

# SPORT

im TSV Engenhahn



# 2023



KOMPLETTE, LANG SÄTTIGENDE MAHLZEITEN

HOCHWERTIGE PROTEINQUELLEN

ZWEI VEGANE SORTEN

NACH DEM SPORT ODER AUF DER ARBEIT

IN 3 MINUTEN VERZEHRFERTIG

KÖRPERKRAFT®

# PROTEIN

## *Gerichte*



koerperkraft.protein

POWERED BY



# Inhalt

|                                                    |    |
|----------------------------------------------------|----|
| Einladung zur Mitgliederversammlung.....           | 4  |
| am Sonntag, den 25.06.2023 um 18 Uhr.....          | 4  |
| im Sportlerheim des TSV Engenhahn am Sonntag ..... | 4  |
| Grußwort der 1. Vorsitzenden .....                 | 5  |
| Sportlerheim Renovierung.....                      | 8  |
| Kinderleichtathletik (KiLa) – Neu beim TSV .....   | 10 |
| Fahrradtour 2022 .....                             | 14 |
| Jugendabteilung – Kinder-Keltertag .....           | 16 |
| Sport – Spiel – Spaß.....                          | 17 |
| Eltern-Kind-Turnen .....                           | 18 |
| Kinderturnen .....                                 | 20 |
| Judo .....                                         | 21 |
| Kunterbunter Kinderfasching in Engenhahn .....     | 22 |
| Skifreizeit .....                                  | 24 |
| Mountainbiking Kinder.....                         | 25 |
| Der TSV-Wochenkalender.....                        | 26 |
| 36. Gickellauf nach 2 Jahren Pause .....           | 28 |
| Radfahrer-Wintertraining .....                     | 32 |
| Radfahren Erwachsene .....                         | 33 |
| Pilates bei Elena .....                            | 34 |
| BBP – Fatburner .....                              | 35 |
| Sportabzeichen 2022 .....                          | 37 |
| Yoga .....                                         | 39 |
| Wortgruppe Funktionsgymnastik 60+ .....            | 40 |
| „Teenager Spätlese“ .....                          | 40 |
| Saisonbericht Tischtennis 2022/2023 .....          | 41 |
| Rückengymnastik .....                              | 43 |
| Body Balance.....                                  | 43 |
| Volleyball .....                                   | 44 |
| TSV in Zahlen .....                                | 46 |
| Wer macht was im TSV .....                         | 50 |

## IMPRESSUM

Herausgeber:  
TSV Engenhahn 1977 e. V.  
Pirolweg 20  
65527 Niedernhausen-  
Engenhahn

Redaktion und verantwortlich für den  
Inhalt: Anke Helmes, Brigitte Sedlmair,  
Rebekka Lonczyk  
Fotografie: Harold Adams  
Titel und Gestaltung: Björn Bordon

Anzeigen: Eberhard Heyne  
Erscheinungsweise: jährlich  
Auflage: 500 Stück

Konto TSV Engenhahn:  
Wiesbadener Volksbank  
IBAN: DE84 5109 0000 0070 2813 09

Wir bedanken uns bei allen Anzeigekunden, die den Druck und die kostenlose Verteilung dieses Sportmagazins erst möglich machen. Dank für die ehrenamtliche Arbeit an diesem Sportmagazin schulden wir Rebekka Lonczyk und Brigitte Sedlmair in der Redaktion, Harold Adams als Fotograf, Björn Bordon für die grafische Gestaltung und last but not least Eberhard Heyne für die Anzeigenwerbung.



# Einladung zur Mitgliederversammlung am Sonntag, den 25.06.2023 um 18 Uhr im Sportlerheim des TSV Engenhahn am Sonntag

Liebe Mitglieder des TSV,  
wir laden Euch herzlich zur diesjährigen Mitgliederversammlung ins Sportlerheim ein.  
Anträge können schriftlich bis zum 11.06.2023 unter [vorstand@tsv-engenhahn.de](mailto:vorstand@tsv-engenhahn.de), oder  
bei TSV Engenhahn 1977 e. V., Brigitte Sedlmair, Pirolweg 20, 65527 Niedernhausen  
eingereicht werden.

Für den Vorstand: Brigitte Sedlmair, Anke Helmes, Frank Wilhelm

## **Tagesordnung**

01. Eröffnung und Begrüßung
02. Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung, der Zahl der anwesenden  
stimmberechtigten Mitglieder und der Beschlussfähigkeit der MV
03. Genehmigung der Tagesordnung
04. Gedenken der Verstorbenen
05. Ehrungen
06. Bericht des Vorstandes
07. Bericht der Mitgliederverwaltung
08. Berichte der Abteilungen (sind im Sportmagazin veröffentlicht)  
Judo, Tischtennis, Turnen, Radsport, Volleyball, Leichtathletik, Ski
09. Bericht des Kassenwartes
10. Bericht der Kassenprüfer für das Geschäftsjahr 2022
11. Wahl der Kassenprüfer für das Geschäftsjahr 2023
12. Entlastung des Vorstandes
13. Wahl des geschäftsführenden Vorstandes
14. Wahl des erweiterten Vorstandes
15. Bestätigung/Wahl der Abteilungsleiter
16. Anpassung der Mitgliedsbeiträge
17. Verschiedenes

## **Kassenwart gesucht**

Der TSV Engenhahn sucht eine neue 1. Kassierer/in. Frank Wilhelm kann aus beruflichen Gründen das Amt des 1. Kassierers nicht mehr ausüben, deshalb wird hier ein/e Nachfolger/in gesucht. Der/die erste Kassierer/in führt die Kasse des Vereins. Zu den Aufgaben gehören das Buchen von Belegen (ca. 1 mal monatlich), das Überweisen von Rechnungen und Gehältern (zwei mal jährlich), Abrechnen der Barkassenbestände bei Veranstaltungen, sowie das Erstellen der jährlichen Bilanz (kann auch durch ein Steuerbüro vorgenommen werden). Der zeitliche Aufwand beträgt ca. 1–2 Stunden im Monat, die Zeit für die Bilanz ausgenommen. Eine Einarbeitung über ein komplettes Jahr ist wünschenswert, also meldet euch bitte jetzt. Das Besetzen des Postens ist für den Verein von allergrößter Wichtigkeit.



# Grußwort der 1. Vorsitzenden

Liebe Mitglieder und Freunde des TSV Engenhahn,

während wir uns Anfang des Jahres noch an die bestehenden Coronaregeln halten mussten, konnten wir ab März unseren Sport wieder ohne Einschränkungen betreiben. Das Bürgerhaus ist frisch renoviert und alle Übungen können dort seit November 2021 wieder stattfinden.

Nun ist die Renovierung unseres Sportlerheims an der Reihe. Mit viel ehrenamtlichem Engagements haben wir, insbesondere Anke und Tobi, unseren Antrag beim Land Hessen genehmigt bekommen. Für das laufende Jahr steht nun endlich die Renovierung an, leider nicht ganz ohne Hürden. So müssen wir einen neuen Architekten suchen, der bereit ist das Projekt zu betreuen und hoffen dann nach dem Gickellauf auch wirklich beginnen zu können.

## Übungsangebot

Unsere Sportstunden konnten 2022 wieder im Bürgerhaus angeboten werden. Neben den bewährten Übungen vom Eltern-Kind-Turnen, Kinderturnen, Judo, Jugendsport, Leichtathletik, Volleyball, Tischtennis, Mountainbike und den zahlreichen Erwachsenensportstunden werden jetzt KiLa (Kinderleichtathletik) und natürlich Boule neu angeboten. Für KiLa können wir mit Heike Schell und Heiko Hesz zwei neue lizenzierte Übungsleiter begrüßen. Auch alle anderen Stunden werden von lizenzierten Trainern geleitet, die sich regelmäßig fortbilden, um die Übungen weiterhin auf hohem Niveau anbieten zu können. Dafür herzlichen Dank.

## Bürgerhaus

Das neu gestaltete Bürgerhaus ist für den TSV ein großer Gewinn. Neben einem Sportboden wurden auch inzwischen wie-



Brigitte Sedlmair

der eine Sprossenwand und neue Turnbänke angeschafft. Einzig die Heizungsanlage stellt uns, nicht nur beim Tischtennis spielen, vor größere Probleme. In den tief abgehängten Schächten verfangen sich regelmäßig auch größere Bälle, die beim Jugendsport genutzt werden. Hier müssen wir uns, zusammen mit der Gemeinde, zeitnah eine Lösung einfallen lassen.

## Sportlerheim

Nachdem unser Antrag erst im Dezember 2022 genehmigt wurde, ist der erste Spatenstich natürlich in 2022 nicht, wie bisher geplant möglich gewesen. Am 17. Februar wurde uns der Bescheid feierlich vom Innenminister Peter Beuth übergeben, nun kann es endlich losgehen.

## Gickellauf

Nach drei Jahren Pause fand 2022 der Gickellauf endlich wieder statt. Mit 200 Teilnehmern waren wir sehr zufrieden. Auch die Auswertung hat super funktioniert, einzig das Wetter wollte nicht mitspielen. Bei Dauerregen wurde das gesamte Team vom Catering bis zum Zielgericht vor größte Vorausforderungen gestellt. Vielen Dank noch einmal an alle Helfer!

