



SPORTGEMEINDE
HOHENSACHSEN
1884 e.V.



SGH INFORMIERT
6/2019

Wohlfühlen und entspannen!
Salzgrotte mit Himalaya-Salz.



45 Minuten nur 7€ (Kinder 5€*)

- Sitzungsbeginn jeweils zur vollen Stunde
- Nutzung in Straßenkleidung
- Tel.: 06201 / 106 140

* Kinder unter 6 Jahren haben in Begleitung eines Erwachsenen freien Eintritt.



www.sww.de/hawei

So nah – so gut.



**Wer die Pflicht hat, Steuern zu zahlen,
hat das Recht Steuern zu sparen.**

| BGH 1965, ALTKANZLER HELMUT SCHMIDT |

**Dabei und auch
in anderen Fällen
helfen und beraten
wir sehr gerne.**

STEUERERKLÄRUNGEN | JAHRESABSCHLÜSSE
BUCHHALTUNG | LOHN | EXISTENZGRÜNDUNG

Brunnengasse 11 · 69493 Hirschberg
TELEFON 06201 7048540 · FAX 7048539
MOBIL 0173 3044472
melanie.erdel@stb-erdel.de · www.stb-erdel.de

ME

Melanie Erdel-Lein
STEUERBERATUNG



SGH INFORMIERT 06/2019

IMPRESSUM

39. Jahrgang, Juni 2019

Geschäftsstelle

Langewiesenweg 1
69469 Weinheim

Geschäftszeiten

Mo. & Fr. 9:00 Uhr - 12:00 Uhr

Mi. 14:00 Uhr - 16:15 Uhr

TEL.: 0 62 01 / 25 88 91

FAX: 0 62 01 / 25 89 08

E-MAIL: info@sg-hohensachsen.de

www: www.sg-hohensachsen.de

Bankverbindung

Volksbank Kurpfalz

IBAN DE36 6729 0100 0052 1658 06

Herausgeber

Sportgemeinde

Hohensachsen 1884 e.V.

Redaktion

Klaus Baranowski

Bergwaldstr. 9, 69469 Weinheim

E-Mail: ikbaranowski@kabelbw.de

LIEBE MITGLIEDER, LIEBE FREUNDE DER
SG HOHENSACHSEN 1884 e.V.

Wie in jedem Jahr ist die intensive Betriebsamkeit rund um die Tennisanlage ein sicheres Zeichen für den Start in den Frühsommer: die Plätze werden hergerichtet, das Clubhaus auf Vordermann gebracht und mit Kaffee und Kuchen die Freiluftsaison eröffnet. Zu diesem Zeitpunkt ist die Skitruppe mit 43 Kindern und ihren Betreuern längst wieder daheim in Hohensachsen und hat eine wundervolle Woche mit viel Schnee und sonnigem Himmel in Saas Fee verbracht.

Ein besonderes Ereignis für Kinder ist im Frühjahr die Sportmeile „Sport mit Spaß“ am Weinheimer Schloss. Hier stellen sich zahlreiche ortsansässige Vereine dem Nachwuchs und seinen Eltern mit über 20 Mitmach-Stationen vor. Nachdem die SGH die letzten beiden Male mit der Tennisabteilung sehr gut vertreten war, haben dieses Jahr die „Volley Ninjas“ die mehr als 800 Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei herrlichem Sonnenschein auf der großen Wiese im Schlosspark mit ihren Übungen rund um das Volleyballnetz in den Bann gezogen und für diesen Sport begeistert.

Es ist generell bewundernswert, wie erfolgreich derzeit unsere weiblichen Sportlerinnen in Volleyball und Fußball sowie im Schwimmen sind. Die erste Mannschaft der Volleyball-Damen wurde Sieger in der Bezirksliga, die C-Mädels der Fußballer haben am Finale um den Badischen Landespokal teilgenommen und sind aktuell Tabellenführerinnen in der Landesliga und für die Schwimmer sind jüngst sieben Athletinnen beim Wettkampf in Heppenheim erfolgreich auf dem Treppchen gelandet. Diese äußerst positiven Entwicklungen sind beispielgebend für eine vorzügliche und kontinuierliche Nachwuchsarbeit im Juniorinnenbereich.

Wichtiger Eintrag für Ihren Terminkalender:

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe von „SGH informiert...“ ist der

20. Oktober 2019



Unsere vereinseigene Sporthalle am Langwiesenweg ist im vergangenen Jahr dreißig geworden. Sie wurde im Oktober 1988 feierlich eingeweiht und ist aus dem täglichen Vereins-sport nicht mehr wegzudenken. Nun ist es an der Zeit, über die eine oder andere Erneuerung nachzudenken. Kurzfristig haben wir im März die alten Holzdecken in den Duschräumen der Halle entfernt und neue, helle Decken mit LED-Spots eingezogen. Im Laufe dieses Jahres sollen die Beleuchtungskörper und Neonröhren, die mittlerweile ihre Lebensdauer erreicht haben, durch moderne LED-Lichter ersetzt werden. Hierzu gibt es ein Planungsteam, das sich mit einer innovativen Ausgestaltung und der Finanzierung beschäftigen wird. Nicht zuletzt erwarten wir uns einen deutlichen ökologischen Beitrag zur besseren Energieeffizienz.

Mit weiteren Einzelberichten werden wir Ihnen in dieser Ausgabe die zahlreichen Aktivitäten in unseren Abteilungen wieder näherbringen. Ich wünsche allen eine erfolgreiche Sommersaison und viel Spaß beim Lesen dieses SGH-Heftes.

Hendrik Lund, 1. Vorsitzender



Birgit Büchner's
Blumen & mehr

Küfergasse 1
69469 Weinheim-Hohensachsen
Tel./Fax: 0 62 01 / 39 23 09

e-mail:
BBBlumenundmehr@web.de

Wir bieten an:
Hochzeitsfloristik
Trauerfloristik
Tischschmuck
für jeden Anlass
Beet- & Balkonpflanzen
Geschenkartikel
Wohnaccessoires
Grabanlage & -pflege
und vieles mehr!



Übungsstunden Turnabteilung

Montag

15:00 – 16:00 Uhr	Kinderturnen 4 – 6 Jahre Leitung: Gisela Stredak	Mehrzweckhalle
16:00 - 17:00 Uhr	Mutter- und Kind-Turnen Leitung: Gisela Stredak	Mehrzweckhalle
17:00 – 18:00 Uhr	Turnen Mädchen + Jungen 6 – 10 Jahre Leitung: Gisela Stredak	Mehrzweckhalle

Freitag

20:00 – 22:00 Uhr	Indiaca Training Sporthalle, Langewiesenweg 1 Ansprechpartner G. Stredak	
Eure Abteilung Turnen	Stredak Gisela Telefon 06201-56169	

Es kommt leider immer wieder vor, dass unsere Vereinszeitschrift „SGH informiert...“ deshalb nicht ankommt, weil wir eine falsche Anschrift haben. Außerdem ist die falsche Bankverbindung teuer, weil die Bank eine Stornierungsgebühr erhebt. Deshalb, wenn Sie umziehen oder das Bankkonto wechseln, dann seien Sie doch so nett und geben der Geschäftsstelle Bescheid; Telefonnummer und Anschrift finden Sie vorn im Impressum. -Die Redaktion-





Mit der SGH-Skifreizeit nach Saas Fee

Am 13. April dieses Jahres brach die alljährliche Ski-Jugendreise der SG Hohensachsen mit insgesamt 43 Personen in eine schneesportreiche Woche ins Saastal im schweizerischen Wallis auf. Unser Fahrer Michael brachte uns mit seinem Bus, wie bereits in den Jahren zuvor, wieder sicher und entspannt zu unserem Apartementhaus „Fortuna“ im kleinen Dorf Saas-Balen. Von dort aus ging es dann täglich mit einem typisch schweizerischen Postbus in die freie Ferienrepublik Saas Fee. Auf 100 Pistenkilometern konnte jeder Wintersportler, ob jung ob alt, ob Anfänger (was in unserer Gruppe eher seltener anzutreffen war) oder Fortgeschrittener, sich auf Skiern oder dem Snowboard austoben und die bis zu 3.600m hohe Berglandschaft genießen. Des Weiteren ließen viele sogenannte „Adrenalin-Cups“, wie beispielsweise Snowparks, Speed-Strecken oder gesteckte Läufe die sportbegeisterten Herzen der Teilnehmer höher schlagen.

