

SPORTGEMEINDE
1884



HOHENSACHSEN

SPORTGEMEINDE
HOHENSACHSEN
1884 e.V.



SGH INFORMIERT

12/22

IMPRESSUM

42. Jahrgang, Dezember 2022

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 DE79 6709 2300 0033 4255 62

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.**

Was für ein heißer Sommer liegt hinter uns: über viele Wochen hatten wir reichlich Sonnenschein mit hohen Temperaturen und vielen trockenen Tagen. Das machte sich auch in unserem Wasserverbrauch bemerkbar, da die Zisterne so gut wie gar nicht mehr mit Regenwasser nachgefüllt wurde. Jedenfalls haben sich die Kinder, die sich inzwischen wöchentlich in großen Scharen auf dem Sportplatz tummeln, über eine kleine Abkühlung sehr gefreut.

Ein besonderes Ereignis in diesem Sommer war die Ausrichtung des 1. Sepp-Herberger-Turniers am 22. bis 24. Juli. Im Jahr, in dem sich Sepp Herbergers Geburtstag zum 125. Mal jährte, hatten die Fußballer ihr Turnier nach dem berühmtesten Einwohner Hohensachsens benannt - und alle kamen. Von den „Alten Herren“, die am Freitagabend nach einem Sieg gegen den TuS 02 Weinheim das große Fußballfest eröffneten, bis hin zu den kleinsten.

Es roch nach Rekordbesuch: 60 Jugendteams hatten ihr Kommen für die beiden Turniertage angekündigt und alle reisten an! Die Hohensachsener, aber auch die Vereine aus unseren Nachbargemeinden waren gleich mit vier, fünf Mannschaften vertreten. Ob der vielen Derbys durfte man sich über ein großes buntes Fußballfest freuen. Das hätte auch „Chef“ Herberger gefallen.

Bereits im Mai hatten die Volleyballer ein ebenso erfolgreiches Erlebnis mit fast 1.000 teilnehmenden Kindern bei der Sportmeile „Sport mit Spaß“ im Weinheimer Schlosspark. Als eine von 22 Stationen war der Andrang bei der SGH auf der großen Schlossparkwiese immens. Hier waren „Baggern“ und „Pritschen“ angesagt und die Nachfrage nach einem Trainingstermin nahm ständig zu.

Seit einigen Jahren hat sich der Verein bei den Mannschaftssportarten sowohl im Damen- wie auch im Herrenbereich in den jeweiligen Ligen fest etabliert. Die Volleyball-Herren haben den Aufstieg in die Verbandsliga geschafft, die 1. Damenmannschaft der Fußballer steht nach sieben Spieltagen unangefochten auf dem ersten Tabellenplatz in der Landesliga.

Diese erfreulichen Entwicklungen verdanken wir unserer kontinuierlichen Jugendarbeit, die wir auch weiterhin mit Jugendfreizeiten, Trainings-Camps, Kooperationen mit Grundschulen und Kindergärten sowie der Ausbildung von Teamleitern und Trainern ausgebaut haben. Hierbei werden wir von einem FSJ'ler tatkräftig unterstützt: am 1. September hat Ian Fischer, dessen Portrait wir in dieser Ausgabe finden, seine Arbeit in der Geschäftsstelle und in den Abteilungen begonnen.

Auch das gesellschaftliche Engagement unserer Mitglieder ist im Ortsteil Hohensachsen nicht mehr wegzudenken. So hat der Verein seit diesem Jahr die Schirmherrschaft über das monatliche Seniorentreffen „Housaase trifft sich“ übernommen, das sich regelmäßig eines guten Zulaufs erfreut. Und nach zweijähriger Abstinenz zeigten sich Anfang September die Akteure der Fußballabteilung mit ihrem groß angelegten Stand während der Hohensach-

sener Kerwe als besonders gute Gastgeber. Über drei Tage wurden die Besucher mit Livemusik sowie mit Speisen und Getränken verwöhnt und die Fußballer-Klause war auf dem Anet-Platz der zentrale Kerwe-Treffpunkt für alle Gäste aus nah und fern.

Im November wird der Verein nach längerer Pause wieder den Martinszug durch die Straßenzüge von Hohensachsen ausrichten. Ebenfalls nach zweijähriger Pause soll die vorweihnachtliche Stimmung beim traditionellen Empfang der Ehrenmitglieder am ersten Advent aufkommen.

Mit Erscheinen dieses Heftes wird die Adventszeit anfangen und in den Abteilungen sind diverse Weihnachtsfeiern geplant. Wir wünschen allen Mitgliedern und Lesern dieser Ausgabe viele sportliche Erfolge für die kommenden Wettbewerbe, eine besinnliche Zeit rund um das Weihnachtsfest sowie ein gesundes Wiedersehen spätestens bei der Generalversammlung im neuen Jahr.

Hendrik Lund, 1. Vorsitzender

Ein Abschied:

Nach 11 Jahren übergebe ich die Redaktion an eine/n Nachfolger/in. Die Arbeit hat mir sehr viel Spaß gemacht; danke an die Berichtschreiber aus den Abteilungen und ebenfalls ein Dankeschön an unsere Grafikerin Susanne Schmitt, die die Hefte immer sehr lebendig gestaltet hat.

Klaus Baranowski



**TRATTORIA IL PEPERONCINO
DA MORELLI**

Langwiesenweg 1
69469 Weinheim-Hohensachsen
Tel. 0174-5605210 | Tel. 06201-2633915

Wer einmal da war, kommt wieder
Wer noch nicht da war, sollte es versuchen



**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!

GYMWELT-ANGEBOTE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:30-11:30 Uhr Bewegungs- behandlung bei Osteoporose Frauen Mehrzweckhalle		09:30-10:30 Uhr Rückengymnastik Frauen, Männer Mehrzweckhalle	15:00-16:30 Uhr Senioren Sport Frauen, Männer Mehrzweckhalle	17:45-18:45 Uhr Jedermann Wirbelsäulengymnastik SGH-Halle		
18:30-19:30 Uhr Bodyforming Frauen Mehrzweckhalle	18:30-19:30 Uhr Drums Alive Frauen, Männer Mehrzweckhalle		19:30-21:00 Uhr Funktions- Skigymnastik Frauen, Männer Mehrzweckhalle	19:00-20:00 Uhr Wirbelsäulengymnastik Mehrzweckhalle		
	19:30-21:00 Uhr Yoga Frauen, Männer Mehrzweckhalle			18:45-20:00 Uhr Jedermann "Schwitz dich fit" SGH-Halle		



SG Hohensachsen
1884 e.V.
Langewiesenweg 1
69469 Weinheim

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



FITNESS-, FREIZEIT- UND
GESUNDHEITSSPORT IM VEREIN

ZUM MITGLIEDERWERDEN

Wichtig wie nie zuvor für das Hallenbad Hohensachsen.

Verein zur Förderung des Hallenbades Hohensachsen (e.V.)

Ja, ich will Fördermitglied werden ab

Name:

Vorname:

Geb.-Datum:

Straße:

PLZ/Ort:

Telefon:

Zugehörigkeit: Schule

SG Hohensachsen

Tauchclub Hohensachsen

.....

Beitrag: Euro 2,50 pro Monat

Ermächtigung für Bankeinzug

halbjährlich

jährlich

Konto-Nr.:

Bankleitzahl:

Bankname:

Datum: Unterschrift:



FUSSBALL

Bambini

Bambini sind die Jahrgänge 2016 bis 2018 in der Spielzeit 2022/2023. Die neue Spielzeit hat nach den Sommerferien begonnen und wir trainieren wieder regelmäßig dienstags und freitags. In wenigen Wochen werden wir aber mit eventuell veränderten Zeiten in die Halle wechseln, so dass wir ganzjährig Training anbieten können. Wir erfreuen uns, aktuell sind es ca. 35-45 Kinder, Mädchen wie Jungs, an ihrer Entwicklung.

