13.03.2024

18:00 Uhr im Pits Treff

### Jahreshauptversammlung

Dienstag, 23.04.2024

19:00 Uhr in der TV Halle

### Neuauflebung Wandern beim TVOO – 1. Tour 2024

Sonntag, 28.04.2024

10.30 Uhr Treffpunkt an der TV Halle

Nähere Infos folgen in Kürze...

### Mai Wanderung

Mittwoch, 1. Mai

Ab 09.30 Uhr ab TV Halle

### Sommer Ferienbetreuung ( 2 x 1 Woche)

15.07.2024 - 19.07.2024 (Woche 1 – 1. Gruppe)

22.07.2024 - 26.07.2024 (Woche 2 – 2. Gruppe)

Jetzt anmelden!

### Kettlebell Rhein Main Cup

Samstag, 28.09.2024

Tagsüber in der Ulmenhalle

### Kinderkerbedisco

Freitag, 08.11.2024

15.00 – 16.00 Uhr in der TV Halle

### Nikolausfeier Donnerstag

Donnerstag, 19.12.2024

17.00 Uhr vor/in der TV Halle