## Adventsmarkt

Auch der Adventsmarkt konnte 2022 wieder stattfinden und der TSV war dabei. Diesmal allerdings nicht mit einem Glühweinstand, stattdessen wurden leckere Burger (wie am Gickellauf) angeboten. Bei trockenem Winterwetter wurde alles verkauft.

Auch wenn der Gewinn weniger hoch ausfiel als beim Glühweinstand war das Team des TSV doch voll zufrieden.

## Jugend

Als Jugendaktionen fand die Radtour wieder zu Fronleichnam statt. Außerdem wurde im Herbst eine Kelteraktion, der Kinder-Keltertag angeboten. Die ursprünglich geplante Klettertour musste wegen Regens abgesagt werden.

## Mitgliederversammlung

Unsere Mitgliederversammlung fand am 11.06.2021 auf dem Sportplatz statt. Da 2022 kein Wahljahr war, wurde nur Heike Schell neu als Abteilungsleiterin im Radsport bestätigt. Geehrt wurden mit Pia Helm-Georg, Elena Friebe und Christiane Dressel drei Übungsleiter, die seit Jahrzehnten dem Verein dienen. Außerdem unsere langjährigen Mitglieder für 25-jährige (Jürgen Prediger, Dirk Helm), 40-jährige (Peter Woitsch) und 45-jährige Mitgliedschaft (Andreas Prag, Dexen Chahbazian).

Frank Wilhelm kündigte außerdem an, dass er das Amt des Kassenwartes leider aus beruflichen Gründen abgeben wird. Hier wird noch ein Nachfolger gesucht.

Eure Brigitte Sedlmair (1. Vorsitzende)





STEPHAN FLASKÄMPER

SCHREINERMEISTER &  
MÖBELRESTAURATOR

Tel. 06128 - 95 16 56

Restaurierung alter Möbel nach traditionellen Handwerkstechniken

Fax 06128 - 95 16 57

Denkmalpflege in Innenausbau und Fachwerksanierung

Neuhofer Straße 11

Individuelle Möbelherstellung

65527 Niedernhausen-Engenhahn

Eigene Möbelentwürfe, Vollholzmöbel

## Malermeisterfachbetrieb Niksa Kraljevic



Gartenfeldstrasse 59  
65527 Niedernhausen-  
Engenhahn

Tel.: 06128-951467

Fax: 06128-951265

Mobil: 0170-3433909

Anstrich- und Lackierarbeiten

Tapezierarbeiten

Bodenbeläge

Fassadenrenovierung

Vollwärmeschutz

Trockenbau und vieles mehr..

Email: [malermeisterkraljevic@t-online.de](mailto:malermeisterkraljevic@t-online.de)



# Sportlerheim Renovierung

## Das Sportlerheim ist Herzstück jedes Vereins – so auch das vom TSV Engenhahn

Das Land Hessen fördert die Sanierung des Sportlerheims vom TSV Engenhahn. Sportminister Peter Beuth hat dem TSV Engenhahn 1977 e.V. am letzten Freitag einen Zuwendungsbescheid in Höhe von 82.500 Euro aus dem Förderprogramm „Vereinseigener Sportstättenbau“ überreicht. Die Vorsitzende Brigitte Sedlmair begrüßte Minister Peter Beuth, die Gäste aus der Kommunal- und Kreispolitik und die Vereinsmitglieder. Sie wies auf den Anlass hin, nun das Projekt der Sanierung des maroden Sportlerheims anpacken zu können – jetzt, da die Finanzierungshilfen vom Land, vom Kreis, dem Kreisportbund und der Gemeinde Niedernhausen neben dem vereinseigenen Anteil gesichert sind.

Der TSV Engenhahn erhält die Förderung für die Sanierung des seit 40 Jahren bestehenden Funktionsgebäudes von einem Finanzvolumen von 413.000 Euro. Das, so betonte der Minister bei der Übergabe, als Herzstück des Sportvereins eine

herausragende Bedeutung für die Vereinsgemeinschaft hat. Diese Renovierung werde die Attraktivität des Vereinslebens deutlich erhöhen, so der Minister weiter. „Mit dieser Förderung unterstützt die Hessische Landesregierung die Ehrenamtlichen beim TSV Engenhahn, die sich mit großem Herzblut für ihren Verein und die aktiven Sportlerinnen und Sportler einsetzen. Ich wünsche dem Verein, dass weiter viele Kinder, Jugendliche und Erwachsene den Weg zum TSV Engenhahn und seinem dann attraktiven Vereinsheim finden werden und danke vor allem den Vereinsverantwortlichen, ohne deren unermüdliches Engagement und deren Mut ein solches Vorhaben nicht möglich wäre“, so der Minister. Peter Beuth wünschte bei der Übergabe des Schecks den Vereinsaktiven bei den bevorstehenden Sanierungsmaßnahmen viel Erfolg.

Vorstand Anke Helmes erläuterte, wie mithilfe von Baufachleuten Gebäudemängel festgestellt und mit thermografischen Aufnahmen und Temperaturmessungen



Bescheidvergabe vor dem Sportlerheim

an Bauteilen energetische Schwachstellen des Sportlerheims analysiert wurden. So wurde das Dach des nördlichen Gebäudeteils überhaupt nicht gedämmt, in der Halle scheint die Decke schlecht gedämmt zu sein. Das ist im Winter durch die schnelle Schneeschmelze an diesen Dachstellen sehr gut zu sehen. Im gesamten Fußbodenbereich entweicht durch die Außenwände massiv warme Luft. Man kann dort durch Löcher bis nach außen sehen. Die Fenster entsprechen mit ihrem U-Wert nicht dem heutigen Standard. Die sanitären Anlagen sind teils defekt und entsprechen nicht mehr den heutigen Anforderungen. So ist auch der Hallenboden marode, die Heizung verbraucht Unmengen an Gas und die Räume müssen renoviert werden. Die Sportangebote auf dem Sportzentrum des TSV mit dem Sportplatz und seiner Leichtathletik, dem Beachvolleyplatz, der Boulebahn, dem Freilufttischtennis und seiner Naturnähe am Wald werde dann abgerundet von der sanierten Sporthalle, freute sich Anke Helmes.

Ein Kompliment für die intensive, konstruktive und dabei doch ehrenamtliche Vorarbeit zur Realisierung dieses Projektes

sprach Bürgermeister Joachim Reimann dem Vorstand und dem Projektteam aus. Da sei mit der Sanierung jeder Euro für die Zukunft gut angelegt und die Gemeinde beteilige sich mit großer Überzeugung an den Kosten. Über die frühzeitige Zustimmung zur Förderung der Sanierung des TSV-Sportlerheimes durch die kommunalen Gremien bedankte sich Ortsvorsteher Peter Woitsch und wies auf die so wichtige Funktion der hiesigen Vereine – und hier insbesondere des TSV Engenhahn – für den dörflichen Zusammenhalt und die innerörtliche Kommunikation hin.

Der TSV Engenhahn ist mit rund 470 Mitgliedern der größte und mitgliederstärkste Verein im Niedernhausener Ortsteil Engenhahn. Fast jeder dritte Einwohner von Engenhahn betreibt aktiv Sport im TSV Engenhahn oder unterstützt den Verein passiv mit seinem Beitrag. Der Verein bietet ein vielseitiges Sportangebot aus den Bereichen Turnen, Fitness, Ballsport, Leichtathletik, Gymnastik, Radsport und Ausdauer an. Daneben gibt es immer wieder Sportveranstaltungen, darunter den regional sehr beliebten Gickelwaldlauf im September.



Gratulation vom Bürgermeister

# Kinderleichtathletik (KiLa) – Neu beim TSV

Seit Anfang März gibt es ein neues Trainingsangebot für die 6- bis 11-jährigen Kinder in und um Engenhahn: Kinderleichtathletik, das neue Format des Deutschen Leichtathletikverbandes.

Trainiert wird mit Heiko Hesz und Heike Schell mittwochs von 16:30–18:00 auf dem Sportplatz in Engenhahn.

## Doch was verbirgt sich hinter KiLa?

1. Laufen, Springen, Werfen und Stoßen in kleinen Schritten hin zu größeren Schwierigkeitsstufen.
2. Koordination vor Kondition, um grundlegende Bewegungserfahrungen in der Bandbreite der menschlichen Bewegungsmöglichkeiten zu machen.
3. Jede Leistung zählt in diesem Teamwettbewerb. Sechs bis elf Kinder, Mäd-

chen und Jungs gemeinsam, gehen an den Start.

4. Mit effektiver Organisation zu Bewegungssportfesten. Es gibt nur selten Zeit für Langeweile. Die Kinder haben Action und für jeden ist etwas mit dabei.
5. Gemeinsam im Team Punkte sammeln, Spaß und Freude teilen und sehen, wie man gemeinsam immer besser wird. Und da sind die Wettkämpfe mit ihren Mannschaftsstaffeln, der Höhepunkt-anfeuern, mitfiebern und gemeinsam spannendes Erleben.
6. Vielseitig und vielfältig wetteifern in vielen unterschiedlichen Wettkampfangeboten. Langeweile und Monotonie sind tabu.
7. Offenheit und Transparenz in der Wertung bis hin zu den Veranstaltungsserien oder Ligen im Kreis und in Hessen.