In den letzten Jahren hat die SGH einen FSJ'ler etabliert, der neben seinen Vereinstätigkeiten auch die Bambinis mit betreut. Hinzu kommen weitere 5 ehrenamtliche Trainer mit langjähriger Erfahrung. Von den Bambinis bis hin zur 1. Mannschaft der Damen und Herren können wir jede Jugendmannschaft anbieten und unser Konzept, die SGH als eine Art „Familie“ zu betrachten, als erfolgreich ansehen. Hier wird sich neben den sportlichen Themen auch um die Themen neben dem Platz gekümmert. Natürlich geht es um Gemeinschaft, aber die Bedürfnisse des Einzelnen gehen hier nicht verloren. Wir sind füreinander da! Wir dürfen mittlerweile viele Bambinis begrüßen, was natürlich die Qualität in allen Bereichen der Förderung stärkt und unsere weiterführende F-Jugend stets mit Nachwuchs versorgt. Wir würden uns freuen, wenn Sie Ihr Kind dem Konzept der SGH anvertrauen und wir Sie bald bei uns begrüßen dürfen. Für dieses Jahr haben wir mit Imanuel Jesse, Brit Ziegler, Sergio Zambrano, Sven Weihmann und Juan Felipe Cisneros einen guten Mix aus Fußballern, erfahrenen Trainern und Elternteilen für das Trainerteam gefunden, so dass die kleinsten in den besten Händen sind.

Das Trainerteam freut sich auf die Kids und wird neben dem vordergründigen Spaß am Fußball,

vor allem auch die Gesundheit an der frischen Luft, sowie motorische, kognitive und soziale Fähigkeiten fördern bis hin zum gelungenen Übergang zur F-Jugend. Um die ehrgeizigen Mädchen und Jungs auch an Wettkämpfe heranzuführen, werden einige Spieltage und Turniere im Jahr vereinbart, an denen wir in einer Art Turnierform gegen andere Vereine Spiele machen.

Gerne kann man in Schnupperstunden ausprobieren, inwieweit sich Ihr Kind wohl bei uns fühlt. Die SGH bietet in allen Altersklassen eine Mannschaft, sodass ein nahtloser Übergang in die weiteren Jugendmannschaften gewährleistet wird. Trainingszeiten entnehmen Sie bitte der Webseite <http://www.sg-hohensachsen.de/fussball/mannschaften/bambini>
Andreas Ewald

E1-Jugend

Die E1-Jugend besteht aktuell aus 15 Kindern und zwei Trainern, Emilio Tondo und Jörn Brabez. Wir trainieren montags und donnerstags von 17:00 - 18:30 Uhr.

Dem Trainerteam ist es wichtig, dass sowohl die Mannschaft als auch nach Möglichkeit jeder einzelne sich weiter entwickelt und der Spaß dabei erhalten bleibt. Die Mannschaft ist die letzten Jahre toll zusammengewachsen und hat dieses Jahr zwei, drei Verstärkungen hinzubekommen, die sich einwandfrei in die homogene Truppe eingegliedert haben.

Die Mannschaft ist bis dato in der aktuellen 5+1 Spielrunde ungeschlagen und hat jedes Spiel gewonnen, das macht uns allen natürlich riesigen Spaß.

E2-Jugend

Die E2-Jugend besteht aktuell aus 16 Kindern; Trainer ist Patrick Streb. Wir trainieren montags und donnerstags von 17 Uhr - 18:30 Uhr. Dem Trainer ist es wichtig, dass die Kinder Spaß am Fußball haben und sich stets weiterentwickeln. Die Mannschaft spielt seit der F-Jugend zusammen und hat dieses Jahr auch Zuwachs erhalten. Die Jungs haben einen tollen Zusammenhalt und sind in jedem Training und Spiel sehr konzentriert. In der aktuellen Spielrunde wird im 5+1-System gespielt; die Kinder haben sich in das E-Jugend-Format sehr gut eingespielt.
Kathrin Dawert

C- und D-Juniorinnen

Unsere neuen C-Mädels sind erfolgreich in die Herbstrunde gestartet. Mit zurzeit fünf Siegen und nur einer Niederlage stehen sie auf dem 2. Tabellenplatz und können es in den verbleibenden zwei Spielen noch aus eigener Kraft auf Platz 1 schaffen. Der Kader besteht aus 20 Spielerinnen, die zu großen Teilen noch in der D spielberechtigt wären, aber tollen Fußball zusammen spielen, sich reinhängen und den älteren Mannschaften in nichts nachstehen. Das Trainerteam ist sehr stolz auf die Mannschaft und freut sich auf alle kommenden Spiele.

Das Besondere in dieser Saison ist, dass wir aufgrund der vielen fußballbegeisterten Mädels gleich zwei D-Juniorinnen-Mannschaften ins Rennen schicken können, damit auch alle genug Spielzeit haben. Dass es für die sehr jungen Kickerinnen ein Lehrjahr werden würde, war abzusehen, trotzdem schlagen sie sich sehr gut und mussten sehr viele knappe, manchmal auch unglückliche, ungerechtfertigte Niederlagen hinnehmen - aber auch zwei Siege waren schon drin!

Außerdem freuen wir uns darüber, dass wir Juliana Würz (für die D) und Brit Ziegler (für die C) in unserem Trainerteam begrüßen können.

Ohne die beiden und die Rückkehr von Miriam Ott, die zeitweise studiumsbedingt verhindert war, wäre es nicht möglich, den insgesamt über 50 Mädels in C- und D- Jugend 2x wöchentlich qualitativ hochwertiges Training zu ermöglichen.

Kathrin Dawert

C-Jugend

Der Zusammenschluss der SG Hohensachsen/Rippenweier zur JSG Hohensachsen/Rippenweier wird auch in der Saison 2022/23 fortgeführt. Es sind die aktuellen Jahrgänge 2008 und 2009 beider Mannschaften; derzeit sind es 20 Jugendliche. Sieben Neuzugänge aus der ehemaligen D-Jugend integrieren sich hervorragend in die bereits erfahrene C-Jugendmannschaft rund um Kapitän Kimi Schüler. Sie bewähren sich bestens im neuen Spielformat 11 gegen 11 auf Großtore.

Das Trainerteam besteht aus Cheftrainer Markus Günther (SGH), Jens Weigold (SVR), Matthias Günther (SGH) und Sandra Döpfer (SGH). Markus Günther als ehemals aktiver Spieler der SGH ist lizenziertes Schiedsrichter, Jens Weigold spielt aktiv in der Herrenmannschaft der SVR, Matthias Günther ist ehemals aktiver Spieler der SGH und Sandra Döpfer spielt aktiv in der 2. SGH-Frauenmannschaft; außerdem ist sie seit 2022 lizenzierte C-Trainerin.

Zur Saisonmitte 2022/2023 konnte sich das Team einen klaren Tabellenplatz 1 in der KK-Staffel 3 sichern. Zusätzlich konnten Spiele gegen Kreisligisten gewonnen werden. Trainiert wird dienstags von 17:00 Uhr - 18:20 Uhr auf dem Sportgelände der SGH und donnerstags von 17:30 Uhr - 19:00 Uhr auf dem Sportgelände der SVR - bei Wind und Wetter. Trainiert werden sowohl Kondition, Technik als auch Spielverständnis. Spielfreude und Teamgeist stehen immer an oberster Stelle.

Kathrin Dawert

B-Junioren

In unserer männlichen B-Jugend zeichnet sich nach den ersten Spielen ein klar erkennbares Maß an individueller wie auch kollektiver Qualität ab, welches jedoch konstant und behutsam weiter aufgebaut und geformt werden muss.