Trotz einiger Unfälle in diesem Jahr (alle glücklicherweise ohne bleibende Schäden) behielten unsere Betreuer immer einen kühlen Kopf und meisterten alle Situationen mit Professionalität und der Erfahrung aus mehreren Jahren Skifreizeit. Dies zeigt, dass die Betreuer, sowie auch der Großteil unserer jungen Skifahrer mittlerweile ein eingespieltes Team sind, das aber auch neue Teilnehmer mit offenen Armen empfängt. Die Teamfähigkeit war vor allem wieder beim morgendlichen und abendlichen Küchendienst zu sehen. Hier durften dann immer 4-5 Jugendliche zeigen, was sie am Herd und beim Abwasch so alles können, denn alle Mahlzeiten werden selbst zubereitet. Hinzu kamen verschiedene Gemeinschaftsspiele, die die Beziehungen unter den Teilnehmern stärkten, aber auch für ein warmherziges Verhältnis zu den Betreuern sorgten. Während dieser Skiwoche entwickelte sich ein familiäres Verhältnis, das vielen Jugendlichen eine Woche voller Spaß

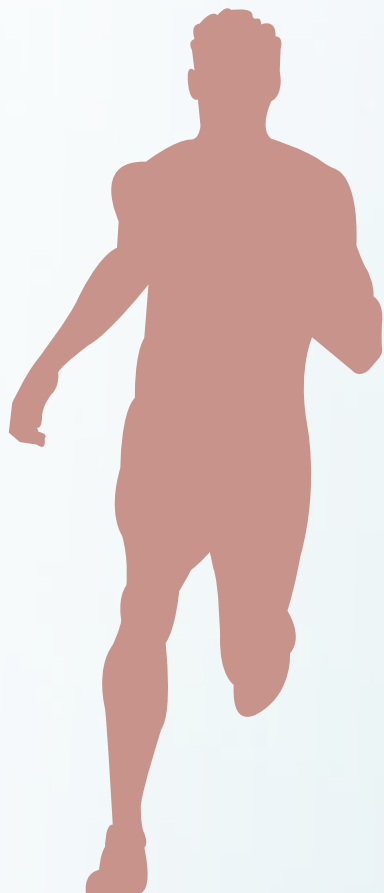
ermöglichte und sie trotzdem Verantwortung in verschiedenen Bereichen übernehmen ließ. So ist es beispielsweise auf der Piste nur möglich, in Kleingruppen ohne Betreuer zu fahren, wenn mindestens 3 Personen zusammenbleiben, so dass im Falle eines Sturzes oder eines anderen Zwischenfalls genug Personen für die nötige Sicherheit sorgen. Den älteren Teilnehmern wurde es dann auch noch an zwei Tagen erlaubt, die Ferienrepublik nach dem Skitag auf eigene Faust zu erkunden. Das zeigt, was für ein vertrauensvolles, jedoch auch ausreichend autoritäres Verhältnis zu den Betreuern gepflegt wird. Alles in allem war diese Woche für jeden Teilnehmer ein spaßgarantierter und sorgenfreier Urlaub, der Freundschaften festigte und erweiterte. Die Erwartungen wurden, wie auch die letzten Jahre schon, bei weitem übertroffen. Für mich hieß es dieses Jahr leider das letzte Mal mit der SG Hohensachsen „Ab in die Berge“. Das Skigebiet, die Ferienwohnung, aber vor allem die Betreuer und meine Freunde, die immer dabei waren, sind mir in den letzten Jahren durch die Skifreizeit sehr ans Herz gewachsen. Zu wissen, dass dieses Jahr der letzte Urlaub in dieser „familien-ähnlichen“ Konstellation war, erschwerte mir den Abschied ungemein. Ich blicke nun zurück auf fünf „skifreizeitreiche“ Jahre, in denen die Skiwoche mit der SGH immer eine der unbeschwertesten und glücklichsten Wochen im ganzen Jahr war. Ich möchte mich hiermit nochmals herzlich bei allen Organisatoren und Betreuern bedanken, die jedes Jahr solche eine Woche ermöglichen und hoffe, dass für die nun nachkommenden Jüngeren auch in den nächsten Jahren noch viele erlebnisreiche Skifreizeiten stattfinden werden. Die Skifreizeit wird uns allen für noch sehr lange Zeit in besten Erinnerungen bleiben!

Elena Treusch

FITNESS & GESUNDHEIT

Wir bieten für jedes Alter in unserer Fitness & Gesundheit-Abteilung viele unterschiedliche Übungsstunden und Kurse an. So konnten wir im letzten Jahr wieder neue Mitglieder in den einzelnen Sportgruppen begrüßen. Natürlich kann jeder Sportler, der sich angesprochen fühlt, vorbei kommen und eine Stunde „schnuppern“.

Sportliche Grüße
Christina Werner



GYMWELT-ANGEBOTE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p>10:30-11:30 Uhr Bewegungs- behandlung bei Osteoporose <i>Frauen</i> Mehrweckhalle</p>		<p>09:30-10:30 Uhr Rückengymnastik <i>Frauen, Männer</i> Mehrweckhalle</p>				
<p>15:00-16:00 Uhr Nordic Walking Treff <i>SGH-Eingang</i></p>			<p>15:00-16:30 Uhr Senioren Sport <i>Frauen, Männer</i> Mehrweckhalle</p>			
<p>18:30-19:30 Uhr Bodyforming <i>Frauen</i> Mehrweckhalle</p>	<p>18:30-19:30 Uhr Drums Alive <i>Frauen, Männer</i> Mehrweckhalle</p>			<p>17:45-18:45 Uhr Jedermänner Wirbelsäulengymnastik <i>SGH-Halle</i></p>		
		<p>19:30-21:00 Uhr Funktions- Skigymnastik <i>Frauen, Männer</i> Mehrweckhalle</p>		<p>19:00-20:00 Uhr Wirbelsäulen- gymnastik <i>Mehrweckhalle</i></p>		
				<p>18:45-20:00 Uhr Jedermänner "Schwitz dich fit" <i>SGH-Halle</i></p>		

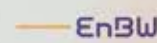


**SG Hohensachsen
1884 e.V.**
Langwiesenerweg 1
69469 Weinheim

Tel.: 06201-258891
E-Mail:
info@sg-hohensachsen.de
www.sg-hohensachsen.de

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

FITNESS-, FREIZEIT- UND
GESUNDHEITSSPORT IM VEREIN





FUSSBALL

B-Juniorinnen

Für die B-Mädels geht mit dem letzten Pflichtspiel der Verbandsliga (0:0 gegen die TSG Hoffenheim) eine lange, ereignisreiche Saison mit vielen Höhen und ein paar Tiefen zu Ende. Sportliches Highlight war sicher der starke 3. Platz bei den Badischen Futsal Meisterschaften - für unsere jungen Mädels ein Riesenerfolg. Auf dem Feld steht eine spürbare Verbesserung gerade im spielerischen Bereich zu Buche, auch wenn gerade in der Hinrunde oft das nötige Quäntchen (auch mal Glück) fehlte und eine sehr ordentliche Rückrunde nicht mehr ganz für einen Platz im Tabellenmittelfeld gereicht hat. Mit das wichtigste ist allerdings, dass die Mannschaft unglaublichen Teamgeist beweist und als Gemeinschaft zusammengewachsen ist. Umso trauriger - aber das ist der Lauf der Dinge - ist es, dass uns Amelie, Anna, Caro, Helen, Miriam, Nele und Nina altersbedingt in Richtung SGH-Frauen verlassen. Bis das allerdings soweit ist, stehen noch einige Turniere, das Drachenboot-event 2019 in Ladenburg und ein gemeinsamer Saisonabschluss auf dem Plan.

Das Team 2018/2019: Amelie Uhlenbruch, Ana Gottschalt, Anna Neugebauer, Anna Rüsing, Brit Ziegler, Caroline Teichmann, Emma Freudensprung, Helen Salazar, Helmi Katila, Jule Neuwinger, Jumana Würtz, Lilian Riffel, Lisa Wetzel, Mara Schmitt, Mara-Lena Dowideit, Melda Tigli, Miriam Ott, Mirjana Milic, Nele Trapp, Nina Lehmann, Nina Reiß, Rosa Schrem.

C-Juniorinnen

Für die C-Mädels ist eine erfolgreiche Saison fast beendet. Bereits einen Spieltag vor Saisonende, konnten die Mädels von den Trainern Kathrin Dawert und Marvin Engerisser den Staffelsieg klarmachen. Auch besteht noch die

Chance, den badischen Pokal zu gewinnen. Doch selbst, wenn das nicht gelingen sollte, war die Saison ein voller Erfolg. Bevor mehrere Spielerinnen altersbedingt das Team verlassen müssen, freuen sich alle auf ein großes Saisonabschlussfest und mehrere kleine Sommerturniere. Schon jetzt laufen die Planungen und Vorbereitungen für die nächste Saison, dass man in dieser dann an den Erfolg anknüpfen und das Team weiter entwickeln kann.

D-Juniorinnen

Nach einer sportlich durchwachsenen Herbstrunde ging es bei den D-Mädchen in der Frühjahrsrunde erstaunlich aufwärts. Der Wechsel vom 7er ins 9er Feld brachte für die Mädchen deutliche Impulse. Einen Spieltag vor Saisonende spielt das Team der Trainer Nina Lehmann, Brit Ziegler und Andreas Ewald noch um den Staffelsieg mit.