KiLa-Gruppe mittwochs im Bürgerhaus



Heiko Hesz



Heike Schell

### **Erste KiLa-Wettkämpfe gemeinsam mit dem TV Niederseelbach**

Jeder kann mitmachen und deshalb trainierten wir nach den Sommerferien 2022 mit den Kindern und Verantwortlichen des TV Niederseelbach gemeinsam auf dem dortigen Sportplatz. Ziel war die Teilnahme beim KiLa-Wettkampf des Leichtathletik-Kreises Rheingau/Untertaunus auf dem Sportplatz in Kiedrich.

In der Altersklasse U10 (8- und 9-jährige Kinder) meisterten die Kinder dann vier Disziplinen: 40 m Sprint, Weitsprung-Staf-

fel, Medizinballstoß und die abschließende Hindernisstafel. Dabei erreichte die Mannschaft einen tollen dritten Platz hinter Idstein und Michelbach. Im Team waren Charlotte Siek, Lysander Hinkel, Lara Hodawandkhani, Alma Oscheka, Lara und Marco Schell für den TSV Engenhahn und Aaron Biernoth, Zehra und Züla Özalper vom TV Niederseelbach.

Die beiden Trainerinnen Pia Helm-Georg (TSV Engenhahn) und Sabine Assenheimer (TV Niederseelbach) waren mit ihren Schützlingen sehr zufrieden.



Das U10-Team in Wiesbaden/Wettiner Halle bei der gemeinsamen Siegerehrung



Da die Kinder viel Spaß hatten, entschlossen wir uns, an einem Hallen-Kila-Wettkampf Ende November in Wiesbaden teilzunehmen. Hierfür haben wir uns auf den Wettbewerb in der Halle des TV Niederseelbach vorbereiten können.

Der HLV-Kreis Wiesbaden veranstaltete den Teamwettbewerb mit insgesamt 25 Teams und knapp 200 Kindern. Wir starteten wieder mit einem gemeinsamen Team aus Engenhahn und Niederseelbach in der Altersklasse U10. Mit dem Teamnamen „Die flinken Lenzis“ galt es gemeinsam mit sechs anderen Mannschaften drei Disziplinen zu absolvieren: Hoch-Weitsprung, Medizinballstoß und Hindernisstafel. Dabei erreichte die Mannschaft den fünften

Platz und freute sich über Urkunden, Medaillen und vor allem Lollis. Im Team waren Samuel Vieira Rodrigues, Lysander Hinkel, Lara Hodawandkhani, Alma Oscheka, Lara und Marco Schell für den TSV Engenhahn und Jakob Andrä, Justus Steinmetz und Louis Detloff vom TV Niederseelbach.

Neugierig geworden? Dann komme gerne mittwochs auf den Sportplatz. Wir freuen uns auf das gemeinsame Training und die Wettkämpfe und versuchen Euch immer mit neuen Übungen und Spielen zu überraschen.

Heiko Hesz (B-Trainer-Sprung/Wurf, Ausbildung zum A-Trainer-Mehrkampf) und Heike Schell (C-Trainer-Kinderleichtathletik)



Das Team in Kiedrich mit Pia und Sabine

### Teilnahme an Kreismeisterschaft

Lara Schell vom TSV Engenhahn holte den Kreismeistertitel über 800 m in der W10 in 3:28,10 min, was Bestzeit für Lara bedeutete. Die Kreis-Einzelmeisterschaften der U16, U14 und U12 des Leichtathletik-Kreises Rheingau-Taunus wurden mit über

70 Kindern/Jugendlichen und über 200 Meldungen in Geisenheim ausgetragen. Vordere Plätze holten Marco Schell (Weitsprung/50 m 3. Platz und 800 m 2. Platz), Ben Schell (800 m 2. Platz), Lara Schell (Weitsprung und 50 m 5. Platz) und Lara Hodawandkhani (Weitsprung und 50 m 6. Platz, 800 m 2. Platz).



Teilnehmer/-innen Kreismeisterschaften



Neuhofstraße 20A  
65527 Niedernhausen-Engenhahn

KANZLEI



JENNEWEIN

Dipl.-Kaufmann  
Manfred Jennewein  
Wirtschaftsprüfer, Steuerberater

Dipl.-Betriebswirtin (BA)  
Kim Niebergall-Scharf  
Steuerberaterin

Ilfelder Platz 2 · 65527 Niedernhausen  
Telefon: 06127 / 96 56-0 · Fax: 0 61 27 / 96 56 29  
E-Mail: [info@jennewein.com](mailto:info@jennewein.com)

# Fahrradtour 2022



Auch 2022 fand wiederum die große Fahrradtour des TSV wie üblich am langen Fronleichnam-Wochenende statt. Insgesamt 16 Anmeldungen hat es gegeben, wobei es jedoch aufgrund von Corona zu kurzfristigen Absagen kam. Dennoch war die Tour mit den restlichen Teilnehmern und den vier Betreuern: Janik Liebrecht, Leonie Georg, Jonas Klodt und William Koch ein voller Erfolg.

Das Ziel war diesmal der knapp 70 km entfernte Campingplatz in Freilingen. Wie auch die letzten Jahre gab es dort einen großen Badensee als auch eine große Wiese, wo unter anderem fleißig Beachvolleyball, Frisbee und auch Boccia gespielt werden konnte.

Bei Temperaturen von über 30 °C am ganzen Wochenende war der See auch bitter nötig. Die große Hinfahrt am ersten Tag

war einer der anstrengendsten in der Geschichte der TSV-Fahrradtouren. Auch der übliche Tagesausflug am zweiten Tag zu einer Eisdiele fiel diesmal etwas kleiner aus, da die hohen Temperaturen den Kindern und Jugendlichen als auch den Betreuern bereits sehr viel abverlangten.

Umso schöner war jedoch das Plantschen, Tretbootfahren und Schwimmen im kühlen Badensee. Da besonders das Schwimmen auch sehr müde und hungrig macht, kamen die leckeren, selbst gekochten Gerichte sehr gelegen. Sowohl eine Bratkartoffelpfanne als auch Nudeln mit Tomatensoße und Chili con carne standen auf dem Speiseplan, sodass die Kinder fleißig schnippeln und schälen mussten.

Über den Tag hinweg und besonders abends wurde vielerlei Karten gespielt, unter anderem auch das allseits beliebte







Werwolf-Spiel. Die Zeit verging wie so oft im Flug, sodass die Abreise am vierten Tag schnell wieder bevorstand. Nachdem alle Zelte abgebaut waren und der Transporter beladen, ging es wieder Richtung Engenhahn. Ab Limburg bis Idstein gab es eine wohlverdiente Pause in der Regionalbahn, bevor der letzte Anstieg hoch zum Sportplatz anstand. Am Ende hatten es alle

Teilnehmer endlich geschafft und waren außer ein paar kleinen Sonnenbränden wohlauf wieder zurückgekehrt. Nach einer gemeinsamen Abschieds- und Feedbackrunde diesem wohl gelungenen und spaßigen Wochenende ging die Gruppe wieder getrennte Wege, mit großer Vorfreude auf die kommende Fahrradtour im nächsten Jahr.





# Jugendabteilung – Kinder-Keltertag

Für die TSV-Jugend gab es auch 2022 wieder zwei tolle Veranstaltungen. Auf dem Programm stand die traditionelle Fronleichnam-Fahrradtour und der Kinder-Keltertag.

Bereits zum 23. Mal ging es für die Vereinsjugend an Fronleichnam auf große Fahrradtour. Das Ziel der viertägigen Freizeit war diesmal der Campingplatz Freilingen im Westerwald. Die erste Hitzewelle des Jahres mit über 35 Grad machte die Hinfahrt am ersten Tag zu einer echten Herausforderung. Zur Belohnung konnten wir in den folgenden Tagen den Badensee des Campingplatzes voll ausnutzen und haben auch noch eine kleine Tour zum Eisessen unternommen. Im Oktober gab es dann den Kinder-Keltertag. Bei schönstem Herbstwetter haben wir Äpfel gepflückt

und daraus unseren eigenen leckeren Apfelsaft gemacht. Die Kinder waren super fleißig und stolz auf die beeindruckende Ausbeute von über 200 Litern Apfelsaft. Neben der harten Arbeit blieb natürlich auch noch viel Zeit für Spiel und Spaß. Am Ende durfte sich jeder einige Flaschen von dem frischen Most abfüllen und mit nach Hause nehmen. Ursprünglich war auch ein Ausflug in den Kletterwald geplant, der jedoch aufgrund von schlechtem Wetter mehrmals verschoben werden musste und schließlich ausfallen musste. Den Ausflug werden wir in diesem Jahr auf jeden Fall nachholen. Alle wichtigen Infos und auch Fotos zu den Jugendaktionen gibt es auf der TSV-Website unter Jugend zu finden.

Janik Liebrecht, Jugendwart



# Sport – Spiel – Spaß

Jeden Freitag wird es wild und laut im Bürgerhaus, wenn wir uns zum Spielen treffen. Bei den Tobe-Stunden steht der Spaß im Vordergrund und alle können mitmachen. Im letzten Jahr waren sogar bis zu 20 Kinder gleichzeitig in unserer kleinen Halle. Im Sommer werden wir daher auch wieder öfter auf den Sportplatz gehen, wo wir mehr Platz haben. Wir treffen uns von 17 bis 18 Uhr mit den Kindern ab 6 Jahren und von 18 bis 20 Uhr mit den Kindern ab 9 Jahren. Kommt gerne vorbei und spielt mit!