Die Mannschaft startete nach einer knappen Pokal-Niederlage gegen einen höherklassigen Verein mit drei Unentschieden in die Runde. Ein Torverhältnis von 9:9 Toren nach drei Spiel-



tagen ist ein klarer Beleg dafür, dass offensiv schon vieles den Erwartungen der Trainer entsprach, defensiv hingegen sich noch erkennbare Defizite aufzeigten. Beim anschließenden 19:0 Erfolg jedoch stellte das Team unter Beweis, welches Potential es hat und unterstrich, warum es zu den Favoriten für den Staffelsieg gehört. Bei noch zwei ausstehenden Spielen hat es die Mannschaft in der Hand, mindestens den zweiten Platz zu belegen. Kommt noch etwas Glück hinzu, ist auch der erste Platz möglich. Dementsprechend ist das klare Ziel der Trainer, dass sich das Team für die harte Arbeit der letzten Wochen und Monate belohnt, daraus folgend ungeschlagen bleibt und noch einmal sechs Punkte aus den letzten beiden Partien holt. Das Trainerteam besteht diese Saison aus Gianluca Rizzo, Patrick Streb und Timo Dausend, die allesamt auch aktive Spieler der Herrenmannschaft sind und daraus folgend zu einem fundierten Fachwissen auch persönliche Erfahrung und das nötige Einfühlvermögen zur Entwicklung der Spieler beitragen können.

Die Spieler der Mannschaft besitzen das Potential, eines Tages auch für unsere Aktivität aufzulaufen zu können. Klar ist, der Start in die Vorbereitung war mit sehr viel Ungewissheit verbunden, da nicht klar war, ob es denn genug Jungs sein werden, um ein ordentliches Training zu gewährleisten. Doch unter anderem durch das Engagement der Spieler konnten noch einige Verstärkungen rekrutiert werden, die das Team fußballerisch wie auch charakterlich bereicherten. Zu Beginn herrschte ein wenig Verwirrung bei den Spielern, da das Trainerteam ihre Stärken neu und anders bewerteten und infolgedessen die Positionen anders besetzt waren, als die Jungs es gewohnt waren. Mit der Zeit jedoch fügte sich vieles nach und nach zusammen, sodass sowohl die Spieler als auch die Trainer mit der Entwicklung mehr als zufrieden sind. Besonders bezeichnend für die neuen Positionierungen ist die Transformation einer der Torhüter zu einem bärenstarken Innenverteidiger. Die Jungs sind 14-16 Jahre alt und befinden sich in einer rasanten persönlichen wie auch fußballerischen Entwicklung, bei der so vieles möglich ist und nichts in Stein gemeißelt sein sollte. Auch wenn die Trainingsbeteiligung des Öfteren nicht den Vorstellungen der Trainer entspricht, zieht sich auf und neben dem Platz durch den Großteil des Teams ein für das Alter sehr reifer Grad an Disziplin, wie auch Selbstreflexion, Kritikfähigkeit und auch der Wille, sich zu verbessern. Viele Spieler sind schon seit den Bambinis bei der SGH und leben unsere Werte durch und durch. Die gesamte Mannschaft, Trainer und Spieler, bedanken sich bei den Eltern für die Hilfe und Unterstützung, den guten Austausch und für ihren tatkräftigen Einsatz an Spieltagen, das heißt als Fahrer zu den Auswärtsspielen mitzukommen sowie die Bereitschaft, bei Heimspielen mit Kaffee- und Kuchenverkauf unsere Mannschaftskasse zu unterstützen.

Tobias Kuhn

A-Junioren

Für den größten Teil des Kaders wird es die letzte Saison im Jugendbereich sein. Der aktuelle Kader besteht auf dem Papier aus 23 Spielern, wobei durch ein entferntes Studium, Urlaub oder Auslandssemester nicht auf alle Spieler zurückgegriffen werden kann. Das Trainerteam, bestehend aus Rafal Ziemlicki, Tobias Kuhn und Daniel Hofbauer stehen in engen Kontakt mit den Coaches der B-Junioren, um die beste Mannschaft aufs Feld zu schicken. Auch dadurch können die Trainingseinheiten mit der gesamten B- und A-Jugend oder auch getrennt voneinander stattfinden.

In der Sommervorbereitung konnte aufgrund fehlender Spieler in den Sommerferien kein einziges Testspiel vereinbart werden. Somit begann die neue Runde im September mit einer Heimniederlage im Pokal gegen den MFC 08 Lindenhof. Trotz einer 3:0 Halbzeitführung musste man sich am Ende mit 3:4 geschlagen geben. Hier fehlte in den letzten 30 Minuten die nötige Energie, was auf die geringe Trainingsbeteiligung in der Vorbereitung zurückzuführen ist. Umso erstaunlicher war dann



der Start in die Liga, nachdem der Großteil dann auch den Trainingsrückstand aufgearbeitet hat. Nach 4 Spielen steht die Mannschaft mit 9 Punkten auf Platz 3 von 8 Teams in der Hinrunde zur Qualifikation in die Meisterrunde 2023. Nur dem derzeitigen Tabellenführer aus

Ladenburg musste man sich geschlagen geben. Mit einem Torverhältnis von 17:7 und verbleibenden 3 Spielen sollte der Qualifikation für die Rückrunde nichts im Weg stehen.

Alle unentschlossenen Kicker, die gerne Teil unserer Gemeinschaft werden wollen, sind jederzeit zu einem Schnuppertraining eingeladen. Nehmt gerne vorab Kontakt zu uns Trainern auf oder schreibt uns eine WhatsApp, damit wir mit euch planen können. Unsere Kontaktdaten findet ihr auf unserer Homepage www.sg-hohensachsen.de, Fußball - Mannschaften. Wir freuen uns auf euch - One Team one Dream. Tobias Kuhn

Herren

Die Hinrunde der Saison 22/23 in der Kreisklasse A, Staffel II, neigt sich schon wieder dem Ende zu. Nach starken Resultaten zu Beginn der Runde (u.a. mit dem Sieg am ersten Spieltag gegen den Meisterschaftsfavoriten SC Käfertal), wo man fast ausnahmslos gegen Mannschaften spielte, die man am Ende im Kampf um den Aufstieg ganz vorne erwartet, ging danach die Formkurve auch mal etwas nach unten. Aktuell befindet man sich in einer sehr ausgeglichenen Liga im unteren Mittelfeld. Es wird spannend zu beobachten sein, wo sich die Mannschaft zur Winterpause positioniert. Das letzte Heimspiel des Jahres 2022 steht am 4. Dezember um 14:30 Uhr gegen den TSV Schönau an. Bereits in den ersten 12 Spielen der Saison schnupperten 5 A-Jugend-Spieler in der ersten Mannschaft in den Herren-Fußball rein, erhielten vom Trainerteam ihre ersten Minuten in der A-Klasse und hinterließen allesamt einen starken Eindruck. Schon jetzt kann man sich auf die zukünftigen Jungen Wilden der SGH mehr als freuen.

Bei der erfolgreichen Kerwe in Hohensachsen auf dem Aneplatz sorgten die Herren gemeinsam mit den Damen, sowie Vertreter der AH der Fußballabteilung, für einen reibungslosen



Aufnahmeantrag

der Sportgemeinde Hohensachsen 1884 e.V.

Ablauf und die Bewirtung der Gäste. An dieser Stelle nochmals vielen Dank an alle Besucher und Helfer, die diese Kerwe wieder einmal zu einem Erfolg haben werden lassen; die SGH freut sich bereits die Kerwe 2023. Steffen Janke

AH-Mannschaft

Erfolgreiches Spiel- und Turnierjahr 2022: Mehr als positiv verlief das Spieljahr 2022 bisher für die AH-Mannschaft. Die Großfeldspiele gegen TUS Weinheim, die SG Unter-Absteinach und gegen die TSG Eintracht Plankstadt konnten gewonnen werden; nur gegen die TG Jahn Trösel verlor man knapp.