Aber auch außerhalb des regulären Spielbetriebes wurde einiges unternommen. Am 1. Mai machte das Team gemeinsam mit den Eltern einen Ausflug zum Pokalfinale der Frauen in Köln. Vor dem Pokalfinale spielten die Mädchen beim Turnier auf den Vorwiesen des Rhein-Energie-Stadion mit und belegten einen beachtlichen zweiten Gruppenplatz. In diesem Zusammenhang noch einmal vielen Dank an die Firma Kamp Reisen und Michael Bauer, der uns den Ausflug zu einem sehr fairen Preis ermöglichte. Beim inzwischen traditionellen Trainingslager in der Sportschule Schöneck nahmen vom 17.-19. Mai 15 D-Juniorinnen teil. Die Mannschaft nutzte die Zeit zu einigen Trainingseinheiten und einem Programm zu Teambindung. In wenigen Wochen geht das gemeinsame Jahr der Mädchen zu Ende. Neben dem Saisonabschluss mit den Eltern nehmen die Mädchen bis dahin un-

ter anderem noch am Beachhandballturnier der HG Saase teil. Die Planungen für die nächste Saison laufen auch bereits. Zum Saisonauftakt gibt es für die neue D-Jugend, das werden dann die Jahrgänge 2007 und 2008 sein, ein gemeinsames Wochenende auf der Tromm.

Weitere Mädchen der Jahrgänge 2007-2008 sind zu unseren Trainingszeiten mittwochs von 17:30-19:00 Uhr, sowie freitags von 16:30-18:00 Uhr immer willkommen.



E-Juniorinnen

Für die E-Mädels geht im Mai die Saison zu Ende. Es war eine erfolgreiche Saison. Am Anfang stand eine Mannschaft, die ohne Know How auf dem Feld stand. Umso bemerkenswerter war ihr Auftritt auf dem Fußballplatz. Die Herbstrunde beendeten sie auf dem 5. Platz und die Frühjahrsrunde auf dem 3. Platz. In der Mannschaft hat sich ein Zusammenhalt gebildet, der bemerkenswert und einzigartig ist. Unter den 1.-5. Klässlerinnen hat sich in kürzester Zeit ein super Teamgeist gebildet. Dies hat man daran gesehen, dass sie die letzten Monate fast komplett im Training anwesend waren. Mit vielen Koordinationsspielen, Mathe rechnen während eines Passtrainings oder

gar Salsaschritte in die Koordination eingebaut, es hat uns allen immer Spaß gemacht. Ein Dank geht auch an die Eltern, die die Mädels für ihre Fußballbegeisterung unterstützen. Ein Dank geht auch an Boris, der dazu beigetragen hat, dass die E-Jugend der SGH eine Freundschaft mit Ketsch aufgebaut hat, wie z.B. die Pizza-Aktion in der Vereinsgaststätte. Auch wir Trainer hatten viel mit den Mädels zu lachen. Was uns traurig macht ist die Tatsache, dass uns Spielerinnen in Richtung D verlassen werden. Dies sind: Marlene, Mai Li, Sara Paula und Nelly. Aber wie es so schön heißt: Man sieht sich zwei Mal im Leben. Doch habe ich keine Bedenken für die restlichen Mädels und freue mich auf die kommende Saison, auf ereignisreiche Spiele und lustige Momente, in denen wir wieder viel Spaß haben werden. Bis das passiert, haben wir noch ein Turnier, in dem die Mädels alles zeigen werden und mit dem runden Leder zaubern können. Für mich war und ist es eine Freude, Teil dieser Familie zu sein. Das Team 2018/2019: Ceyda Mengilli, Sara Acik, Esin Erciyas, Paula Sophie Grünberger, Maya Anouk Harderland, Mai Li Hauck, Thea Rayer, Marlene Reiß, Paula Rolle, Nelly Marlen Schmitt, Carla van Ackern, Mia Hofäß, Finja Große-Kraul.

A-Jugend

Spielgemeinschaft JfV Unter-Flockenbach / Trösel und SG Hohensachsen
Gute Zusammenarbeit endet mit symbolischer Übergabe von Wimpeln als Zeichen der Freundschaft.

Im Rahmen des letzten gemeinsamen Heimspiels der A-Jugend Spielgemeinschaft, bestehend aus der SG Hohensachsen und dem JfV Unter-Flockenbach/Trösel, trafen sich die beiden Verantwortlichen Steffen Janke (SGH) und Frank Kinzel (JfV) zu einer symbolischen Wimpel Übergabe als Zeichen der Freundschaft. „Was im Jahr 2018 als „Abenteuer“ begann



und dadurch als absolutes Neuland bezeichnet werden konnte, kann im Nachgang als absolut positive Entscheidung attestiert werden“, so die beiden Vereinsvertreter.

Als zu Beginn der letzten Saison die beiden Trainer Alessandro Hoffmann und Dirk Sommer auf die jeweiligen Verantwortlichen mit der Idee zukamen, eine Länderübergreifende Spielgemeinschaft zu gründen, war von beiden Seiten sofort die Bereitschaft da, für den Erhalt der Mannschaften neue Wege zuzugehen. Hierzu bedurfte es dann noch 1-2 Abstimmungsgespräche und die Jungs starteten in eine gemeinsame Saison. Trainiert wurde sowohl in Unter-Flockenbach als auch in Hohenachsen, wo durch die Gastspieler-Regelung auch die Heimspiele ausgetragen wurden. Mit einem guten zweiten Platz schaffte man die Quali zur Aufstiegsrunde in die Landesliga. Hier wurde man durch viele Verletzungen gebeutelt, so dass nun aktuell leider nur der 5. Platz zu Buche steht.

Die Jungs haben das wirklich super gemeistert, schließlich haben sie auch viel Fahrerei auf sich genommen, waren aber immer eine Einheit, berichtet Steffen Janke. Nach dem letzten Heimspiel, das im übrigen 2:2 endete, bedankte sich auch die Mannschaft bei den Trainern und es gab noch ein gemütliches Beisammensein. Ein großer Dank, und da spreche ich auch für die Kollegen der SGH, gilt den Spielern, Eltern und vor allem auch den Trainer-Teams, so Kinzel.

Trainer SGH - Alessandro Hoffmann, Matthias Kapp und Klaus Breitingler.
Trainer JfV - Dirk Sommer und Oktay Keles.

C-Junioren

Nachdem in der Hinrunde nur knapp die Qualifikation für die Meisterrunde verpasst wurde, traten unsere C-Junioren in der Kreisliga MA, Staffel 2, an. Nach 7 Spielen stehen unsere C-Junioren mit 8 Punkten auf Platz 7. Mit einem Sieg am letzten Spieltag können noch zwei Plätze gut gemacht werden und das würde

für einen versöhnlichen Abschluss sorgen. Für dieses Ziel spricht die zahlreiche Trainingsbeteiligung und die teambildenden Maßnahmen, wenn mal ein spielfreies Wochenende ansteht. So trafen sich unserer C-Junioren zu einer rasanten Aktion auf der Kart-Strecke in Mannheim. Mit viel Spaß, Fleiß und Enthusiasmus bereiten sich Spieler und Trainer auf den anstehenden Saisonabschluss vor. Die diesjährige Abschlussfahrt nach Spanien vom 07.-16.06.2019 und der Teilnahme an einem dreitägigen internationalen Turnier wird das große Highlight für alle Beteiligten. Ferner wird die Saison mit einem großen Grillfest im Juli abgeschlossen, ehe es in die Vorbereitung für die neue Saison in der B-Jugend geht. Ein großes „Danke“ an alle Eltern, die uns immer tatkräftig mit Kuchen, Kaffee etc. versorgen. Wir hoffen, dass wir dieses erfolgreiche Modell auch weiterhin beibehalten können.



Bambini

Die Gruppe der Bambini der SGH wird immer größer. Mittlerweile haben wir durchschnittlich 15 Kinder im Training, die alle mit sehr viel Spaß dabei sind. Im Sommer werden wir das ein oder andere Turnier, wie z.B. in Schriesheim oder unser eigenes Jugendturnier in Hohenachsen, besuchen. Für die kommende Saison

werden aber weiterhin helfende Eltern gesucht, die das Training unterstützen und bei Spielfesten helfen, da ein Trainer nicht alles bewältigen kann. Kinder, die gerne einmal zum Schnuppern kommen wollen, können gerne dienstags und freitags von 17 Uhr bis 18 Uhr beim Training vorbei kommen.