Janik und Leonie



Leonie Georg



Janik Liebrecht



# Eltern-Kind-Turnen

Jeden Freitag um 15 Uhr treffen sich die Ein- und Zweijährigen mit ihren Mamas/Papas/Opas zum Eltern-Kind-Turnen des TSV Engenhahn. Bei schönem Wetter bevorzugt auf dem Sportplatz und bei schlechten Wetterverhältnissen im Bürgerhaus oder Sportheim. Kinder wie auch Erwachsene erkunden die verschiedensten Bewegungsangebote: von Fahrzeugparcours über die Schaukel- und Hangelmöglichkeiten bis hin zur Ballschule. Der Bewegung und Förderung der motorischen Fähigkeiten sind keine Grenzen gesetzt. Nebenbei werden weitere Fähigkeiten abgefragt, wie die Zuordnung von Farben beim Sortieren der Bälle zu entsprechenden Pylonen oder der Umsetzung von Bewegungsvorgaben bei gemeinsamen Liedern, zu denen getanzt wird und vielem vielem mehr. Wir freuen uns stets über Neuzugänge, denn gemeinsam und mit vielen Kindern macht



Franziska Hasenauer

das Turnen gleich noch viel mehr Spaß. Es sind alle Kinder ab etwa einem Jahr herzlich Willkommen zu einer Schnupperstunde. Gebt einfach kurz vorab bei Franziska Hasenauer Bescheid.

Wir freuen uns auf euch!







# Roland EINIGUNG



**HEMD** Maschinell Gebügelt

**€ 2,10**

(Sie Sparen 40%)

**€ 2,40**

(Sie Sparen 30%)

**€ 3,50**

**HEMD** Hand Gebügelt

**€ 2,80**

(Sie Sparen 31%)

**€ 3,10**

(Sie Sparen 24%)

**€ 4,10**

**HOSE, ROCK** ab

**€ 6,40**

(Sie Sparen 20%)

**€ 7,20**

(Sie Sparen 10%)

**€ 8,00**

**SAKKO, BLAZER** ab **€ 8,00**

(Sie Sparen 20%)

**€ 9,00**

(Sie Sparen 10%)

**€ 10,00**

Stand 09/2022

## Aktions-Tage

**FEDERKISSEN**

(inkl. Desinfektion)

**€ 12,00**

**STEPPDECKE**

(inkl. Desinfektion)

**€ 18,00**

**FEDERBETT**

(inkl. Desinfektion)

**€ 24,00**

**Vom Profi entfleckt, schonend gereinigt und perfekt gebügelt!**

**Wiesbadener Straße 2, 65527 Niedernhausen, Telefon 06127 - 3374**

**[www.reinigung-roland.de](http://www.reinigung-roland.de)**

# Kinderturnen

## Turnen jetzt montags auf dem Sportplatz ...

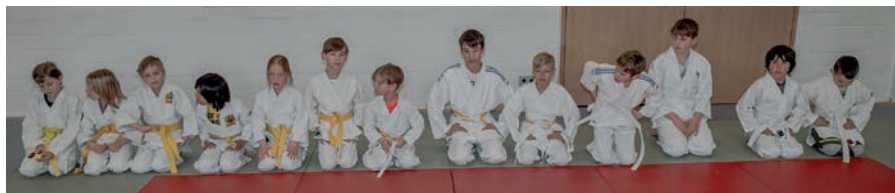
Ab diesem Frühjahr findet montags in der Zeit von 16:00–17:00 Uhr das Kinderturnen der 3 bis 6-Jährigen bei gutem Wetter auf dem Sportplatz statt. Im Winter und bei Regen sind wir im Bürgerhaus. Verschiedene Spiele, ein Kletterparcours und natürlich Musik gehören zu jeder Turnstunde. Auf dem Sportplatz werden außerdem auch schon verschiedene Leichtathletikdisziplinen erprobt. Wer gerne mitmachen möchte, ist herzlich eingeladen, und kann unverbindlich reinschnuppern.



Brigitte Sedlmair

Brigitte Sedlmair,  
[brigitte.sedlmair@tsv-engenhahn.de](mailto:brigitte.sedlmair@tsv-engenhahn.de)





## Die Judoabteilung wächst wieder

Nach über zwei Jahren konnte der TSV endlich wieder Judo anbieten. Coronabedingt war es schwierig Kontaktsportarten wie Judo zu betreiben, sodass die Abteilung kurz vor der Auflösung stand. Seit Sommer 2021 ist die Abteilung stabil und wächst stetig, sodass wir eine zweite Einheit für Anfänger anbieten werden. Das Training findet weiterhin donnerstags statt:

Anfänger 5–7 Jahre: 15:30–16:15 Uhr  
Fortgeschrittene: 16:20–17:30 Uhr

Bei den Fortgeschrittenen konnten inzwischen die meisten Kinder ihre erste Gürtelprüfung zum weiß-gelben Gürtel ablegen. Gut die Hälfte der seit 2021 bestehenden Trainingsgruppe konnten schon die Prüfung zum gelben und einige sogar zum gelb-orangen Gürtel erfolgreich absolvieren. Außerdem konnte unsere Gruppe auch erfolgreich einige Turniere bestreiten. Anfang November in Wehen waren wir mit drei Silber und einer Bronzemedaille erfolgreich, im Dezember in Egelsbach erreichte der TSV zwei erste, zwei zweite und

zwei dritte Plätze und vor Ostern in Hünfelden konnten wir drei Gold-, drei Silber- und drei Bronzemedallien erkämpfen.

Brigitte Sedlmair,  
[brigitte.sedlmair@tsv-engenhahn.de](mailto:brigitte.sedlmair@tsv-engenhahn.de)



Gürtelprüfung



Judo-Safari



Judoturnier Bärchen



# Kunterbunter Kinderfasching in Engenhahn

In diesem Jahr hieß es wieder für die Kinder in Engenhahn verkleidet Kamelle zu sammeln und in ihren Kostümen verschiedene Spiele und Tänze mitzumachen. Nach einer fast zweijährigen Pause haben sich die Kinder sehr darüber gefreut, endlich wieder die Faschingszeit aktiv miterleben zu können. Die diesjährige Faschingsfeier wurde von den Eltern organisiert. Hierfür hat der TSV Engenhahn das Sportlerheim in Engenhahn zur Verfügung gestellt.

Um 15:00 Uhr am 19.02.2023 startete im Sportlerheim Engenhahn die kunterbunte Faschingsfeier. Diese wurde mit einer Polonäse eingeleitet. Anschließend folgten viele verschiedene Spiele, unter anderem der Eier-Lauf, Stopp-Tanz, Süßigkeiten suchen und natürlich Reise nach Jerusalem. Natürlich durfte auch die Kamelle nicht fehlen, die alle Kinder mit Begeisterung aufsammelten. Viele Süßigkeiten sind direkt in den kleinen Bächen gelandet, doch es wurden einige auch für die Nachfaschingszeit aufgehoben. Natürlich steht bei den Kindern Spiel und Spaß

während dieser Zeit im Vordergrund. Doch auch das leibliche Wohl wurde bestens organisiert.

Von kleinen herzhaften Häppchen bis zu Muffins und Kuchen war alles dabei. Das reichhaltige Buffet war nicht nur bei den Kleinen beliebt, auch die Eltern und Begleitpersonen mussten nicht hungern. Nach einem zweistündigen Programm wurde die Kinderfaschingsfeier in Engenhahn mit einem letzten HELAU und Kamelle sammeln beendet.

Ein Dank gilt den Eltern, die diese Kinderfaschingsfeier organisiert sowie allen, die mit für das leibliche Wohl gesorgt haben. Auch einen großen Dank an alle Helfer, die nach der Feier beim Aufräumen geholfen haben. Zum Schluss noch einen herzlichen Dank an den TSV Engenhahn, der das Sportlerheim für diese Veranstaltung zur Verfügung gestellt hat.

Der Nachmittag war sehr erfolgreich und hat für viel Kinderlachen gesorgt.

Rebekka Lonczyk





# TÜFA – TEAM

*Wir kleben Ihnen eine!*



Auto Partner



## Plakette fällig?

Wir kleben Ihnen eine!

Besuchen Sie  
uns auch auf  
Facebook und  
Instagram!



**65527 Niedernhausen**

Frankfurter Str. 19 – 21 • Tel. 0 61 27-7 80 03

Mo – Fr: 8 – 18 Uhr • Sa: 8 – 12 Uhr

**65189 Wiesbaden**

Mainzer Str. 121 • Tel. 06 11-72 33 76

**www.tuefa.de**

## Autowerkstatt Maag Niedernhausen Mitte GmbH

Meisterbetrieb me. Sebastian Maag • Tel. 0 61 27 57 09

Austraße 23 • 65527 Niedernhausen

- Inspektionen nach Herstellervorgabe sämtlicher Automarken
- Kfz-Elektronik und -Diagnose
- Haupt- und Abgasuntersuchung (jeden Tag)
- Unfallreparaturen und Autoglasservice
- Reifen- und Klimaanlage service
- Achvermessungen in 3D nach neuestem Standard

**Gewinner des Gründerpreises der Region Wiesbaden 2011**

**Qualität, die Ihr Auto ma(a)g**  
**www.autowerkstatt-niedernhausen.de**

# Skifreizeit



Wie immer herzlich war die Wirtsfamilie Graber, in der Winter-Saison 2022/23 wieder über 40 Engenhahner Wintergäste auf ihrem Alpengasthof hoch über Neukirchen am Großvenediger im schönen Oberpinzgau empfangen zu können.