Auch das Kleinfeldspiel gegen den VfB Gartenstadt wurde souverän gewonnen. Bei den AH-Turnieren in der Region, bei denen man angetreten war, konnte man mit einer großen Energieleistung das gut besetzte Turnier in Hemsbach gewinnen. Das Finale im Nachbarchschaftsderby gegen den FV Leutershausen wurde souverän mit 6:2 gewonnen und damit

der Pokal nach Hohensachsen geholt. Beim folgenden AH-Turnier in Sulzbach wurde leider nicht die Endrunde erreicht.

Auch der Trainingsbetrieb läuft wie gewohnt; im Regelfall wird auf dem Großfeld mit regelmäßig 20 Mann trainiert. Bei der Mitgliederzahl konnte man in diesem Jahr die 50er Marke knacken. Für die Fußballabteilung hat sich die AH auf der Hohensachsener Kerwe engagiert. Am Freitagabend wurde die Bewirtung übernommen und am Ende wurde der Kerwestand abgebaut. Außerdem war man bei den diversen Pokalspielen der 1. Mannschaft als Helfer und als Spieler präsent und unterstützte die Abteilung beim Gelingen dieser Veranstaltungen. Für Anfang November ist die AH-Jahresversammlung mit Neuwahl der Abteilungsleitung geplant.

Sven Seiberling



Hauptmitglied:

Name: Vorname:
Straße: PLZ, Wohnort:
Tel.: Geburtsdatum:
E-Mail: Mitgliedschaft ab:

gewünschte Abteilungszugehörigkeit:

- Freizeit & Gesundheit Fußball Handball Schwimmen
 Tennis Turnen Volleyball Wandern

bei Familienmitgliedschaft - weitere Mitglieder:

Name: Geburtsdatum: Abteilung:
Name: Geburtsdatum: Abteilung:
Name: Geburtsdatum: Abteilung:
Name: Geburtsdatum: Abteilung:

Die Vereinssatzung erkenne ich an, insbesondere § 6, 2: „Die Kündigung der Mitgliedschaft ist jeweils zum 31.12. eines jeden Kalenderjahres möglich. Die Kündigung muss schriftlich bis spätestens einen Monat vor dem Kündigungstermin dem Vorstand zugegangen sein.“

Lastschrift-Verfahren

Hiermit bevollmächtige ich die Sportgemeinde Hohensachsen 1884 e.V., den Jahresbeitrag gemäß der Beitragsordnung von meinem / unserem Konto einzuziehen.

Konto-Nr. / IBAN: BLZ / BIC:
Name der Bank:
Datum:
Unterschrift (des Erziehungsberechtigten):

Beitragskonto: Sparkasse Rhein Neckar Nord

IBAN: DE85 67050505 0063 0444 82

BIC: MANSDE 66xxx

FUNKTIONSGYMNASTIK

MZH Hohensachsen, donnerstags 18:30-20:00Uhr

Um was handelt es sich bei diesem fortlaufenden Kurs?

Unter Funktionsgymnastik versteht man gymnastische Übungen zur Kräftigung, Dehnung und Entspannung der Muskulatur, bei der Gelenke, Sehnen und Bänder nicht übermäßig belastet werden. Das Funktionstraining verwendet Bewegungen, die reale Situationen simulieren und im Alltag bzw. in bestimmten Sportarten auftreten. Dadurch wird die Ausführung komplexer, motorischer Körperprogramme aufrechterhalten und verbessert. Anstatt an einzelnen Muskeln zu arbeiten, indem sie dazu gedrängt werden, unter nicht funktionellen Umständen unabhängig voneinander zu arbeiten und zu handeln (wie dies bei herkömmlichen Trainingsmethoden der Fall ist, wie z.B. bei Gerätetraining), fordern funktionelle Übungen auch das Nervensystem und stärken die richtigen Sequenzen der Muskelaktivierung sowie Timing und Balance.

Wie läuft das 90-minütige Training ab?

1. Mobilisieren (10Min)

Mit sanften Bewegungen, Balance- und Dehnungsübungen im Stehen, werden zunächst Gelenke, Bänder und Sehnen erwärmt und schonend flexibilisiert.

2. Aufwärmen (10Min)

Die Erwärmung der Körpermuskulatur erfolgt abwechslungsreich jeweils mit kleinen Laufeinheiten, kurzen Tabata-Sequenzen (HIIT=Hochintensitäts-Intervalltraining) oder Ballspielen.

3. Hauptteil (60Min)

Eine Kombination aus speziellen Übungen aus dem „Rücken-Fit“-Programm, sowie aus den Bereichen Body-Workout, Pilates und Yoga, dienen der Mobilisierung, Muskelkräftigung, Koordination, Balance, Körperwahrnehmung

und verbessern darüber hinaus Haltung und Beweglichkeit. Dabei verwenden wir auch vorhandene „Kleingeräte“ wie Kurzhanteln und Therabänder.

Zur Vertiefung einzelner funktioneller Übungen findet einmal im Monat ein koordiniertes „Circuit Parcour Training“ (Zirkeltraining) mit wechselnden Schwerpunkten statt.

4. Stretch & Relax (10Min)

Mit gezielten Dehnungsübungen werden die jeweils beanspruchten und noch warmen Muskeln/Faszien (Bindegewebe) wieder in ihre Ausgangslänge und Position gebracht, um Muskelverkürzungen zu vermeiden und Schlackenstoffe abzutransportieren. Zum Abschluss ruhen wir kurz, lassen Spannung über die Atmung los und richten den Blick nach innen, Körper und Geist in harmonischer Gewahrksamkeit haltend.

Für Sportinteressierte aus allen Alters- und Fitnessstufen ist etwas dabei!

Unsere Gruppe freut sich über Neuzugänge... probiert es einfach aus!

Ulrik Stengel

NEU!



ÜBUNGSTUNDEN TURNABTEILUNG

Montag

15:00 – 16:00 Uhr

Kinderturnen 4-6 Jahre, Mehrzweckhalle

Leitung: Gisela Stredak, Gerlinde Kitzmann

16:00 - 17:00 Uhr

Mutter- und Kind-Turnen, Mehrzweckhalle

Leitung: Gisela Stredak, Gerlinde Kitzmann

17:00 – 18:00 Uhr

Turnen gemischt 6 – 15 Jahre Mehrzweckhalle

Leitung: Gisela Stredak, Gerlinde Kitzmann

Freitag

20:00 – 22:00 Uhr

Indiaca Training, Sporthalle, Langewiesenweg 1

Ansprechpartnerin; Gisela Stredak

Eure Abteilung Turnen

Stredak Gisela

Stredak Andreas

Kitzmann Gerlinde

Telefon 06201-56169

Telefon 06201-389662


Telefon 06201-57350



HANDBALL

HANDBALL IN SAASE: NORMALITÄTEN UND REKORDE

Liebe Saasemer Handballfreunde,



nach der schwierigen Saison 21/22, die durch Corona von vielen Spielabsagen und Verletzungen geprägt war, schauen die Verantwortlichen der HG Saase wieder positiv in die Zukunft. Nachdem die Corona-Maßnahmen im Frühjahr immer mehr gelockert wurden, kehrte am Ende fast so etwas wie Normalität in die Handballhallen zurück. Sportlich gesehen kann die vergangene Saison als erfolgreich eingestuft werden. Schafften die Damen 1 doch den Klassenerhalt in der Badenliga und die Damen 2 sensationell den Aufstieg in die Landesliga. Die mC-Jugend begeisterte beim Final-4 um die Landesligameisterschaft die Zuschauer. Im Halbfinale schlug man den alten Rivalen aus Leutershausen und musste sich im Finale erst nach Verlängerung der HG Ofersheim/Schwetzingen geschlagen geben. Auch wenn die Enttäuschung zunächst groß war, überragte am Ende doch der Stolz auf das Geleistete. Natürlich fehlte den Kindern und Jugendlichen während des Lockdowns lange das Training und die Meisterschaftsspiele. Auch wenn sich die Verantwortlichen der HG Saase viel einfacher lassen, um die Jungs und Mädels bei Laune

zu halten, kann eine Online-Corona-Challenge oder angebotenes Online-Training nicht den Wettkampfsport und die Gemeinschaft ersetzen. So waren alle froh, als es endlich wieder los ging und die Runde abgeschlossen werden konnte.