AH

Bei der AH-Mannschaft liegt der aktuelle Fokus komplett auf der Organisation und Planung für die 4. Auflage des an der Bergstraße etablierten eigenen Turniers, dem AH-Bergstraßen-Cup 2019. Das Organisationsteam hat es wieder einmal geschafft, ein großes und schlagkräftiges Teilnehmerfeld aus der Region zusammenzustellen. Termin für das Turnier ist Samstag, 22.06.2019 ab 10:00 Uhr. Sportlich gewann man im Großfeldspiel gegen die AH-Mannschaft der TSG Eintracht Plankstadt mit 2:1 und

zeigte in diesem Spiel tollen Fußball. Auch die 1. Herrenmannschaft konnte man unterstützen. Beim Auswärtsspiel der 1. Herrenmannschaft in der Kreisklasse A gegen die SG Mannheim stand AH-Spieler Jörn Brabez in der Anfangsreihe von Trainer Olaf Preuß und erzielte dabei das „Tor des Jahres“, mit einem Lupfer vom Anstoßpunkt konnte er den gegnerischen Torwart bezwingen und leistete damit einen ganz wichtigen Beitrag zum Auswärtssieg. Generell stellt sich die AH-Mannschaft gerne immer hilfsbereit an die Seite der 1. Mannschaft, wenn Personalnot herrscht. Nun bereitet man sich auf die Ende Mai beginnende Turniersaison vor. Erstes Turnier ist das AH-Vatertagsturnier beim VfL Birkenau, das man in den letzten beiden Jahren gewinnen konnte.

AH Bergstraßen Cup 2019

Das AH Turnier an der Bergstraße

TSG 62/09 Weinheim	SG Amicitia Viernheim
FV Leutershausen	FC Germania Friedrichsfeld
SG Hemsbach	VfL Birkenau
TUS Weinheim	TSG Eintracht Plankstadt
Highlander e.V.	ASC Neuenheim

Samstag 22.06.19
10:00 Uhr
Sportgelände SGH

Seit über 35 Jahren
WEINHEIMER EPPICHBODEN-CENTER
- Teppichböden - PVC-Beläge
- Fertigparkett - Linoleum
- Nadelstich - Laminat
- Korkböden - Tapeten
- Teppichfliesen - Holzfliesen
- Designbeläge
10. Seibersberg GmbH
Kraichgau, Str. 2, 69126 Weinheim
Tel. 06203-92900
www.weinheimer-eppichboden-center.de

Freiwilliges soziales Jahr (FSJ) bei der SG Hohensachsen

Vor einem dreiviertel Jahr fing ich bei der SGH meinen freiwilliges soziales Jahr an. Da ich später eine sportliche Ausbildung ins Auge gefasst habe, bewarb ich mich auf diesen Posten. Ich wollte herausfinden, ob mein Berufswunsch das Richtige für mich ist. Ich habe es nicht bereut, diese Entscheidung getroffen zu haben, da die Zeit durchweg positiv verlaufen ist.

Viele kennen mich im Verein ja bereits. Für die, die mich nicht kennen:

Mein Name ist **Martin Günther** und ich bin 19 Jahre alt. Ich komme aus Schriesheim und habe 2018 mein Abitur am Kurpfalz-Gymnasium in Schriesheim erfolgreich absolviert. Ich bin Spieler der 1. Herren-Fußballmannschaft der SG Hohensachsen und im Zuge meines FSJs Trainer der B-Juniorinnen Fußball geworden, die ich in der nächsten Saison weiter verfolgen werde. Im nächsten Jahr werde ich an der Pädagogischen Hochschule in Heidelberg Sport und Englisch auf Realschullehramt studieren.

Meine Aufgaben im Verein sind u.a. die Unterstützung und Leitung von Gruppen, sowie die Arbeit in der Geschäftsstelle mit Gisela Stredak. Konkreter gesagt unterstütze und leite ich die Handball AG (HG Saase) in Hohensachsen, Lützelsachsen und Großsachsen. In Hohensachsen unterstütze ich Karina Mayer und in Lützelsachsen und Großsachsen teile ich mir mit Jan Müller (FSJler aus Großsachsen) die Leitung der AGs. Des Weiteren habe ich an der Strahlenberger Grundschule eine Fußball AG ins Leben gerufen, um das ein oder andere Kind für unseren Verein begeistern zu können. Außerdem unterstütze ich die Turnabteilung montags beim Kinderturnen und die Schwimmabteilung donnerstags beim Schwimmtraining. In der Abteilung Fußball bin ich der Trainer der Bambinis, also der kleinsten, die Fußball spielen wollen, und der B-Juniorinnen-Verbandsligamannschaft. Mit meinen Mädchen durfte ich dieses Jahr schon viele tolle Erfolge, wie z.B. den 3. Platz bei der Badischen Futsal-Hallenmeisterschaft feiern. Manche



Abteilungen konnte ich, geschuldet durch mein eigenes Training oder Überschneidungen mit anderen Aufgaben, leider nicht unterstützen.

Abschließend kann ich jedem, der einmal vorhat, etwas in sportlicher Richtung zu studieren, beziehungsweise zu erlernen, nur wärmstens empfehlen, ein FSJ oder ein BFD bei der SGH oder auch in einem anderen Verein zu absolvieren. Ich habe in diesem Jahr ohne Ausnahme nur nette und sehr offene Menschen kennengelernt, die mir immer mit Rat und Tat geholfen haben. Diese Zeit hat mir bis jetzt sehr viel Spaß gemacht (sie ist am 31. August zu Ende) und bestätigte mich in meinen Zukunftsplänen. Ich wünsche meinem Nachfolger/in genauso viel Spaß, wie ich selbst hatte und eine ereignisreiche Zeit.

Martin Günther



Sportgemeinde Hohensachsen 1884 e. V.

Altpapiersammlung
gemeinnützige Sammlung



Die Sammlung umfaßt grundsätzlich:

Kartonagen, Zeitungen, Zeitschriften, Papier, Prospekte, Schulhefte, Bücher, etc.

Ausgenommen sind: Aktenordner (aufgrund der metallischen Elemente), Papierhandtücher und ähnliches.

Standort des Sammelcontainers: Parkplatz am Sportgelände (Langwiesenweg 1) neben den Altglas-Containern.

Sammeltermine in 2018 2. Halbjahr: (monatlich)

Juli / 2019	: vom 05.07. – 08.07.2019	Aug./2019	: vom 02.08. – 05.08.2019
Sep./2019	: vom 06.09. – 09.09.2019	Okt./2019	: vom 11.10. – 14.10.2019
Nov./2019	: vom 08.11. – 11.11.2019	Dez./2019	: vom 06.12. – 09.12.2019

Nachwort der Redaktion

In dieser Ausgabe sind leider nicht alle Abteilungen und auch nicht alle Gruppen von Abteilungen mit Redaktionsbeiträgen dabei. Das ist sehr schade, da mit unserem Vereinsheft eine sehr gute Möglichkeit besteht, für seinen Sport in Wort und Bild Werbung zu machen und über Erfolge und Fortschritte zu berichten. Das interessiert sicher nicht nur die Mitglieder der eigenen Sportart. Mein Bestreben ist es, alle Abteilungen mit ihren Aktivitäten vollständig zu Wort kommen zu lassen. Dazu brauche ich die Unterstützung vor allem der Abteilungsleitungen. Ich werde auch weiterhin hartnäckig nachbohren, um die Beiträge zu erhalten – hoffentlich in Zukunft mit mehr Erfolg als dieses Mal. Klaus Baranowski

Ristorante
La cucina Italiana
Sachsenstrasse 19
69469 Weinheim/Hohensachsen
Tel. 06201/4990055
Öffnungszeiten :
Dienstag - Sonntag 11.30 - 14.00 Uhr und
17.00 - 23.00 Uhr Montag Ruhetag
Inh. Gerardo Esposito

HG Saase blickt auf eine erfolgreiche Saison zurück



HG Saase blickt auf eine erfolgreiche Saison zurück

Mit den erfolgreichen Aufstiegsspielen der Damen 2 gegen die SG Bammental/Mückenloch endete eine Saison 18/19, die eigentlich nie so richtig geendet hat. Zwar wurden in jeder Spielklasse die Meister gekürt, aber nach einer ganz kurzen Pause ging es für die Jugendteams der HG Saase schon wieder mit den

Qualifikationsturnieren für die Saison 19/20 weiter. Also wenig Zeit zum Durchatmen für alle Spieler und Verantwortlichen. Bevor wir jedoch auf die Veränderungen der neuen Saison zu sprechen kommen, wollen wir erst einmal auf die Erfolge der vergangenen Saison verweisen: Unsere Damen 1 hatten nach der Herbstmeisterschaft einen großen Aderlass zur Winterpause in Richtung Birkenau zu verkraften. Die Mannschaft lief am Ende auf Rang 4 der Badenliga ein, eine tolle Leistung des jungen und dynamischen Teams mit einer hervorragenden Perspektive für die nächsten Jahre. Die Damen 2 machten das Unmögliche mög-

lich. Nachdem man sich notgedrungen schon mit der Vizemeisterschaft in der Kreisliga 2 abgefunden hatte, gab überraschend der direkte Konkurrent aus Sandhofen buchstäblich in letzter Sekunde den entscheidenden Punkt ab, was noch zur vielumjubelten Meisterschaft führte. Durch die Neueinführung der Bezirksliga der Handballkreise Mannheim und Heidelberg berechnete die Meisterschaft nicht automatisch zum Aufstieg. Gegen die SG Bammental/Mückenloch, Fünfter der Kreisliga 1 aus HD, mussten Relegationsspiele ausgetragen werden. Nach der 23:25 Niederlage in Bammental und einem 7:8 Halbzeitrückstand im Rückspiel in Großsachsen, brannten die Mädels in der zweiten Halbzeit ein wahres Feuerwerk in der Sachsenhalle ab. Das führte zum verdienten 25:16 Sieg und den damit verbundenen „Doppel-Aufstieg“ in die Bezirksliga 1. Unsere weibliche A-Jugend holte sich mit 28:4 Punkten die Badische Meisterschaft. Doch die Meisterschaft war dem Team von Trainer Carsten Sender nicht genug. Ende April ging es in Köndringen/Teningen um den Baden-Württemberg-Pokal. Im ersten Spiel wurde der Südbadische Meister vom SV Allensbach beim 33:20 förmlich an die Wand gespielt. Jetzt wartete

der noch ausgeruhte Meister aus Württemberg, die SG Untere Fils. Trotz Müdigkeit und einiger verletzungsbedingter Ausfälle siegte die HG Saase mit einer Wahnsinns Moral mit 22:19 und holte den Pokal zum bislang größten Erfolg verdientermaßen nach Saase.