Organisator Jules Bonadt hatte wie immer alles im Griff und sorgte mit seinen sechs weiteren Skilehrer\*innen auf der Piste für einen reibungslosen Ablauf der 35. Auflage der TSV-Skifreizeit.

Wer den ersten Bus morgens bekommen wollte, der musste sich sputen. Wegen der frühlingshaften Temperaturen begannen die Skikurse oben in der Wildkogel-Arena bereits um 9 Uhr, entsprechend früh startete der Transfer von der Unterkunft zur Talstation – wie immer mit



den üblichen Begleiterscheinungen in der allmorgendlichen Eile: Skibrille, Helm oder Handschuhe wurden von den Kleinen gerne im Zimmer vergessen. Oder auch einfach mal die falschen Skischuhe angezogen.

So kamen vor allem die Eltern mächtig ins Schwitzen, bevor überhaupt die Bretter angeschnallt waren. Von Erholung war vor der Skifreizeit auch nie die Rede. Und die „Strapazen“ haben sich gelohnt. Sieben Skitage bei überwiegend strahlendem Sonnenschein und guten Pistenverhältnissen bescherten der Gruppe unvergessliche Momente. Die erfreuliche Bilanz am Ende: Keine Verletzungen und wieder eine Menge dazugelernt – auf und abseits der Piste.





# Mountainbiking Kinder

Die Radsaison 2022 war wieder ein voller Erfolg. Mit der neuen Gruppe, Kinder ab 6 Jahren, kamen einige neue Radler hinzu. Der Jüngste ist 4 Jahre und fährt super mit. Vielen Dank an Janik und Leonie, die immer mitgefahren sind. Janik ist mit den Älteren auch etwas anspruchsvollere Runden gefahren.

Auch sind ab und zu Väter zur Unterstützung mitgefahren, wofür ich mich noch einmal bedanken möchte. Hoffe, dass wir dieses Jahr auch wieder schöne Touren fahren können.

Bis dann, eure Pia

Fahrzeiten: 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr



**Hildes kleine Köstlichkeiten**

**Austrasse 13  
65527 Niedernhausen  
Tel. 06127-999096**

[www.hildes-kleine-koestlichkeiten.de](http://www.hildes-kleine-koestlichkeiten.de)

**Hildes kleine Köstlichkeiten**

**Öffnungszeiten:**  
**Mo - Mi von 9.30 - 13.00 Uhr**  
**und**  
**Do und Fr von 9.30- 13 Uhr**  
**und 15 - 18 Uhr**  
**Samstag von 9.30 Uhr bis 13 Uhr.**

**[www.hildes-kleine-koestlichkeiten.de](http://www.hildes-kleine-koestlichkeiten.de)**

## Montag

**9:45–10:45**

### **Fatburner**

(zusätzliche Gebühr)

Bürgerhaus

**10:45–11:30**

### **Bauch Beine Po**

(zusätzliche Gebühr)

Bürgerhaus

**16:00–17:00**

### **Kinderturnen**

ab 3 Jahre

Bürgerhaus o. Sportplatz

**17:30–19:00**

### **Mountainbiking**

Kids

Parkplatz WildparkOstern bis  
Oktober

**17:30–19:00**

### **Mountainbiking**

Jugend

Parkplatz Wildpark  
Ostern bis Oktober

**18:00–20:00**

### **Mountainbiking**

Roleure

Parkplatz Wildpark  
Ostern bis Oktober

**18:30–19:45**

### **Radsport- Wintertraining**

Bürgerhaus

Oktober bis Ostern

## Dienstag

**18:30–19:30**

### **Tischtennis**

Offenes Training

Bürgerhaus

**19:30–22:30**

### **Tischtennis**

Mannschaftstraining

Bürgerhaus

**20:00–22:00**

### **Volleyball**

Autalhalle Niedernhausen

## Mittwoch

**16:30–18:00**

### **KiLa**

Grundschüler

Bürgerhaus o. Sportplatz

**18:00–19:00**

### **Rückengymnastik**

(zusätzliche Gebühr)

Bürgerhaus

**19:45–21:00**

### **Body Balance**

Erwachsene

Bürgerhaus

## Donnerstag

9:30–10:30

### Pilates

(zusätzliche Gebühr)  
Bürgerhaus

15:30–16:15

### Judo

Kinder ab 5 Jahre  
Bürgerhaus

16:30–17:30

### Judo

Kinder ab 8 Jahre  
Bürgerhaus

17:45–18:45

### Funktionsgymnastik

50+  
Bürgerhaus

18:45–20:00

### Yoga

(zusätzliche Gebühr)  
Bürgerhaus ab März

## Freitag

9:30–10:30

### Yoga

(zusätzliche Gebühr)  
Bürgerhaus

15:00–16:00

### Eltern-Kind-Turnen

1–2 Jahre  
Bürgerhaus o. Sportplatz

16:00–17:00

### Leichtathletik

ab 5. Schuljahr  
Sportplatz  
Ostern bis Oktober

17:00–18:00

### Sport – Spiel – Spaß

Kinder ab 6 Jahre  
Bürgerhaus

17:00–18:00

### Sport – Spiel – Spaß

Kinder ab 9 Jahre  
Bürgerhaus

20:30–22:30

### Tischtennis

Erwachsene nach Absprache  
Bürgerhaus

## Samstag

08:00–09:00

### Lauftreff

Parkplatz Wildpark

15:00–16:00

### Leichtathletik

Erwachsene nach Absprache  
Sportplatz  
Ostern bis Oktober



## 36. Gickellauf nach 2 Jahren Pause

Ein sportliches Ereignis im Untertaunus, dem Rhein/Main Gebiet und Wiesbaden ist seit vielen Jahren der Engenhahner-Gickellauf. Corona hat dafür gesorgt, dass 2 Jahre lang der Gastgeber, der TSV Engenhahn, nicht auf den schön gelegenen Sportplatz Am Hellenberg zum Lauf durch die Wälder des Untertaunus einladen konnte. Nun jetzt am 3. Sonntag im September fanden sich rund 200 Läufer und Läuferinnen, davon sehr viele Kinder, auf dem Engenhahner-Sportgelände ein, um den Halbmarathon (21,1 km), die 10 km und die 6,5 km Strecken zu laufen. Immer mal mit dem Blick in den wolkenverhangenen Himmel, ob es wohl trocken bleiben wird. Für alle Fälle hatte der Veranstalter aber große Zelte errichtet, die vor den kleinen Schauern zwischendurch Schutz boten. Ungewöhnlich kühl war es, für die Sportler also ein Aufwärmen der Muskeln Pflicht.

Start war pünktlich um 10.00 Uhr – Martin Rabanus (SPD), der Kandidat für die Wahl zum Landrat des Rheingau-Taunus-Kreis – schickte die erwachsenen Sportler/innen auf die 3 unterschiedlich langen Laufstrecken. Kurz darauf folgten die Bambini, bis zu 6 Lebensjahren, alle an der Hand von Mama oder Papa – nicht minder aufgeregt wie die darauffolgenden Schüler/innen der U8 bis U12 und der Jugend U14 bis U16. Die ganz Kleinen waren dann auch die Ersten, die nach einer kleinen Platzrunde an der Hand ihrer Eltern oder auch ganz alleine die Ziellinie erreichten. Etwas erschöpft zwar, aber vom Beifall der Zuschauer angefeuert, die letzten Schritte noch zum Überqueren des Zieles zu laufen. Kurze Zeit später starteten die Schüler und Jugendläufer, je nach Altersgruppe über 1,2 km oder 3 km. Schließlich, das Feld der Erwachsenen hatte sich auf den langen Strecken





schon auseinandergezogen, erreichten die Schnellsten über die 3 Distanzen, unter großem Beifall und mit Namensnennung durch den Platzsprecher Tobias Vogel, das Ziel. In sagenhaften 1h28:50 Minuten war der Läufer Jonas Klodt vom TSV Engenhahn der Erste, der die 21,1 km bewältigte. Als schnellste Läuferin über die gleiche Distanz überquerte Gillian Jakob vom ALV Mainz die Ziellinie. Für alle Platzierten gab es eine Urkunde, die vom Vorstand des TSV, Brigitte Sedlmair und Anke Helmes verliehen wurde. Für den Durst und Imbiss war bestens gesorgt, vom Grill waren die Bratwürste und

– eine Neuerung – die frisch zubereiteten Hamburger sehr begehrt. Auch die reichhaltige Kuchentheke war binnen kurzer Zeit leer geräumt. Und das trotz der „rauen“ Witterung den ganzen Tag. Zur Siegerehrung gab es für die 1. Plätze des Halbmarathons und der 10 km einen großen Feinkostkorb – von Feinkost Dittmann gespendet. Für die Kinder – neben der Urkunde und dem Jubiläumsglas – ein kleines Präsent von der Wiesbadener Volksbank Idstein, das sie aus einem Korb auswählen konnten. Ein großes Lob über die Organisation war von den beteiligten Sportlern zu hören.