Viel Zeit zum Durchatmen blieb den Jugendlichen nicht. Kurze Zeit nach Ende der Runde begannen schon wieder die Qualifikationsturniere. Dabei konnte sich die mC-, die mD- und die wD-Jugend für die Landesliga qualifizieren. Auch richtete die HG Saase wieder selbst Qualifikationsturniere aus.

Mit Spannung und Vorfreude arbeitete man ab Beginn des Jahres am großen Event „Saase-Beach“. Nach zweijähriger Corona-Pause konnte das Turnier vom 08-10. Juli in Lützel-sachsen endlich wieder ausgerichtet werden. Dass die Anziehungskraft noch zugenommen hat, zeigte sich daran, dass man bei 122 Anmeldungen einen Anmeldestopp erlassen musste. Damit war die absolute Obergrenze erreicht. Nach drei tollen Tagen gab es Lob von allen Seiten für die perfekte Organisation des Events. Unterstützt uns dabei, denn am Ende kommt es Euren Kindern zugute!

Euer Führungsteam der HG Saase,
Volker Glock



...für Ihren Durst
das Beste!



Getränke

Müller

69469 Weinheim · Telefon 0 62 01 - 1 22 11

**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

M
Melanie Erdel-Lein
STEUERBERATUNG



TENNIS

Dem Leser dieser Ausgabe der „SGH informiert...“ wird mir einem Blick nach draußen auf fallen, dass es nicht mehr die Zeit für sportliche Nachrichten aus dem Bereich Tennis ist. So bleibt uns nur ein Rückblick auf die Sommersaison und die Hoffnung auf das nächste Jahr.

Und was war das für eine Saison. Völlig ungewohnt konnten wir ohne jegliche Einschränkungen starten. Es gab keine besonderen Regeln bei der Platzbelegung, Duschen war an geraden und ungeraden Kalendertagen uneingeschränkt möglich und das Genießen des kühlen Getränkes nach der sportlichen Betätigung war auch in der Gruppe ohne schlechtes Gewissen möglich. Und so füllten sich die Plätze schnell und dauerhaft. Teilweise waren sogar längere Wartezeiten in Kauf zu nehmen, um einen Platz zu bekommen.

Auch das Wetter trug natürlich zu diesem Run bei. Allerdings hatte der lange und trockene Sommer auch seinen Einfluss auf den Zustand unserer Plätze. Nach dem zeitweisen Ausfall der Beregnungsanlage war es teilweise so staubig, dass alteingesessene Hohensachsener Mitbürger die Meinung vertraten, die in den Wetternachrichten angekündigten und auf unseren Autos sichtbaren Spuren von Saharastaub kommen nicht aus Afrika sondern von den Tennisplätzen der SGH. Aber auch verstaubt und verschwitzt haben Alt und Jung die Saison genossen. Und wir haben auch wieder einige Helden des Tennisalltags, über die wir hier berichten möchten.



Die Väter der Ballmaschine

Sie ist jetzt schon in der dritten Saison bei uns aktiv. Unsere Ballmaschine. Bisher im Dunkeln geblieben, sind aber die „Möglichmacher“. Eine Ballmaschine ohne ständige Betreuung, Wartung und passende Bälle bleibt nicht lange eine Ballmaschine sondern wird schnell zu einem Haufen Schrott. Damit dies bei uns nicht passiert, hat unsere Ballmaschine zwei Väter. Achim und Gustav kümmern sich gewissenhaft um ihr Baby, reinigen es, reparieren es, geben ihm neue Bälle zum Futtern und kümmern sich auch sonst rührend darum. Und das alles im Stillen und im Hintergrund. Also Grund genug, sie aus dem Dunkeln einmal hervorzuholen und ins rechte Licht zu rücken. Vielen Dank an Euch Beide!



Der Bierkutscher

Was ist eine sportliche Betätigung schon ohne die Belohnung durch ein kühles Bier zum Abschluss? Doch was ist, wenn es keins gibt? Krawall, Aufstand, Revolution. Dies droht! Aber wir haben in unserer Abteilung ein Mittel dagegen - Klaus R. Unermütlich schafft er neue Getränke heran, bestückt in Nacht- und Nebelaktionen den Getränkeautomat und sorgt so für ein ungestörtes Spiel- und Trinkvergnügen auf unserer Anlage. Allerdings wollen wir auch die Risiken an dieser Stelle nicht verschweigen. Klaus R. ist als bekennender Fan der Kölner Fußballszene leider auch bekennender Kölsch-Trinker. Und dieses Damoklesschwert schwebt über allen anderer Nutzern des Getränkeautomaten und besonders über dem Autor dieser Zeilen, der sich hiermit als Trinker von Altbier outet.



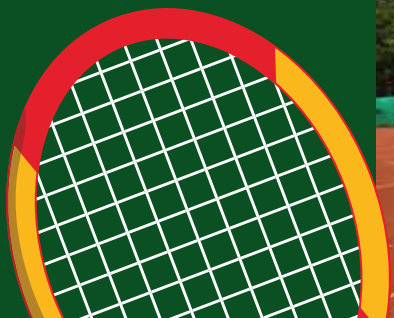
Nichtsdestotrotz haben wir wieder einen tollen Sommer gehabt und noch einige Events wie Martinsabend und Weihnachtsmarkt zum Ende dieses Jahres auf dem Programm. Und so bleibt uns die Freude auf diese Winterhighlights und auf das nächste Frühjahr. Der April 2023 kommt bestimmt und damit auch die Eröffnung der nächsten Sommersaison. Bis dahin! Volker Biewendt



Die Oldies

Auch in diesem Jahr war wieder eine gemeinsame Punktspielform mit unseren Sportsfreunden des TVG Großsachsen in der Medenrunde aktiv. In der Kategorie 70plus wurden mit einer 4er-Mannschaft 4 Spiele absolviert. Eigentlich gab es einen Sieg, 2 Unentschieden und eine Niederlage. Da bei dem Sieg irrtümlich eine falsche Doppelzusammensetzung auf unserer Seite spielte, wurde das Spiel vom Verband als Sieg für den Gegner gewertet. Damit erreichte die Mannschaft nur den letzten Platz in Ihrer Gruppe. Erwähnenswert ist auch, dass bei unseren gemeldeten Spielern die Hälfte bereits das 80ste Lebensjahr überschritten hat. Das Training dieser Truppe findet dienstags in Hohensachsen und freitags in Großsachsen statt. Fast immer stehen mindestens 12 Spieler auf dem Platz und es wird Doppel gespielt. Und natürlich gehört das gemeinsame Mittagessen dazu! Saisonhöhepunkt war wie jedes Jahr das Turnier um den Alfred-Paluszkiwics-Pokal am 20. September. Dieses Jahr waren 12 Spieler am Start; auf drei Plätzen wurde Doppel gespielt. In vier Runden, bei denen die Paarungen jedes Mal ausgelost wurden, wurde der der Spieler gesucht, der die meisten Punkte erspielt hatte. Am Ende hatte Dieter Drabant die Nase vorn und konnte den Wanderpokal entgegennehmen.