Die weibliche D-Jugend unserer MSG He/Leu/Saase wurde ungeschlagen vor den hochgehandelten Top-Teams aus Ketsch und Birkenau Kreismeister. Gleiches gelang der männlichen E-Jugend der HG Saase, die souverän und ohne Punktverlust die Meisterschaft vor der SG Leutershausen und der HG Oftersheim/Schwetzingen einfuhr. Beide Erfolge machen Hoffnung auf die Zukunft und Lust auf mehr. Aber auch die Leistungen aller anderen Mannschaften der HG Saase konnten sich sehen lassen. Allen voran der 4. Platz der weiblichen B-Jugend in der Badenliga und der 2. Platz der männlichen C-Jugend in der Bezirksliga.

Doch wie schon oben beschrieben, ist nach der Saison vor der Saison. In der weiblichen Jugend sind alle Jahrgänge besetzt. Ganz so gut sieht es in der männlichen Jugend leider immer noch nicht aus. Hier gehen wir in der B-Jugend eine Kooperation mit dem TV Schriesheim ein, um unseren Jugendlichen die Teilnahme am Spielbetrieb zu ermöglichen. Doch nicht nur bei den Mannschaften, sondern auch bei den Trainerteams, kommt es zur neuen Saison zu einigen Veränderungen:

Moritz Dornseiff unterstützt Carsten Sender als Co-Trainer bei den Damen 1. Lisa Stein und Jochen Dörsam übergeben die Meistermannschaft der Damen 2 an Peter Müller und Carina Rögner. Die weibliche A-Jugend wird in der neuen Runde von Marko Boskovic und Moritz Dornseiff trainiert. Chiara Helfert und Moritz Dornseiff unterstützen Andrea Weiß bei der weiblichen B-Jugend. Jule Kugler Müller bringt ihre Erfahrung wieder beim Team der weiblichen E-Jugend mit ein. Und die Minis werden zukünftig von Larissa von Babka, Danja Azar sowie Karina und Nadja Mayer trainiert.

Bleibt nur noch, Euch alle auf „DAS“ Event des Sommers hinzuweisen, unser Beach-Handball-Turnier. Vom 12.-14. Juli fliegen wieder die Bälle im „Sandkasten“ im Stadion der TSG Lützel-sachsen auf der Waid. Das Turnier ist weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt und bietet neben tollem Handballsport an allen 3 Tagen beste Verpflegung und gute Laune.

Doch auch wenn sich nach und nach Erfolge einstellen und die tolle Arbeit der Trainer und Verantwortlichen langsam aber sicher Früchte trägt, sind wir für jede helfende Hand dankbar. Das Pensum von Vermarktung über Ausstattung und Bewirtung bis hin zum Organisieren des Spielbetriebes ist fast nicht mehr zu bewältigen. Bitte unterstützen sie uns. Es kommt den Kindern, Jugendlichen und Aktiven zu Gute! Vielen Dank dafür schon mal vorab Euer Vorstand von der HG Saase





Tennis

Saisoneröffnung

Zur Saisoneröffnung am 28. April hatte unsere Vergnügungswartin Anita Russmann zusammen mit fleißigen Helfern und Spendern ein fantastisches Kuchenbuffet im nett gestalteten Vereinsheim vorbereitet und wartete gespannt auf die Besucher. Und sie kamen auch zahlreich, um Kaffee und Kuchen zu genießen. Auch das Wetter wollte da natürlich nicht zurückstehen und ließ die Sonne auftauchen, um unsere Terrasse in strahlendes Licht zu tauchen. So stand auch einem netten „Schwätzchen“ auf der Sonnenterrasse nichts mehr im Wege.

Wanderung zum 1.Mai

Es ist schon gute Tradition, dass die Tennisabteilung am 1.Mai gemeinsam nach Ritschweier zum Maibaum wandert. Und so zog auch dieses Jahr wieder eine große Gruppe wanderlustiger Erwachsener und Jugendlicher los, um bei super Wetter die Strecke in Angriff zu nehmen. In Ritschweier erwarteten uns dann Kaffee und Kuchen und auch etwas deftigere Speisen und geistige Getränke. Gestärkt ging es dann auf den Rückweg zum Tennisheim. Hier erwartete uns der Grill mit Würsten und Steaks, ein tolles Salatbuffet und als besonderes Highlight original belgische Pommes Frites.

Schnupperstunde

Die Erst- und Zweitklässler der Sepp Herberger Grundschule probierten ihre ersten Tennisschwünge auf unserer Tennisanlage aus. Unser Cheftrainer Holger Fuchs ließ es sich nicht nehmen, das erste Training auch persönlich zu leiten. Unterstützt wurde er von seiner Trainerkollegin Anika. Die Kinder hatten sichtlich Spaß beim ersten Umgang mit einem Tennisschläger.

Start der Medenspiele mit zwei neuen Jugendmannschaften

Mit dem Mai startet für die Tennisspieler auch wieder die Medenspielsaison. Dieses Jahr treten drei Erwachsenenmannschaften an, Damen 50, Herren 40 und die Herren 70. Erste Siege und Niederlagen sind zu verzeichnen. Wie die Saison ausgeht, wird sich erst im Laufe des Juli zeigen. Wir drücken allen Teams die Daumen und verweisen auf die laufende Berichterstattung auf der Tennis-Homepage.

Neun Jahre nach der ersten Meldung einer U8-Jugendmannschaft und auch einige Jahre nach dem Ende der legendären Juniorinnen U18, an deren Spielberichte der geneigte Leser dieser Zeitschrift sich sicher noch gern erinnert, hat die Tennisabteilung endlich wieder zwei Jugendmannschaften. Eine U8- und eine U9-Mannschaft, die jeweils als Spielgemeinschaft mit Großsachsen antreten. Und beide Mannschaften konnten auch bereits die ersten Siege für sich verbuchen. Macht weiter so!

Ausblick

Da die Saison für die Tennisabteilung noch jung ist, wird der Sommer noch viel Möglichkeiten zum Tennisspielen und gemütlichem Zusammensitzen in unserem neu gestalteten Clubraum und der Sonnenterrasse bieten. Und am Horizont winkt auch schon wieder ein Fest. Nach dem großen Erfolg im letzten Jahr plant die Abteilungsleitung wieder ein „Tennis meets St. Martin“ Fest. Wir freuen uns darauf.

Volker Biewendt





Schwimmen

Die Freibadsaison steht vor der Tür. Der erste Wettkampf draußen fand schon statt, und es werden noch einige folgen. Dazu wünschen wir unseren Aktiven gutes Wetter und sportliche Erfolge. Vorher werfen wir noch einen kleinen Blick zurück auf das Geschehen der vergangenen Wochen.