## Ergebnisse des 36. Gickellaufes

Für den TSV Engenhahn waren insgesamt ca. 50 Teilnehmer/innen am Start, von denen sich einige unter den ersten sechs platzieren konnten. Die Ergebnisse der Engenhahner Läufer (Plätze 1–6) im Einzelnen.

### Halbmarathon männlich (21,1 km)

1. Platz: Jonas Klodt TSV Engenhahn  
1 h 28:50 min

### 10 km weiblich

4. Platz: Kathleen Mittelsdorf  
55:08,6 min TSV Engenhahn
5. Platz: Pia Helm-Georg TSV Engenhahn

### 6,5 km weiblich

1. Platz: Anja Gorka  
37:38 min TSV Engenhahn
2. Platz: Nina Unkelbach TSV Engenhahn
6. Platz: Theresa Sitsch TSV Engenhahn

### 3 km männlich

3. Platz: Milo Demschi  
14:16 min TSV Engenhahn
4. Platz: Nicklas Bückert TSV Engenhahn
6. Platz: Ben Schell TSV Engenhahn

### 3 km weiblich

1. Platz: Tessa Gorka  
15:45 min TSV Engenhahn
2. Platz: Lilli Digel TSV Engenhahn

### 1,2 km männlich

2. Platz: Marco Schell  
5:18 min TSV Engenhahn
3. Platz: Henry Straube TSV Engenhahn
4. Platz: Lysander Hinkel TSV Engenhahn
5. Platz: Noah Bückert TSV Engenhahn

### 1,2 km weiblich

2. Platz: Elena Langenfelder  
4:36 min TSV Engenhahn
3. Platz: Mala Oscheka TSV Engenhahn
4. Platz: Lara Schell TSV Engenhahn
5. Platz: Alma Oscheka TSV Engenhahn
6. Platz: Julia Kretz TSV Engenhahn

### Bambini männlich

2. Platz: Elias-Jaron Klaiss  
1:29 min TSV Engenhahn
4. Platz: Joshua Schepp TSV Engenhahn
6. Platz: Ennis Thomalla TSV Engenhahn

### Bambini weiblich

1. Platz: Zélie Ammon  
1:38 min TSV Engenhahn
4. Platz: Aliyah Thomalla TSV Engenhahn
5. Platz: Pauline Caro Kasueske
6. Platz: Leni-Maya Klaiss TSV Engenhahn





**HAUSGEMACHTE SPEZIALITÄTEN  
NACH GROSSVATERS REZEP**

**TÄGLICH FRISCH! GOLD PRÄMIERT!**



Fleischerfachgeschäft  
**Ullrich**



Niederseelbacherstraße 21  
65527 Niedernhausen  
Tel. 06 127 - 2 176  
[www.fleischerfachgeschäft-ullrich.de](http://www.fleischerfachgeschäft-ullrich.de)

**maler laubmeyer**

Gebäudeenergieberater (HWK)

0611 303773



- freundlich
- pünktlich
- zuverlässig
- sauber
- höflich
- erstaunlich Preis– Wert

[www.malerlaubmeyer.de](http://www.malerlaubmeyer.de)  
[www.facebook.com/malerlaubmeyer](https://www.facebook.com/malerlaubmeyer)  
[tsv@malerlaubmeyer.de](mailto:tsv@malerlaubmeyer.de)



# Radfahrer-Wintertraining

Ursprünglich wollten wir erwachsenen Radfahrer uns in der langen Winterzeit, in der es zu dunkel und kalt zum Radeln ist, durch Zirkeltraining in der Halle fit halten. Mittlerweile erfreut sich das Zirkeltraining auch bei Jüngeren und Nicht-Radfahrern größerer Beliebtheit. Alle sind herzlich willkommen. Die Übungen sind so ausgewählt, dass die Kraftausdauer aller wesentlichen Muskelgruppen trainiert wird. Für die Kondition gibt es auch zwei Ausdauer-Übungen. Nach dem Aufwärmen werden die insgesamt 10 Übungen in zwei Runden mit jeweils einer Minute Belastung und einer Minute Pause durchlaufen. Damit sich die Muskulatur nicht verkürzt, schließt das Training mit einem kurzen Dehnungsteil. Wer sich im Winter fit halten möchte, ist herzlich willkommen, auch als Nicht-Radfahrer. Abhängig vom Wetter, starten wir



Anke Helmes

ungefähr nach den Herbstferien in der Halle und versuchen, uns nach den Osterferien wieder aufs Rad zu schwingen.

Anke Helmes



# Radfahren Erwachsene

Die ersten Ausfahrten sind immer schwer: meist ist das Wetter im Frühling gegen Abend noch ganz schön kalt. Zum anderen ist man noch nicht trainiert, die Beine werden schwer und der Allerwerteste schmerzt. Aber der Fahrtwind um die Nase, die kurvenreichen Abfahrten und tollen Landschaften entschädigen vollkommen. Ob zur Äpfelblüte nach Naurod, über Ehrenbach durch das Haubental, über die Hügel nach Strinz-Margarethä oder etwas steiler Richtung Feldberg: Karl-Heinz bereitet für jeden Montag eine interessante Tour vor, in der es auch nach so vielen Jahren immer noch neue, unbekannte Strecken gibt. Meist sind wir zu sechs bis acht begeisterte Radsportler, im Sommer können es aber auch mal deutlich über zehn werden. Um etwas länger die Helligkeit ausnutzen zu können, starten wir um 18 Uhr am Parkplatz Sauwasen. Im Sommer fahren wir ca. 30 bis 40 Kilometer, wenn die Tage kürzer werden etwas weni-



ger. Und da wir hier oben auf 450 Meter Höhe starten, erwartet uns am Ende meist wieder ein kräftiger Anstieg. Wer Bergfahren nicht scheut und gerne Mountain-Bike fährt, ist montagabends herzlich willkommen!

Anke Helmes



# Pilates bei Elena

Kurzes Aufwärmen bei schmissiger Musik – der Trainingsraum ist im Zeichen der Energieeinsparung doch fast kalt zu nennen – und los geht es mit Pilates, einer Sportart, die gleichnamiger Herr vor etwa 100 Jahren erfand. Und trotzdem ist sie nicht „altmodisch“, sondern heutzutage geradezu modern. Hierbei geht es nicht um maximales Workout oder gar optimalen Muskelaufbau, sondern um ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur und der Koordinationsfähigkeit, was auch die Geistesfähigkeit fördert. Ständige Körperspannung und richtige Atemtechnik sind Voraussetzung für den Erfolg. Das ist leichter gesagt als getan. Die Übungen sehen einfacher aus, als sie exakt auszuführen sind und motivieren Muskeln, auf deren Existenz wir bisweilen durch Muskelkater aufmerksam gemacht werden. Die Variationsmöglichkeiten sind groß, ob auf der Matte, mit der



Rolle oder einem Ball. Zum Erfolg tragen wesentlich auch Elenas fröhliche Art und ihre genauen Anweisungen bei. Ihre abwechslungsreichen Übungen lassen keine Müdigkeit aufkommen und so verlassen wir die Stunde gut gelaunt und fit für eine weitere Woche. Eine echte Anti-Aging-Kur! Gelegentlich feiern wir auch zusammen in heiterer Runde und das verdanken wir alles Elenas ansteckend-motivierender Art.





# BBP – Fatburner

Nicht nur Pilates macht bei Elena Spaß. Montags bringt sie uns bei Bauch Beine Po und Fatburner ganz schön ins Schwitzen.



Elena Friebe





## SCHMALL – IHR FRISEUR IN NIEDERNHAUSEN!

Neben den klassischen Haarschnitten bieten wir Ihnen auch:

- Versiegelte Haarspitzen – der Schnitt mit der heißen Schere
- Typgerechte Farb- und Frisurenberatung
- Professionelles Strähnen und Färben
- HFK – Dauerwelle in Naturform

Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen! Terminvereinbarung unter:

**06 127 - 58 05**

Friseur Schmall  
Austraße 15 • 65527 Niedernhausen



**SCHMALL**



Friseure seit 1947



Erlebe die Neuauflage des Storck Klassikers:  
Dein Rebel Race - jetzt ab 1.999 €  
Mit dem Rebel ist Fahrspaß garantiert.  
Geringes Gewicht, steifer Vollcarbon-  
Rahmen und höchster Komfort machen es  
zum perfekten Hardtail Racer.



**STORCK**

**BE A REBEL**



storck-bikes.com

# Sportabzeichen 2022

Anlässlich der Übergabe von Fördermitteln zur Sanierung des TSV-Sportlerheimes (siehe S. 8 f.) war Gelegenheit, die letzten Jahr erworbenen Sportabzeichen zu überreichen.

Insgesamt 37 mal konnten von Pia Helm-Georg Sportabzeichen an Kinder ab 7 Jahren, an Jugendliche und Erwachsene

vom TSV Engenhahn verliehen werden. Sportliche Disziplinen nach Altersgruppen, die vom Deutschen Sportbund in der Leichtathletik vorgegeben wurden, waren zu erfüllen und wurden im Laufe des letzten Sommers von der lizenzierten Prüferin für Sportabzeichen, Pia Helm-Georg abgenommen.



# HAGELPRO

Telefon : 06128 - 95 18 50

Mobil : 01577 - 40 30 20 5

Internet: [www.hagelpro-service.de](http://www.hagelpro-service.de)



Sat.-Anlagen  
von ganz klein  
bis ganz groß!  
Für ein TV-  
Gerät oder bis  
100 Geräte!