Klaus Baranowski



SCHWIMMEN

Schwimmabteilungs-Trainingslager

Nach 2-jähriger Corona-Zwangsauszeit und der Absage im März 2020, zwei Wochen vor dem Start des fertig geplanten Trainingslagers, startete die 17 köpfige Sportmannschaft der SG Hohensachsen- Schwimmabteilung am 23. September ins Trainingslager in die Sportschule Schöneck bei Karlsruhe. 7 weibliche, sowie 7 männliche Athleten mit 3 betreuenden Trainern erwartete ein straffes sportliches Programm. Hervorragend ausgearbeitet und zusammengestellt vom sportlichen Leiter Michael Meinzer. Die Freude und Aufregung war den Schwimmern und Schwimmerinnen anzumerken. Jeweils eine Theorie-, eine Trocken- und eine Schwimmtechnik-Einheit standen jeden Tag auf dem Programm. Die ehemalige Trainerin Judith Weber ließ es sich nicht nehmen, ihr altes Team oben auf dem Turmberg zu besuchen und gestaltete auch gleich die 1. Theorie-Runde. Verantwortlich für weitere Theorie-Einheiten, sowie für die Videoaufnahmen über und vor allem unter Wasser, war Trainerin und 3. Abteilungsleiterin Svenja Böhler. Die Leitung des Teams und die Organisation des Aufenthalts übernahm der 2. Vorsitzende und Trainer der Schwimmabteilung, Gerd Diesbach.

Der Bezug der Zimmer im Arkadenhaus erstaunte die Mannschaft bezüglich der Ausstattung und des Komforts. Die Zeit bis zum ersten gemeinsamen Abendessen wurde genutzt, um das Gelände und die Sportstätten kennen zu lernen. Wie die Zimmer begeisterte auch das Buffet das Team. Die angebotene gesunde und ausgewogene Vielfalt an Speisen bot für alle Teilnehmer etwas. Achtsam gemacht durch ein früher absolviertes Seminar „sportliche Ernährung“ durch die AOK Rhein-Neckar-Odenwald,

achteten die Athleten genau darauf, was gegessen wurde. Anschließend wurde die Gruppe im Seminarraum eingeschworen, als Team zu agieren und die Ziele des Trainingslagers zu nutzen, um sich persönlich weiter zu entwickeln. Die erste Theorie-Einheit „Startsprung“ folgte, bevor es dann an die Umsetzung ins Wasser zur ersten Schwimm-Einheit ging. Die späte Nachtruhe beendete den ersten langen Tag – endlich.

Das Aufwärmprogramm vorab gleich nach dem Frühstück trieb auch die letzte Müdigkeit aus dem Körper. Der Sommerbiathlon-Laufparcours, organisiert von Gerd Diesbach, auf dem wunderschön gelegenen Waldsportplatz verlangte dem Team in den frühen Samstagmorgenstunden einiges ab. Eine Staffelfrunde dauerte ca. 15 min, mit einem Rundparcours und 2 Wurfstationen, die 2mal durchlaufen werden mussten. Wie beim „echten“ Biathlon gab es Strafrunden bei Fehlwürfen. Vor dem Mittagessen gab es noch eine weitere Schwimmereinheit mit Vertiefung der Startsprung-Prozedur und ein Grundlagen-Ausdauer Training.

Der Samstagnachmittag wurde ausschließlich im Bad verbracht. Neben einem erneuten Grundlagen-Ausdauer Training standen die Unterwasseraufnahmen aller Athleten und Athletinnen durch Svenja Böhler auf dem Programm. Die Einheit Wenden mit allen Trainern im Wasser beendete an diesem Tag das sportliche Programm. Beim Abendessen merkte man, dass die Trainingseinheiten Kraft gekostet hatten. Der Samstagabend stand ganz im Zeichen der Teambildung. Im Seminarraum wurden dann Aufgaben verteilt, die nur im Team zu lösen waren. Zur Abrundung wurden auch die ersten Videoanalysen besprochen. Mit vier Gruppen ging es beim anschließenden Kegeln natürlich auch um den Sieg, doch stand hier die Geselligkeit im Vordergrund. Die Nachtruhe kam allen gelegen.



Der Sonntag, der letzte Tag des Trainingslagers, wurde damit begonnen, Roman Herkommer noch vor dem Frühstück ein Ständchen zu singen und ihm einen selbstgebackenen Kuchen zum 14. Geburtstag zu überreichen. Sichtlich verschlafen nahm er die Glückwünsche entgegen. Gleich nach dem Frühstück ging es wieder auf den Waldsportplatz. Nach dem gymnastischen Aufwärmprogramm von Svenja Böhler stand ein intensives Laufkonzentrationsspiel auf dem Programm. Gleich im Anschluss gab es die letzte Trainingseinheit im Wasser. Theorie- und Praxis-Einheiten zeigten die erhofften Fortschritte. Nach dem gemeinsamen Mittagessen erfolgte eine kurze Abschlussbesprechung, sowie ein Resümee für jeden Teilnehmer mit wertvollen Tipps. Ein Dank geht an die Eltern, die sich bereit erklärt haben, einen Fahrdienst zu übernehmen, der Familie Weil, die Obst für alle mitbrachte, der Birken-Apotheke Frauenkron eK für die Isodrinks und die großzügige finanzielle Unterstützung, sowie an die AOK Gesundheitskasse Rhein-Neckar-Odenwald und deren finanzieller Unterstützung im Rahmen des Programms Multiplikatoren-schulung zu den Themen Bewegung, Stressmanagement und Ernährung.

Hohensachsener Schwimmabteilung schwamm für einen guten Zweck

Wie erfreulich, dass es nach zwei Jahren Pause wieder stattfinden konnte, das 12-Stunden-Spendenschwimmen im Karlsruher Sonnenbad. Zum 19. Mal organisierte der Freundeskreis Sonnenbad diese beliebte Benefiz-Veranstaltung für die Lebenshilfe Karlsruhe, Ettlingen und Umgebung e.V. Dabei konnten beliebig viele Bahnen von Jedermann gezogen werden. Es standen Sponsoren bereit, die für jeden geschwommenen Kilometer einen Euro spendeten. Und da in diesem Jahr 1.221,1 Kilometer absolviert wurden, war die Freude groß. Kräftig dazu beigetragen haben die Schwimmer und Schwimmerinnen der SG Hohensachsen. Eine zwölfköpfige Gruppe stand pünktlich zu Beginn um 10 Uhr am Beckenrand, um ihr Bestes zu geben; Stunde um Stunde gab es weitere Schwimmereinheiten und die Kilometer sammelten sich. Am Nachmittag kamen noch einige Eltern und Geschwister zur Verstärkung dazu, sodass man am Ende des Tages mit einer Bilanz von 99,7 km in der Gruppenwertung auf Rang Eins landete.

Monika Bohlien



VIKTOR-DULGER-BAD



Wassertemperatur 29° C

Öffnungszeiten Schwimmhalle (Aquafun e. V.)

Montag:	9.30/10.20/ 11.00 Uhr 17.30 - 20.00 Uhr	AquaFitness Schwimmen mit Spaß (Kinderkurs)
Dienstag:	8.00 – 12.00 Uhr	Frauenbad
Mittwoch:	15.00 – 19.30 Uhr 19.30 + 20.15 Uhr	Familienbad AquaFitness
Donnerstag:	9.30 + 10.15	AquaFitness
Freitag:	9.30 + 10.15 Uhr	AquaFitness
Samstag:	7.45 – 9.00 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	Bahnschwimmen mit klass. Musik (Sportabz.) AquaPower (Kursangebot Jogging und Gymnastik) Technikkurs Kraulschwimmen (Angeb. F. Erwachsene) Schwimmkurse für Kinder (Fortgeschrittene) Schwimmkurse für Kinder (Anfänger)
Sonntag:	8.00 – 12.00 Uhr	Familienbad
Felt:	Öffentlicher Badebetrieb	

Kassenschluss: 1 Stunde vor Badeende

Änderungen vorbehalten!