Kreismeisterschaften in MA-Seckenheim

Mit zwölf jungen Schwimmern der SG Hohensachsen führen die Trainer zu den Kreismeisterschaften. Sarah Mieck (Jg'08) erzielte ihr bestes Ergebnis, Platz 4, über 50m Rücken in der Zeit von 51,9sec. Sie startete auch noch über 50/100m Freistil mit den Zeiten von 45,0sec/1:41,6min. Fünf Läufe bestritt Martha Mestre ('08). Sie schaffte es zweimal aufs Treppchen, über 50m Brust (49,8sec) und 50m Schmetter (48,8sec). Drei vierte Plätze über 50mF in 42,7sec, 100mF in 1:31,8min und 100mLagen in 1:41,3min waren ein tolles Ergebnis. Vier Mädchen waren im Jg'07 gemeldet. Fleißigste Starterin war Svenja Huke, die zweimal Bronze errang, über 50m Brust (50,6sec) und 200mF (3:11,3min). Vierte wurde sie über 100mL in 1:38,8min. Weitere Stars hatte sie über 50mSch (47,6sec), 50mF (40,9sec) und 100F (1:29,4sec). Renee Kratz gelang es bei 200mB als Zweite mit der Zeit von 4:02,1min anzuschlagen. Dritte wurde sie über 100mR in 1:46,9min, Vierte über 100mB in 1:56,6min. Die beste Platzierung von Vanessa Mieck war Rang vier über 50mSch in 46,6sec. Eine gute Zeit mit 3:38,8min schwamm sie über 200mF

(Pl.5), Des weiteren startete sie über 50/100mF in 41,7sec bzw. 1:39,0min. Die 50m Brust-Strecke beendete Sophie Arnold in 53,2sec und wurde Vierte und Fünfte über 100mB in 1:59,5min. 50mF beendete sie in 41,2sec, die 100mF in 1:36,0min. Anne Kohl ('06) stand mit der Zeit von 47,6sec über 50mR als Bronzesiegerin auf dem Podest. Über 100mR kam sie auf Rang vier (1:42,3min), die Freilstrecken beendete sie über die 50m in 41,4sec, die 100mF in 1:33,3min. Lea Blaue ('06) schwamm über 50mB (50,1sec) auf Platz vier. Fünfte wurde sie über 50mSch in 43,2sec und über 200mF in 3:06,8min. Für 50mF benötigte sie 36,7sec und für 100mF 1:25,1min. Roman Herkommer ('08), der erst am Tag zuvor schon in Griebßheim an den Start gegangen war, durfte auf das Treppchen. Er sicherte sich gleich zweimal Bronze über 50mB in 53,4sec und über 100mB in 1:56,4min. Bei den 50/100mF blieb die Uhr bei 45,6sec bzw 1:40,7min stehen. Über 100mL in 2:08,1min schrammte Carl Hartmann ('09) knapp am dritten Platz vorbei. 100mF absolvierte er in 1:47,4min, 50mF in 50,2sec und 50mR in 52,9sec. Leander Huke ('09) beendete seine 100mR mit 2:19,7min, seine weiteren Starts waren die 50mR (1:02,4min) und die 50mF (1:02,7min). Auch Adam Blaue ('09) hatte vier Wettkämpfe zu absolvieren. Er startete über 50mF (49,9sec), 100mF (1:53,9min), 50mR (1:01,6min) und 50mSch (1:06,6min).

Bezirks- und Bezirksjahrgangsmeisterschaften 2019 in Eppelheim

Seit langer Zeit konnten sich wieder einmal drei Schwimmer der SG Hohensachsen für diesen Wettkampf qualifizieren. Brustspezialist Roman Herkommer wurde in seinem Jahrgang 2008 über 50m Brust in 51,3sec Sechster. Über 100m Brust erreichte er einen

Podestplatz und wurde Dritter in der Zeit von 1:53,2min. Martha Mestre, ebenfalls Jg.'08, startete gleich viermal. Sie landete jeweils unter den besten Sieben, bzw. Acht. Über 100m Freistil schlug sie in 1:31,0min an, für 100mLagen brauchte sie 1:42,0min. Bei den Bruststrecken benötigte sie für die 50m-50,1sec und für 100m-1:48,6min. Die dritte Starterin war Svenja Huke (Jg'07), bei ihr blieb die Uhr über 50mBrust bei 49,6sec stehen. Sie wurde damit Vierte. Die jüngste Hohensachsener Starterin, Sarah Mieck (Jg'09) konnte über 50m Rücken mit einer neuen Bestzeit von 50,2sec punkten.

Trainingslager vom 22. – 24. März in der Sportschule Schöneck

Nach knapp 9-monatiger Vorbereitung startete die 20 köpfige Sportmannschaft der SG Hohensachsen Schwimmabteilung mit Trainern, Betreuern und 14 weiblichen, sowie 6 männlichen Athleten am Freitag, den 22. März 2019 um 15h ins Trainingslager in die Sportschule Schöneck bei Karlsruhe. Die Freude und Aufregung war den Schwimmern und Schwimmerinnen anzumerken. Ein straffes Programm erwartete den 23-köpfigen Tross in der bestens dafür geeigneten Sportschule. Jeweils eine Theorie-, eine Trocken- und eine Schwimmtechnik-Einheit standen jeden Tag auf dem Programm. Hervorragend ausgearbeitet und zusammengestellt vom sportlichen Leiter Michael Meinzer und Trainerin, sowie Konditions-Coach, Judith Weber. Verantwortlich für die Videoaufnahmen unter und über Wasser war Trainerin Jeannette Hartmann. Organisiert wurde das Team vom 2. Vorsitzenden und Trainer der Schwimmabteilung Gerd Diesbach. Bei Bezug der vorher eingeteilten 2 Bett-Zimmer im Arkadenhaus staunte die Mannschaft bezüglich der Ausstattung und des Komforts. Die Zeit bis zum ersten gemeinsamen Abendessen stand zur freien Verfügung, welche die Kinder zur Erkundung des Geländes und zum Spielen im Freien nutzten. Wie die Zimmer, begeisterte auch das Buffet das Team. Die angebotene gesunde und ausgewogene Vielfalt an Speisen bot für alle Teilnehmer etwas. Anschließend wurde das Team im Seminarraum auf das Wochenende eingeschworen. Als Team zu agieren und die Ziele des Trainingslagers zu nutzen, um sich per-

sönlich zu verbessern. Der Teamgeist wurde durch ein geschenktes Trainingslager-T-Shirt, versehen mit Datum und Name des Kindes gestärkt. Leuchtende Augen zeigten, dass die Coaches damit ins Schwarze getroffen hatten. Gesponsert wurden die Shirts freundlicherweise von der Firma Lohrer Sicherheitstechnik. Die erste Theorie-Einheit „Wenden“ stand an. Untermuert durch Videoanalysen von Olympischen Spielen und Anschauungsmaterial des DSV, vermittelten die Trainer die Theorie, mit ein paar lustigen Videos zur Auflockerung zwischendurch. Um das frisch Gelernte in der Praxis zu üben, ging es direkt danach ins Wasser. Die Nachtruhe um 23 Uhr beendete den ersten Tag. Das von Judith Weber aufgebaute Zirkeltraining um 8.30h auf dem Waldsportplatz am Samstagmorgen brachte einige schon an ihre Grenzen. Die Theorie-Einheit danach im Seminarraum wiederholte kurz die Wenden und befasste sich danach ausführlich mit dem Start. Nach dem Mittagessen mit einem sagenhaft leckeren Salatbuffet gingen die Kinder in 2-er Gruppen auf eine Rallye. Vorbereitet wurde diese von Michael Meinzer und Judith Weber. Die Aufgaben und Fragen rund um den Turmberg waren ein voller Erfolg bei strahlendem Sonnenschein. Das Siegerteam erhielt jeweils ein Handtuch als Preis. Nach etwas Freizeit ging es zur zweiten Schwimmereinheit ins Bad, um an der Technik der Athleten zu feilen. Beim Abendessen konnte man spüren, dass die Trainingseinheiten Kraft gekostet hatten. Der Samstagabend stand ganz im Zeichen der Teambildung. In 4 Teams wurde beim Kegeln um den Sieg gerungen. Das Taktieren und das Fichten der Teams sahen die Trainer mit Freude. Die Nachtruhe kam allen gelegen. Am Sonntag, dem letzten Tag des Trainingslagers, ging es nach dem Frühstück wieder auf den Waldsportplatz. Nach dem Aufwärmen stand ein Wurf-Biathlon an. Ausgedacht von Gerd Diesbach rannten und warfen die Teams um die beste Zeit. Wie beim „echten“ Biathlon gab es Strafrunden bei Fehlwürfen. Eine Staffellrunde, bestehend aus einem Rundparcour und zwei Wurfstationen, die jeweils zweimal durchlaufen werden mussten, dauerte ca. 15 min.



Gleich im Anschluss gab es die letzte Trainingseinheit im Wasser. Die Theorie und die Trainingseinheiten zeigten die erhofften Fortschritte, die von Jeannette Hartmann im und unter Wasser dokumentiert wurden.

Nach dem letzten gemeinsamen Mittagessen ging es noch einmal in den Seminarraum. Bei einer kurzen Abschlussbesprechung hörte man nur Positives, sowie Anregungen und den Wunsch nach einer Wiederholung. Ein großes Dankeschön geht an die Eltern, die sich bereit erklärt haben, einen Teil der Fahrdienste zu übernehmen. Ein weiterer Dank geht an die Familien Weil und Mieck für die finanzielle Unterstützung.