Für Sat.-Anlagen entstehen  
keine monatlichen Kosten!



TechniSat  
MADE IN GERMANY  
Arbeitsplatz sichernd

• beraten • liefern  
• programmieren • erklären

Autorisierter Fachhändler für:

**GRUNDIG** **Unielektro**

**Panasonic**  
ideas for life

**TechniSat**  
DIGITAL  
DAS ORIGINAL



## Hoffmann

### NIEDERNHAUSEN



Am Sägewerk 6 • 65527 Niedernhausen  
Telefon 0 61 27 - 90 71 0 • [www.renault-hoffmann.de](http://www.renault-hoffmann.de)

Öffnungszeiten:  
Mo-Fr: 8.00-18:30 Uhr  
Sa: 8:30-16:00 Uhr



# Yoga

„Yoga ist die Erkenntnis, die entsteht, wenn unsere geistigen Aktivitäten still und ausgeglichen sind“ (Patanjali)

Mit unserem Yogaunterricht möchten wir dich auf eine physische und energetische Reise mitnehmen: Die Yogapraxis kann für dich zu einer Quelle der Gelassenheit im Auf und Ab des Alltags werden, und dein Körpergefühl sowie deine Fitness verbessern. Nach den Aufwärmsequenzen praktizieren wir unter anderem Sonnengrüße, statische Haltungen aus dem Hatha-Yoga oder dynamischere Bewegungen aus dem Vinyasa-Yoga. Hierbei passen wir unseren Unterricht an die anwesenden Schülerinnen und Schüler an, denn jeder Mensch kann Yoga üben, unabhängig von der



Susanne Hecht

körperlichen Verfassung. Atemübungen (Pranayama) sind ebenfalls fester Bestandteil der Stunden und helfen deine Stimmung wahrzunehmen, können dich beleben oder vom stressigen Alltag abschalten lassen.

Die wohlthuende Endentspannung gibt dir Zeit, deiner Yogapraxis nachzuspüren.

Wir freuen uns auf dich!

Namaste  
Susanne und Hanna

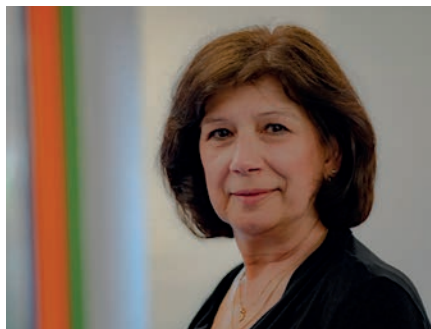


# Wortgruppe Funktionsgymnastik 60+ „Teenager Spätlese“

Unser kurzweiliges und effektives Sportprogramm bringt von Kopf bis Fuß alles in Bewegung. Nach einem kurzen Warm Up bei flotter Musik werden anschließend Bauch, Beine, Po, Arme, Brustbereich und Rückenmuskulatur, mal mit und mal ohne Hilfsgeräte, trainiert und gestärkt.

Bei all den Anstrengungen kommt auch der Spaß nicht zu kurz und unsere Stunde endet immer mit einem Entspannungsteil und Dehnübungen.

Für meinen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich und wer bei unserer elf Mann starken Truppe mitmachen möchte, ist herzlich eingeladen reinzuschnuppern.



Christiane Dressel

Christiane Dressel  
(Lizenzierte ÜL)



# Saisonbericht Tischtennis 2022/2023

Der TSV Engenhahn spielt weiter munter mit – so könnte man freudig ein Fazit unter die abgelaufene Tischtennissaison ziehen. Wie in der Vorsaison nahm man mit einer Mannschaft im Aktiven-Bereich an der Punktspielrunde teil und schlug in der 2. Kreisklasse Ost auf. Den Kern der Mannschaft bildeten weiterhin die Familien Liebrecht und Helm-Georg. Pro Punktspiel besteht die Mannschaftsaufstellung aus 4 Spielern.

Diese waren hauptsächlich die Brüder Janik und Noah Liebrecht sowie das Mutter-Tochter-Gespann Pia Helm-Georg und Leonie Georg. Darüber hinaus absolvierte Dirk Helm, Pias Bruder und Leonies Onkel, eine Partie. Ebenso schön war es, dass mit Jonas Klodt und Ramin Stangenberg zwei weitere Engenhahner Eigengewächse weiterhin, wenn auch in wenigen Einsätzen, ihrem Heimatverein die Treue hielten und in der Not aushalfen.

Sportlich war es in der Bilanz eine sehr ausgeglichene Spielrunde. 8 Siegen stehen 7 Niederlagen und 2 Unentschieden gegenüber. Highlights waren hier definitiv die beiden deutlichen Heimsiege in den Lokalduellen gegen den TuS Königshofen und die TG Oberjosbach VI. Schlussendlich belegte man einen soliden 5. Tabellenrang in einer Liga von 10 Mannschaften. Janik und Noah konnten in der abgelaufenen Spielzeit qualitativ die meisten Sprünge machen und erzielten jeweils mit 24:10 und 25:8 eine hoch positive Bilanz in ihren Einzelspielen. Ein deutlicher Aufwärtstrend ihrer Leistungspunktzahl ging damit einher. Besonders zu erwähnen ist, dass Pia fast 2/3 der Saison aufgrund eines lädierten rechten Arms mit ihrer schwachen linken Hand spielte und sich stets in den Dienst der Mannschaft stellte. Alles in allem verzeichnet man eine überaus harmonisch verlaufene Saison, in der man immer



den Spaß am Spielen behielt und die Engenhahner Farben mit Stolz vertreten hatte. Freudig blickt man auf die Sommerpause, in der man am Summer Team Cup des HTTV freiwillig teilnimmt, um stetig am Ball zu bleiben. Größtenteils unverändert wird die Mannschaft auch kommende Saison wieder an den blauen Tischen den kleinen weißen Plastikball über das Netz jagen und den TSV Engenhahn auf der Tischtennislandkarte in Hessen präsentieren.

Interessierte jedes Alters an diesem wunderbaren Sport sind herzlich eingeladen, jederzeit mal im Training vorbeizuschauen. Gespielt wird jeden Dienstag von 19:00–22:00 Uhr im Bürgerhaus Engenhahn.

Vamos TSVE!

Devin Kakmaci  
Abteilungsleiter Tischtennis





# Rückengymnastik

Die Rückengymnastik des TSV Engenhahn findet jeden Mittwoch von 18 bis 19 Uhr unter der Leitung von unserer Physiotherapeutin Andrea Jung im Bürgerhaus statt. Es sind noch Plätze frei.



Andrea Jung

# Body Balance

Unter der Leitung von Anila Bele findet jeden Mittwoch im Bürgerhaus von 19:30 bis 20:30 Uhr die Stunde Body Balance statt. Schaut gerne auf ein Probetraining vorbei.



Anila Bele

# Volleyball

Hobby-Volleyball der Spielergemeinschaft TSV-Engenhahn mit Skiclub Niedernhausen findet am Dienstag von 20.00–22.00 übergangsweise in der Halle der Theiðstalschule statt, da die Autalhalle mit Flüchtlingen belegt ist. Vielen herzlichen Dank an Anila Bele, die sich um die Hallenbelegung mit gleicher Trainingszeit gekümmert hat und an Peter Kluth, der die Schlüsselgewalt hat. Die Vorteile der Schulsporthalle, z. B. gut geheizt und hohe Decke, in den Ferien für den Spielbetrieb geöffnet, dürfen wir genießen.

Da wir einige Neuzugänge haben, die sich wunderbar integriert haben, sind wir immer gut besetzt und haben viel Spaß in unserer gemischten Gruppe. Selbst in der Osterferienwoche kamen 8 Spieler zusammen. Manchmal ist auch der Nachwuchs dabei.

Der abschließende Kneipenbesuch findet jetzt – nach Corona-Auszeit – wieder statt. Wir treffen uns im irischen Pub in Königshofen wegen der längeren Öffnungszeiten.



# Brillenstube Niederseelbach

Pfarrstr. 14 - 65527 Niedernhausen - Niederseelbach

Tel. 06127-9974679



[www.brillenstube-niederseelbach.de](http://www.brillenstube-niederseelbach.de)

Absolut bezahlbare Top-Qualität;  
auch für die neusten  
Brillenglas-Entwicklungen



**Wählen Sie unter 400 Brillen**  
von 5 - 150 € das passende Modell aus.

**Öffnungszeiten: Termine nach Vereinbarung**

**Sehstärkenmessung oder -überprüfung führen wir nicht durch.**



**Aral Tankstelle**  
**Peter Deutsch GmbH**  
Kfz – Meisterbetrieb  
Limburgerstraße 34  
**65232 Taunusstein**  
Fon 06128 - 72462 Fax 06128 - 73937



# TSV in Zahlen

Derzeit darf der TSV Engenhahn insgesamt 484 Mitglieder zählen. Von diesen sind 358 Mitglieder aktiv in den unterschiedlichsten Sportarten des Vereins tätig. Dabei handelt es sich um Radsport, Leichtathletik, Tischtennis, den verschiedenen Turn-Angeboten sowie Yoga, Judo und Volleyball, 126 Mitglieder unterstützen den Verein passiv. Seit Beginn des letzten Jahres konnten wir 50 Mitglieder, davon 26 Kinder und Jugendliche neu in unserem Verein willkommen heißen. Durch die jahrelange Treue und die Beitragszahlungen ist es möglich, dass der TSV Engenhahn ein breites Angebot bieten kann.