Sport- und Schwimmhalle Hohensachsen
Lessingstr. 27 · 69469 Weinheim

SGH - VORSTELLUNGSRUNDE TRAINER UND BETREUER

Vereine können ihre vielfältigen Aufgaben nur erfüllen, wenn es Menschen gibt, die sich für diese Aufgaben freiwillig zur Verfügung stellen. Unser Verein hat rund 1.200 Mitglieder, die sich zum großen Teil sportlich betätigen möchten.

Neben den Leitungsfunktionen sind vor allem Trainer und Betreuer gesucht. Die stehen selten im Rampenlicht, machen aber die wertvollste Arbeit. In einer kleinen Serie möchte die Redaktion einige dieser Menschen vorstellen.

Dieses Mal ist es:

ANITA RUSSMANN

Anita ist 55 Jahre alt und seit 15 Jahren in unserem Verein. Sie wohnt in Hohensachsen und ist seit 10 Jahren als Vergnügungswartin in der Abteilung Tennis tätig.

2006 ist Sie mit Ihrer Familie von Dossenheim nach Hohensachsen gezogen. Ihre ersten Kontakte zu unserem Verein SGH waren die Abteilung Kinderturnen und Tennis. Die ersten Tennisschläge hat sie auf dem Platz in Hohensachsen absolviert und die Freude zum Sport und zum Verein gefunden. Helfende Hände sind immer gesucht und so hat sie gern bei Veranstaltungen unterstützt. Mit ihren zwei kleinen Töchtern konnte sie das Tennistraining nicht mehr mit Familie, Beruf und Alltag vereinbaren.

Aber die Begeisterung für den Verein ist geblieben. Und so hat sie 2012 das Amt der Vergnügungswartin übernommen. Die vielen sozialen Kontakte, die sich durch und mit einem Verein entwickeln können, ist ihre Herzenssache. Sie hat zu den bewährten Veranstaltungen wie „1. Mai-Wanderung“ und „Sommerfest“ noch weitere Veranstaltungen wie „Saison-Opening“, das „Kürbisschnitzen für Kinder“, „Tennis trifft St. Martin“ und den Stand beim Weihnachtsmarkt kreiert und umgesetzt. Was gibt es schöneres, als nach einem Arbeitstag mit Freunden Sport zu treiben und dann noch in geselliger Runde



den Tag ausklingen zu lassen? Und das kann man auf dem Tennisgelände besonders gut. Auf der Sonnenterrasse oder auch im Tennis-Clubhaus, das 2018 unter ihrer Leitung ein neues Outfit bekommen hat und noch gemütlicher geworden ist.

Das, so betont sie, wäre ohne die Unterstützung von vielen Helfern, nicht möglich gewesen. Einen ganz besonders großen Anteil daran hatte unser „Kreativteam“ (Katrin Breitinger und Heike Staudenmaier) und unser unglaubliches „Holzteam“ (Dirk Spangenberg und Klaus Breitinger).

Anita ist zwar keine Tennisspielerin geworden, aber Sport gehört zu ihrem Alltag. So geht sie gerne Joggen, Radfahren, Schwimmen oder auch Reiten. Und durch die vielen Freundschaften, die sie über den Verein geknüpft hat, ist sie gern auch mal bei einer geselligen Runde auf dem Tennisplatz anzutreffen.

Diesen Bericht hat Anita selbst geschrieben. Sie wurde für diese Serie ausgewählt, weil sie kein Tennis spielt und sich trotzdem in der Abteilung hervorragend nützlich macht.

**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



- 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: Apothekerin Jana Blobner
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

Damen 1

Am 01. Oktober startete die D1 in die neue Landesliga-Saison. Leider fielen mehrere durchschlagkräftige Außen-Spielerinnen aus und auch auf die reguläre Libera musste verzichtet werden. So traf die SGH in ungewohnter Aufstellung ohne ihre Hauptangreiferinnen auf die Gegnerinnen aus Bruchsal. Trotz knapp besetztem Kader erspielte sich die SGH einen 3:2-Sieg, doch eigentlich hätte da mehr drin sein müssen.

Immer wieder schwächelte die Hohensachsener Annahme oder die Angriffe schafften es einfach nicht auf den Boden der Gegnerinnen. Auch wenn die Bruchsalerinnen im gesamten

Spiel nicht viel Druck machten, standen die Hohensachsenerinnen sich oft selbst im Weg. Was zählt, ist selbstverständlich der Sieg und der Zusammenhalt der Mannschaft, durch den letztendlich der Sieg geholt wurde. Doch auf die diffuse Spielweise der Gegnerinnen hätte sich die SGH nicht einlassen dürfen und konsequent ihr Spiel durchziehen müssen. Mit dem Sieg zum Saisonauftakt ist die Mannschaft zufrieden, will jedoch in den kommenden Matches durch mehr Wechsellmöglichkeiten wieder mehr Varianz in ihr Spiel bringen.

**Damen 2**

Die D2 sicherte sich direkt die ersten drei Siege der Saison. Am 15. Oktober starteten sie auswärts gegen den VBC Östringen 2 und setzten sich überzeugend mit einem 3:0-Sieg durch. An ihrem Heimspieltag siegten sie deutlich 3:0 gegen die SG Ketsch-Brühl 3. Das zweite

Spiel gegen die DJK Hockenheim verlief knapper, doch die Hohensachsenerinnen zeigten sich kämpferisch und holten sich mit 15:13 im Tiebreak den 3:2-Sieg. So kann es weitergehen!

**Herren: Hallo Verbandsliga!**

Die Volleyballabteilung der Sportgemeinde Hohensachsen begrüßt ein neues Mitglied im Trainerteam, Hendrik Dietz. Mit langjähriger Spielerfahrung und zuletzt als Trainer des SV Mörlenbach bringt er viel Know-How in den Verein und begleitet seit Juli 2022 die Volleyball-Herren, die nach ihrer Meisterschaft in der Saison 21/22 erstmals in der Verbandsliga antreten. Von Juli bis September wurde daher hart trainiert, um sich auf das Leistungsniveau der neuen Liga vorbereiten zu können.

Mitte September galt es dann, die Leistung beim "Sanwald Open" auf die Probe zu stellen. Das "Sanwald Open" ist ein Vorbereitungsturnier des MTV Ludwigsburg, an dem Mannschaften bis zur Regionalliga teilnehmen können. Dank des hohen Spielniveaus war es möglich, die neue Leistungsgrenze zu testen. Und das mit viel Erfolg: Am Ende des Turniers belegt die SG Hohensachsen den sechsten von zwölf Plätzen. Nach dem erfolgreichen Vorbereitungsturnier stand am 01. Oktober 2022 der erste Heimspieltag gegen den Oberliga Absteiger VSG Mannheim 1 und den Landesliga Aufsteiger SSC Karlsruhe 4 auf der Agenda. Bedauerlicherweise musste der Spieltag aufgrund einiger Krankheitsfälle seitens der SG Hohensachsen auf den 06. November 2022 verschoben werden.

Richtig los ging es somit erst am 15. Oktober 2022 mit dem Auswärtsspieltag gegen die VSG Ubstadt/Forst. Zu nervös starteten die

Herren der SGH in die Partie und konnten in keinem Moment in Satz eins die Oberhand gewinnen. Anders startete man jedoch in die Sätze zwei und drei, welche die SGH'ler durch konstante Spielweise 30:28 und 25:19 für sich entscheiden konnten. Vor lauter Übereifer konnte man jedoch nicht mehr an die Leistung der vorangegangenen Sätze anknüpfen und musste sich schlussendlich mit einem 2:3 und einem Punkt für die Tabelle geschlagen geben.