“Start in den Frühling” - Wettkampf in Speyer

Um den Schwung und die Motivation des kürzlich stattgefundenen Trainingswochenendes in der Sportschule Schöneck auszunutzen, begaben sich sieben Aktive zu einem Wettkampfbesuch nach Speyer. Dort trafen über 300 Schwimmer von 21 Vereinen zu einem gut organisierten Wettbewerb zusammen. Ein gutes Beispiel gebend, nahm Trainer Michael Meinzer an den 400m Freistil teil. In der offenen Wertung schlug er als Erster in der Zeit von 4:59,2min an. Ähnlich erfolgreich schwamm Martha Mestre (Jg 08) mit neuen pers. Bestzeiten über 100m F in 1:28,0min auf Platz Zwei und über 100m Brust in 1:45,8min auf Platz Drei. Fünfte wurde sie über 100m Lagen in 1:42,5min. Lea Blaue (Jg'06) erzielte ihre beste Leistung über 400m F. Sie schlug als Dritte in

der Zeit von 6:37,5min an. Ihre neue Bestmarke über 100m F liegt nun bei 1:24,4min, 100m Brust absolvierte sie in 1:50,3min. Im Jahrgang 2007 ging Svenja Huke an den Start, ihre Ergebnisse lauteten 400m F in 6:52,9min, 100m Brust in 1:49,2min und 100m F in 1:27,6min. Ihr Bruder Leander (Jg'09) konnte sich zweimal verbessern. Er schwamm über 50m Rücken die Zeit von 58,8sec und er wurde Fünfter über 100m R mit 2:08,9min. Für 100m F benötigte Leo Schaller (Jg'07) 1:44,4min (neue Bestzeit), für die 100m Rücken 1:49,9min. Die Betreuerin der Mädchen stellte sich ebenfalls dem Wettkampf. In der offenen Wertung startete Judith Weber über 100m Brust und wurde Vierte in der Zeit von 1:33,8min, bei 100m F blieb die Uhr bei 1:20,6min stehen (Pl.7)

Feiertagstrainingseinheit am 1.Mai

Kurzfristig wurde der Tag der Arbeit zu einer Übungseinheit umfunktioniert. Insgesamt 15 Schwimmer-Kinder trafen sich um 10:00 Uhr im Viktor Dulger Bad zu einer ersten Wassereinheit. Danach gab es ein gemeinsames Mittagessen mit anschließendem Ruhepäuschen. Um wieder warm zu werden begann der Nachmittag mit Dehn- und Gymnastikübungen, um anschließend eine zweite Wassereinheit zu absolvieren. Ab 17:00 konnten müde, zufriedene Kinder von den Eltern heim geholt werden.

Sprint und mehr 2019 in Heppenheim

Dieses Mal wurde unser Nachbarland Hessen für einen Wettkampf besucht. In Heppen-

heim trafen bei sonnigem Wetter neun Vereine im Freibad aufeinander. Für Hohensachsen gingen sieben weibliche und drei männliche Teilnehmer an den Start. Es wurden die Leistungen auf der 50m-Bahn nach Jahrgängen und bei den Masters nach Altersklassen gewertet. Es war ein lohnender Wettkampf bei dem jede Menge neue Bestzeiten erzielt werden konnten. Sarah Mieck, als Jüngste (Jg'09), schwamm über 50m Rücken in 50,3sec auf Platz Drei. Vierte über 50m Freistil (0:42,5) und Sechste über 50m Brust (0:42,5) waren ihre weiteren Ergebnisse. Im Jahrg.'07 startete ihre Schwester Vanessa über 50m Schmetterling (Pl.7 in 0:47,0), 50m F (Pl.10 in 0:42,2) und 200m F (Pl.8 in 3:29,4). Im gleichen Jg. bewältigte Renee Kratz die 200m Brust in tollen 4:08,7min und schlug als Dritte an. Für 50m B benötigte sie 53;1sec (Pl.4) und für 50m Rü 48,8sec (Pl.6). Dritte im Bunde, Sophie Arnold, schwamm ebenfalls die 200m B und landete mit der Zeit von 4:14,0min auf Rang Vier. Sechste in 54,2sec über 50m B und Elfte über 50m F in 42,9sec waren ihre weiteren Ergebnisse. Kristina Bergmann (Jg'02) hatte nur einen Start über 50m F (Pl.10 in 0:44,7). Dreimal aufs Podest schwamm Laura Kreiner (Jg'01). Sie wurde Siegerin über 50m Sch in 44,4sec und landete zweimal auf Rang Zwei über 50m F in

34,2sec und 200m Rü in 3:13,4min. Getoppt wurde das Ganze von Trainerin Judith Weber, die in der AK 20 gleich dreimal als Erste anschlug. Sie benötigte für 50m F 36,5sec, für 50m B 44,9sec und für 200m B 3:25,4min. Es konnte auch für einen Mannschaftswettkampf gemeldet werden. Bei der Freistilstaffel schwammen die jüngsten Mädchen 4x50m und wurden mit der Gesamtzeit von 2:50,8min Vierte. Roman Herkommer (Jg'08) glänzte über die 200m Brust. Er schlug als Zweiter in der Zeit von 3:58,9min an. Über 50m B in 52,2sec wurde er Vierter und Fünfter über 50m F in 43,12sec. Wettkampfneuling Fabio Bertolini (Jg'08) durfte mit seinen Leistungen zufrieden sein. Er schwamm über 50m Rü in 57,6sec auf Rang Vier, 53,9sec benötigte er für 50m B und 1:10,7min für 50m F. Trainer Michael Meinzer ließ es sich nicht nehmen bei zwei Starts in der AK 25 mitzumachen. Zur Freude seiner Schützlinge schlug er zweimal als Sieger an. Er schwamm die 50m Sch in 33,7sec und bewältigte die 200m F in 2:27,3min.

Als Pausenspaß gab es eine 8x50m mixed Juxstaffel, bei der jeder Teilnehmer eine andere knifflige Schwimmaufgabe zu absolvieren hatte. Das machte Riesenspaß und es gab eine süße Belohnung obendrauf.



VIKTOR-DULGER-BAD



Wassertemperatur 29° C

Öffnungszeiten Schwimmhalle (Aquafun e. V.)

Montag:	9.30/10.20/11.10/ 12.00 Uhr 17.30 – 20.00	AquaFitness Schwimmen mit Spaß
Dienstag:	8.00 – 12.00 Uhr	Frauenbad
Mittwoch:	16.00 – 20.30 Uhr 20.30 – 21.30 Uhr	Familienbad AquaFitness
Donnerstag:	9.30 + 10.35	AquaFitness
Freitag:	9.45 + 10.40 Uhr	AquaFitness
Samstag:	8.00 – 9.30 Uhr 9.00 – 9.45 Uhr 9.45 – 10.30 Uhr 10.30/11.20/12.10 Uhr 14.30/15.05/15.40 Uhr	Bahenschwimmen mit klass. Musik (Sportabz.) AquaPower (Kursangebot Jogging und Gymnastik) Technikkurs Kraulschwimmen (Angeb. F. Erwachsene) Schwimmkurse für Kinder (Fortgeschrittene) Schwimmkurse für Kinder (Anfänger)
Sonntag: Fett:	8.00 – 12.00 Uhr Öffentlicher Badebetrieb	Familienbad

Kassenschluss: 1 Stunde vor Badeende
Änderungen vorbehalten!

Sport- und Schwimmhalle Hohensachsen

...für Ihren Durst
das Beste!

Getränke

Müller

69469 Weinheim · Telefon 0 62 01 - 1 22 11

**Julia
Engemann**

**Dipl.-Betriebswirtin (FH)
Steuerberaterin**

Muckensturmer Straße 5
69469 Weinheim
Tel. 0 62 01 - 59 62 0
Fax 0 62 01 - 59 62 62
julia.engemann@stb-engemann.de
www.steuerberatung-weinheim.de



möbelwerkstätte - innenausbau

- Fachmännische Beratung
- Qualitätsarbeit

**schreinerei
vogler**

Inh. Bernhard Hamburger
69469 Weinheim/Bergstraße
Nördliche Hauptstraße 17

Telefon 0 62 01/13519

Telefax 0 62 01/63419

www.schreinerei-vogler-weinheim.de
e-mail:info@schreinerei-vogler-weinheim.de



**Nahrungsergänzung
in Premium-Qualität**

von Apothekern entwickelte, wissenschaftlich fundierte Zusammensetzungen
zertifizierte Reinsubstanzen mit bester Bioverfügbarkeit



Stern-Apotheke
Großsachsen

eine Filiale der Rathaus-Apotheke Frank Nemetschek e.K., Edingen

Inhaber: Apotheker Frank Nemetschek • Filialleitung: Apotheker Tilman Lauppe
Hohensachsener Str. 2 • 69493 Hirschberg-**Großsachsen**
Telefon: 0 62 01 / 5 12 70 • Fax: 55 33 2 • eMail: info@stern-apo-hirschberg.de

Gemeinsam stark für Ihre Gesundheit. www.nemetschek-apotheken.de

BAUWERK

**Fliesen und Außenanlagen
Ausbau und Sanierung**

www.my-bauwerk.de

06201 - 48 91 389

Volleyball

Damen 1 16 Spiele, 16 Siege – goldenes Saisonende der D1

Die Saison hätte für die Damen 1 in der Bezirksliga nicht besser laufen können. Ein Blick auf die Tabelle zeigt am Ende: 16 Spiele, 16 Siege. Die D1 gab mit 48 Punkten keinen Punkt ab und hat diese Saison lediglich drei Sätze verloren. Somit ist ihnen der direkte Wiederaufstieg in die Landesliga geglückt. Diese Glanzleistung wurde mit einem goldenen Konfettiregen veredelt und danach mit allen aktiven Mannschaften ein schöner Saisonabschluss gefeiert. Auch wenn die personellen Ressourcen in der nächsten Saison begrenzt sind, da durch Abitur und Studium einige Spielerinnen eine Pause einlegen müssen, will die D1 die Saison in der Landesliga wagen. Momentan sind sie noch auf Spieler-suche und freuen sich über jede Spielerin mit Volleyballerfahrung. In der Vorbereitung für die nächste Saison muss die D1 über den Sommer auf die Unterstützung von ihrem Trainer Achim Mayr verzichten, da dieser volleyballtechnisch viel um die Ohren hat. Doch die D1 nimmt das Training selbst in die Hand und bekommt Unterstützung von Laura Schüttler, einer neuen Spielerin, sowie von ihrem Physiotherapeut Sascha Hofmeister, der das Kraftausdauer Training übernimmt.