Dabei nutzen unsere Mitglieder nicht nur die verschiedenen Angebote, sondern unterstützen den Verein bei den Vorbereitungen sowie der Durchführung der Feste, die jedes Jahr veranstaltet werden. Dazu gehören natürlich auch, die Pflege unseres Sportlerheims sowie der Außenanlage. Hierfür möchten wir uns ganz herzlich bedanken.

Zum Schluss noch eine kleine Bitte: Falls sich eure Bankverbindung oder eure Kontaktdaten ändern, teilt uns diese bitte zeitnah mit. Dadurch können wir euch nicht nur bei eventuellen Rückfragen kontaktieren, sondern euch rechtzeitig über

Aktuelles informieren, damit auch ihr immer auf dem neusten Stand seid.

*Bitte denkt an die Weitergabe eurer neuen Kontonummer bei der Wiesbadener Volksbank (vorher VR-Bank Untertaunus), wir bekommen die Daten nicht automatisch. Ab 01.07.2023 gilt die alte VR-Bank-Kontonummer nicht mehr.*

Auch in diesem Jahr gibt es einige Mitglieder, die unseren Verein bereits seit vielen Jahren unterstützen. Diesen möchten wir an dieser Stelle ebenfalls unseren Dank zum Ausdruck bringen:



## Jubiläen

### 40 Jahre

Sonja Krause-Woitsch  
Christian Klaiss  
Pia Helm-Georg

### 25 Jahre

|                  |                   |
|------------------|-------------------|
| Jan Bremer       | Ulrike Seeger     |
| Manuela Nowak    | Martin Seeger     |
| Anila Bele       | Frank Sigwart     |
| Anna Bukenberger | Brigitte Sedlmair |
| Ilona Goreschian | Eirik Sedlmair    |
| Margarete Henkel | Klaus Herber      |







— T R A D I T I O N —

90 Jahre Theisstal-Apotheke in 4. Generation

Bahnhofstraße 25  
65527 Niedernhausen  
Tel. 0 61 27/23 79  
**[www.theisstal-apotheke.de](http://www.theisstal-apotheke.de)**

**ÖFFNUNGSZEITEN:**

Montag – Freitag 8.00 Uhr – 13.00 Uhr  
und 14.00 Uhr – 18.30 Uhr  
Samstag 8.00 Uhr – 13.00 Uhr



**Online-Bestellungen jetzt direkt über  
Deine-Apotheke-App:**



App Store



Google play

Der TSV Engenhahn trauert um seine langjährigen Mitglieder, die dem Verein stets verbunden waren und ihn bei allen Aktivitäten unterstützt haben:

In stillem Gedenken

**Werner Obenland**

**1938–2023**

Gründungsmitglied seit 1977

In stillem Gedenken

**Dr. Eckhardt Momberger**

**1936–2022**

Mitglied seit 1986

In stillem Gedenken

**Gudrun Klaiss**

**1947–2023**

Aktives Mitglied seit 2021

# Teamplayer.



Langgasse 36  
D-65183 Wiesbaden  
0611 174 55-0  
[info@hpp24.de](mailto:info@hpp24.de)  
[www.hpp24.de](http://www.hpp24.de)



# Wer macht was im TSV

Hier finden Sie die Telefonnummern und E-Mail-Adressen unserer Vorstandsmitglieder und Übungsleiter.

Nutzen Sie die Möglichkeit und rufen Sie uns an oder schicken uns eine E-Mail.

## Der geschäftsführende Vorstand

|                |                      |        |                                    |
|----------------|----------------------|--------|------------------------------------|
| 1. Vorsitzende | Brigitte Sedlmair    | 73628  | brigitte.sedlmair@tsv-engenhahn.de |
| 2. Vorsitzende | Anke Helmes          |        | anke.helmes@tsv-engenhahn.de       |
| Kassenwart     | Frank-Ulrich Wilhelm | 742607 | frank.wilhelm@tsv-engenhahn.de     |

## Abteilungsleiter/-innen, sonstige Vorstandsmitglieder

|                                   |                   |              |                                       |
|-----------------------------------|-------------------|--------------|---------------------------------------|
| Mitgliederverwaltung              | Andrea Digel      | 71192        | mitgliederverwaltung@tsv-engenhahn.de |
| Jugendwart                        | Janik Liebrecht   | 742626       | janik.liebrecht@tsv-engenhahn.de      |
| Schriftführerin                   | Hanna Puffer      |              | hanna.puffer@tsv-engenhahn.de         |
| Pressewart                        | Eberhard Heyne    | 73215        | eberhard.heyne@tsv-engenhahn.de       |
| Haus- und Gerätewart              | Alexander Straube | 0173-3464051 | alexander.straube@tsv-engenhahn.de    |
| Vertreter der passiven Mitglieder | Horst Göggel      |              | horst.goeggel@tsv-engenhahn.de        |
| Turnen                            | Franzi Hasenauer  |              | turnen@tsv-engenhahn.de               |
| Tischtennis                       | Devin Kakmaci     | 9803067      | tischtennis@tsv-engenhahn.de          |
| Radsport                          | Heike Schell      |              | radsport@tsv-engenhahn.de             |
| Leichtathletik                    | Pia Helm          | 8605975      | leichtathletik@tsv-engenhahn.de       |
| Judo                              | Brigitte Sedlmair | 73628        | judo@tsv-engenhahn.de                 |
| Volleyball                        | Waltraut Digel    | 72995        | volleyball@tsv-engenhahn.de           |
| Skifreizeit                       | Jules Bonadt      | 75417        | jules.bonadt@tsv-engenhahn.de         |

## Freie Mitarbeiter/-innen

|              |              |         |                                |
|--------------|--------------|---------|--------------------------------|
| Sportmagazin | Björn Bordon | 4877623 | bjoern.bordon@tsv-engenhahn.de |
|--------------|--------------|---------|--------------------------------|



## Übungsleiter/-innen

|                                                                                                                             |                      |              |                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------|---------------------------------------|
| Body Balance                                                                                                                | Anila Bele           | 75457        | anila.bele@tsv-engenhahn.de           |
| Volleyball                                                                                                                  | Waltraut Digel       | 72995        | waltraut.digel@tsv-engenhahn.de       |
| Funktions-Gymnastik                                                                                                         | Christiane Dressel   | 951661       | christiane.dressel@tsv-engenhahn.de   |
| Mountainbiking „Rouleure“                                                                                                   | Karl-Heinz Eisenbach |              | karl-heinz.eisenbach@tsv-engenhahn.de |
| Fatburner,<br>Bauch Beine Po,<br>Pilates                                                                                    | Elena Friebe         | 72608        | elena.friebe@tsv-engenhahn.de         |
| Sport – Spiel – Spaß<br>Leichtathletik Kinder                                                                               | Leonie Georg         | 8605975      | leonie.georg@tsv-engenhahn.de         |
| Eltern-Kind-Turnen                                                                                                          | Franzi Hasenauer     |              | franzi.hasenauer@tsv-engenhahn.de     |
| Yoga                                                                                                                        | Susanne Hecht        | 0171-2080312 | susanne.hecht@tsv-engenhahn.de        |
| Yoga                                                                                                                        | Hanna Puffer         |              | hanna.puffer@tsv-engenhahn.de         |
| Leichtathletik Kinder,<br>Leichtathletik Erwachsene,<br>Sportabzeichen,<br>Tischtennis Erwachsene,<br>Mountainbiking Kinder | Pia Helm             | 8605975      | pia.helm-georg@tsv-engenhahn.de       |
| Radsport Wintertraining                                                                                                     | Anke Helmes          |              | anke.helmes@tsv-engenhahn.de          |
| Rückengymnastik                                                                                                             | Andrea Jung          | 06126-70914  | andrea.jung@tsv-engenhahn.de          |
| Lauftreff                                                                                                                   | Tino Kind            | 740446       | tino.kind@tsv-engenhahn.de            |
| Sport Spiel Spaß,<br>Mountainbiking Kinder,<br>Tischtennis Kinder                                                           | Janik Liebrecht      | 742626       | janik.liebrecht@tsv-engenhahn.de      |
| KiLa                                                                                                                        | Heike Schell         | 740446       | heike.schell@tsv-engenhahn.de         |
| Kinderturnen,<br>Judo                                                                                                       | Brigitte Sedlmair    | 73628        | brigitte.sedlmair@tsv-engenhahn.de    |

Ohne Vorwahlangaben bitte die 06128 verwenden!

*Genau  
mein  
Ding!*

**Unser Ding ist –  
Ihre Geldanlage.**

Die Experten unserer Vermögensverwaltung managen Ihre Geldanlage und unterstützen Sie aktiv beim Vermögensaufbau.

Schon mit kleinen Beträgen erhalten Sie mit dem **WVB BestInvest** ein Rundum-Sorglos-Paket, damit Sie sich auf das fokussieren können, was Ihnen wirklich Spaß macht.



Jetzt informieren auf:  
[wvb.de/bestinvest](https://wvb.de/bestinvest)

**Wiesbadener  
Volksbank**