Gleich eine Woche später, am 22. Oktober 2022, ging es zum zweiten Auswärtsspieltag zur VSG Eitingen/Rüppur. Auch hier war es den Volleyballern der SGH möglich, die Gegner unter Druck zu setzen. Dennoch schaffte man es nie, den Sack zuzumachen und einen der Sätze für sich zu entscheiden. Somit endete die Partie mit einem nicht zufriedenstellenden 0:3 (25:27, 22:25, 15:25).

Auch wenn die bisherige Ausbeute für die Herren sehr mager ausfällt, kann man dennoch behaupten, als Aufsteiger in der Verbandsliga angekommen zu sein und hofft am Nachholspieltag am 06.11. in der Halle am Langewiesenweg die ersten Siege einfahren zu können. Abschließend bedanken wir uns herzlich bei unseren Sponsoren der Saison 22/23: Pflasterer-Catering, Matthias Werner, MIE HOUSE Mannheim, Hohe Waid eG und Tootz & Shellz Tattoo. Eine gesonderte Mannschaftsvorstellung in den neuen Trikots folgt noch im November!



VOLLEYBALL

Jugend weiblich

Im weiblichen Jugendbereich schickt die SGH eine U16 Mannschaft an den Start. Die Mädels beweisen sich in der U16 Quattro, also im 4 gegen 4. Die Mannschaft setzt sich aus Spielerinnen der Jahrgänge 2008 bis 2010 zusammen, insgesamt also ein noch sehr junges Team. An mehreren Turniertagen wird das Team in dieser Saison Volleyball-Erfahrung in der Landesliga sammeln.

Jugend männlich

Erstmals geht diese Saison auch eine männliche U16-Jugend an den Start. Trainer Benedikt Dietschmann bringt dem altersmäßig bunt gemischten und neu gegründeten Team den Volleyball näher. Die SGH freut sich über den großen Zulauf in der männlichen Jugend und die Jungs zeigen bereits starke Verbesserungen im Training. Leider konnte diese Saison im männlichen Bereich keine Quattro-Runde angeboten werden, weshalb es für die Volleyball-Neulinge direkt ans 6 gegen 6 auf dem großen Feld ging - eine enorme Herausforderung für Spieler als auch Trainer. Den ersten Turniertag hat das Team bereits absolviert und konnte sogar den ersten Satzgewinn erspielen. Durch das fleißige Training der Mannschaft wird sicher auch bald der erste Spielgewinn eingefahren. Eva Pflästerer



FREIWILLIGES SOZIALES JAHR BEI DER SG HOHENSACHSEN

Am 1. September hat

Ian Fischer

bei uns als FSJ'ler angefangen. Er ist 18 Jahre alt und wohnt in Unterflockenbach. Er bleibt bis zum 31.8.2023 bei uns. Ian ist begeisterter Fußballspieler und spielt für den SV Unterflockenbach. Neben seiner gewohnten Tätigkeit in der Geschäftsstelle zur Unterstützung von Gisela Stredak macht er sich als Trainer und Planer für den Verein nützlich. Im Einzelnen:

- Trainer der Fußballbambinis
- Trainer der weiblichen und männlichen Fußball-F-Jugend
- Trainingsunterstützung beim Kinderschwimmen
- Allgemeine Unterstützung beim Kinderturnen
- Planung eines Projekts
- Betreuung der Mädchen-Fußball-AG in der Zweiburgeschule
- Erwerben der C-Trainerlizenz im Fußball

Er ist persönlich erreichbar während in den Geschäftszeiten der Geschäftsstelle.



**Wichtiger Eintrag für Ihren
Terminkalender:**

**Redaktionsschluss für die
nächste Ausgabe von
„SGH informiert...“ ist der
26. März 2023**

SGH INFORMIERT UND GRATULIERT

Dezember

01.12. Heide Greuner
01.12. Silvia Cremer-Dohmen
03.12. Hilde Wallat
05.12. Carla Schmitt-Schubert
06.12. Käthe Engert
06.12. Klaus Sauer
07.12. Christel Horberg
07.12. Renate Kolb
09.12. Josef Schneider
09.12. Christa-Maria Kurtze
10.12. Hans-Peter Heider
11.12. Anni Glock
13.12. Horst Jägerfeld
14.12. Christiane Rodemich
17.12. Barbara Karsch
20.12. Ludwig Rauh
22.12. Klaus Häfner
23.12. Karl-Friedrich Kippenhan
23.12. Hans Laubach
25.12. Waltraud Zillich
25.12. Wolfgang Günther
25.12. Claudia Stapf
29.12. Heide Drabant
29.12. Klaus Walz
29.12. Viktor Stahl
31.12. Lothar Kolb

Februar

01.02. Harald Zürn
02.02. Sabine Scheuring
02.02. Volker Judith
02.02. Sonja Kühn
03.02. Dr. Gerhard Reiss
05.02. Mathilde Gaber
06.02. Reiner Feest
06.02. Agathe Hahn
06.02. Klaus Sekol
09.02. Erhard Bauer
11.02. Gerhard Zillich
13.02. Gretel Förster
13.02. Horst Raule
15.02. Juliana Durst
16.02. Hilde Kippenhan
16.02. Marianne Sebastian
16.02. Peter Dohmen
18.02. Brigitte Haag
19.02. Doris Schmitt
19.02. Ulrike Mutschler
20.02. Günter Meyer
20.02. Ingrid Möllers
21.02. Birgit Wiedemann
22.02. Theresia Moog
22.02. Monika Schmitt

März

09.03. Adolf Schwöbel
11.03. Bernd Förster
11.03. Edith Müller
12.03. Winfried Bleckmann
12.03. Ewald Kitzmann
13.03. Gisela Stredak
16.03. Agnes Schollenberger
16.03. Wolfgang Weiss
17.03. Angelika Ehry
18.03. Helga Schork
20.03. Gerhard Drefs
21.03. Michael Becker
22.03. Sigrid Schneider
22.03. Helmut Reibold
23.03. Christel Pohl
24.03. Elke Landau
25.03. Dietrich Bertsche
25.03. Ingeborg Spieth
25.03. Dr. Jutta Storch
25.03. Hendrik Lund
27.03. Susanne Fröhner
29.03. Winfried Landau
29.03. Harald Stapf
30.03. Lothar Götzmann
30.03. Bruni King-Schneider

Januar

01.01. Elisabeth Mayer
02.01. Gerd Schmitt
04.01. Kurt Schmitt
04.01. Hans-Jürgen Schiefer
05.01. Gertraud Köhler
05.01. Frank Koslowski
09.01. Gerda Fath
15.01. Liane Laudenklos
16.01. Ilona Guthier-Volk
17.01. Elfriede Neubauer
18.01. Maria Flächsenhaar
20.01. Birgit Pflieger-Dorn
21.01. Adelheid Bieberstein
22.01. Josef Federmann
26.01. Reinald Schneller
28.01. Andreas Pohlmann
31.01. Lilli Beetz

Weine und Edelbrände



Schneiders Lädli

Der Dorfladen für Hohensachsen
in der Sachsenstraße 52



Erreichbar unter
Telefon: 06201/3896187
Webseite: schneiders-laedli.de

Öffnungszeiten
Di - Sa: 7:30 - 12:00 Uhr
Di, Do, Fr: 15:00 - 18:00 Uhr



Damit unsere Kinder cool bleiben können.

Wir bringen die Zukunft zum Leuchten.

Für uns ist Nachhaltigkeit mehr als nur ein Herzenthema. Es ist zentraler Bestandteil unserer Arbeit. Ob es um Geldanlagen oder die Finanzierung von energieeffizientem Bauen geht: Wir kümmern uns. Mehr Infos erhalten Sie unter spkrnn.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Rhein Neckar Nord