Trainingszeiten der D1: Dienstag, 19:30-21:30 Uhr und Donnerstag 19:00-21:00

Damen 2

In ihrer zweiten Saison in der Kreisliga spielten die Damen 2 nicht mehr um die unteren Plätze, sondern kämpften schon oben mit. Am Ende belegten sie mit 5 Punkten Vorsprung komfortabel den 4. Tabellenplatz - eine starke Leistung in ihrer zweiten aktiven Runde. Am letzten Spieltag zeigten sie, was in ihnen steckt und schafften es, die Tabellenführerinnen aus Hockenheim ordentlich zu ärgern. Sie erkämpften sich einen Satzgewinn, leider reichte es nicht für einen zweiten, um sich einen Punkt zu ergattern. In der Vorbereitung trainieren die Mädels fleißig mit ihrem Trainerteam Matthias, Marie-Christin und Alexandra Werner, um in der nächsten Saison ganz oben mitspielen zu können!

Herren

Mit 19 Punkten gelang es den Hohensächser Volleyballern, sich auf einen guten 6. Platz in der Landesliga 1 zu positionieren. Damit setzten sie ihr Saisonziel „Klassenerhalt“ in die Tat um. In den Sommermonaten findet das Donnerstags-Training im Sand auf den Beachfeldern der TSG-Lützelachsen statt. Dienstags wird in der Halle jedoch weiterhin an Kondition, Kraft und Technik gefeilt, sodass man Anfang Oktober in der Saison 2019/2020 voll durchstarten kann!

Jugend (weiblich) U16

Die U16 Quattro Mannschaft bestritt am 30.03. ihren letzten Spieltag. Die SG Hohensachsen war Gastgeber des NVJ Pokals und spielte an diesem Tag drei Vorrundenspiele

und ein Platzierungsspiel. Zuerst trafen sie auf den TV Brötzingen, mussten sich aber in diesem ersten Spiel gegen die späteren Erstplatzierten noch 0:2 geschlagen geben (20:25, 15:25). Im Anschluss traf man auf den AVC St. Leon-Rot und danach auf die VSG Ettlingen/Rüppur. In diesen zwei Spielen zeigte die SGH eine konstant gute Leistung und sicherte beide Male einen 2:0 Sieg. Im Platzierungsspiel ging es dann gegen den TSV Höpfigen. Nach einem 25:20 im ersten Satz konnte im zweiten Satz die Leistung nicht aufrechterhalten werden und die Mädels mussten sich 12:25 geschlagen geben. Im Tie-Break kämpfte man sich wieder ran und holte den Sieg letztendlich mit 15:11. Mit diesem Sieg belegte die U16 dann den 3. Platz. Die Spielerinnen Julia, Helena, Laura, Elena, Paula und Ida zeigten an diesem Tag eine tolle Leistung.

U13

Zum Jugendverbandspokal machte sich die weibliche U13 am Samstag (04.05.) auf den Weg nach Bretten, zum letzten Mal mit dem Trainerpaar Bärbel und Manfred Rödiger. In drei Gruppen kämpften neun Mannschaften um den Pokal. In der Vorrunde trafen die Mädels der SGH auf die starke Mannschaft des TV Brötzingen. Im ersten Satz musste sich die SGH knapp geschlagen geben, in Satz zwei kam der TVB dann noch besser in Fahrt und gewann eindeutig (22:25, 14:25). Im nächsten Spiel gegen die SSV MA-Vogelstang hatte sich das Hohensächser Team dann richtig einge-

spielt und siegte durch konstant gute Leistung 25:19 und 25:19. In den Platzierungsspielen wartete zuerst der Heidelberger TV und dann die TSG Seckenheim. Die jungen Volleyballerinnen der SGH kämpften in beiden Spielen, doch irgendwann schien es, als ließen die Kräfte nach. Gegen den HTV mussten sie sich 0:2 geschlagen geben und gegen die TSG Seckenheim reichte es im Tie-Break leider nicht mehr zum Sieg (1:2). Schlussendlich landeten die Mädels auf dem 6. Platz, eine gute Leistung zum Abschluss der Saison. Die Spielerinnen Marlena, Lara, Miriam, Paula, Nina und Mia spielten an diesem Tag nicht nur um den Pokal, sondern kämpften auch ein letztes Mal an der Seite ihrer Trainer Bärbel und Manfred Rödiger, die nach vielen Jahren Jugendarbeit nun in den wohlverdienten Ruhestand gehen. In der Hohensächser Volleyballabteilung gibt es jetzt große Fußstapfen zu füllen, doch mit solch motivierten Jugendspielerinnen im Rücken wird es sicherlich erfolgreich weitergehen. Nach dem Abschied von Manfred und Bärbel Rödiger ist es nun an den neuen Jugendtrainern*innen, die Mannschaften auf die Spieltage der nächsten Saison vorzubereiten. Dazu ist Marie-Christin Werner, die bereits ihren C-Trainerschein erworben hat, intensiv in die Jugendarbeit eingestiegen. Außerdem absolvierten Robert Schramm (Herren 1) und Katja Melcher ihre D-Trainerscheine und stehen nun den jüngsten Spielerinnen und Spielern mit Rat und Tat zur Seite.

Eva Plästerer



SGH INFORMIERT UND GRATULIERT

August

01.08. Klaus Maier
01.08. Renate Meerwein
02.08. Manfred Rödiger
03.08. Siegfried Drabant
05.08. Doris Federmann
10.08. Christa Annameier
10.08. Ingrid Lipowsky
12.08. Hagen Lampertsdörfer
13.08. Helga Mörke
16.08. Elfriede Drefs
16.08. Günther Kratzer
16.08. Armin Merkel
20.08. Gerhard Jarosch
22.08. Georg Steindl
27.08. Gerty Hillen
28.08. Rudolf Bassler
28.08. Eckhard Jochim
31.08. Kurt Schork

September

01.09. Monika Springer
02.09. Ute Krämer
07.09. Karl Hummel
08.09. Bernd Oberst
11.09. Norbert Kippenhan
14.09. Norbert Metz
15.09. Roland Bitzel
16.09. Karin Lochbühler
18.09. Hans Oehler
22.09. Ulrich Böhler
28.09. Angelika Feigenbutz-Schell
28.09. Bernd Meyer
28.09. Lina Schwöbel
29.09. Monika Bohljen-Böhler
29.09. Ruth Bleckmann

Oktober

01.10. Gretel Joest
01.10. Bernd Elendt-Schneider
02.10. Gerd Federmann
02.10. Margot Hummel
02.10. Günther Schimitschek
03.10. Hans Neubauer
05.10. Maria Jungmann
06.10. Hannelore Drabant
06.10. Helmut Oberst
06.10. Joachim Borggräfe
09.10. Frank Deickert
10.10. Doris Grönert

11.10. Reinhold Jörder
13.10. Margot Bitzel
13.10. Ria Meier
14.10. Gerhard Münch
16.10. Wolf-Dieter Mayer
17.10. Gitte Mutzeck
19.10. Heinz Schmitz
21.10. Annette Borggräfe
22.10. Anna Bitzel
22.10. Georg Meller
24.10. Gert Boguschewski
24.10. Odeo Perra
24.10. Erna Schlag
24.10. Peggy Roschlaub
30.10. Klaus Janke
30.10. Elfriede Nick
31.10. Edmund Häcker

November

01.11. Hanne Jachke
06.11. Eva Drefs
08.11. Hermann Oehlschläger
10.11. Lieselotte Haug
13.11. Hermann Garst
14.11. Karin Krause
16.11. Richard Klohr
18.11. Helga Jeschor
24.11. Hermann Schmitt
25.11. Karlheinz Moog
27.11. Klaus Baranowski

Kippenhan



Obst
Weine
Schnäpse

Karl-Fr. Kippenhan
Hohensachsener Straße 2
69469 Weinheim

Tel.: 06201 / 50 70 91 · Fax: 06201 / 59 27 30



Entscheiden ist einfach.



spkrnn.de

Weil die Sparkasse
verantwortungsvoll mit
einem Kredit helfen kann.

Sparkassen-Privatkredit.

 Sparkasse
Rhein Neckar Nord